



ISSN: 3060-4613



MAKTABGACHA
VA MAKTAB
TA'LIMI VAZIRLIGI



O'zbekiston
Milliy Pedagogika
Universiteti



№7(2)
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. 392 sahifa,
13-iyul, 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
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)

Woosyu 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 oğlu – 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

Bolalik davridagi autizmning turli shakllarini differensial tashxislash	10
<i>Saydaliyeva Xojiya Abduljalil qizi</i>	
Autizm spektri buzilishi bo'lgan bolalarda kommunikativ ko'nikmalarni shakllantirishda qo'llaniladigan korreksion ish tamoyillari	14
<i>Karimova Zulfiya Abduraxmanovna, Saydaliyeva Xojiya Abduljalil qizi</i>	
Bo'lajak o'qituvchilarda axborot iste'mol madaniyatini rivojlantirishning psixologik-pedagogik asoslari	19
<i>Dadonova Aziza Tulkunovna</i>	
Ilk o'spirinlik yoshidagi o'quvchilarning o'z-o'ziga bo'lgan munosabatini psixologik tahlili	23
<i>Mamaradjabova Bog'zoda Abdilxakimovna, Panjiyeva Nargiza Botirovna</i>	
Oliy ta'lim tizimida muammoli o'qitish texnologiyasi	30
<i>Tuksanova Zilola Izatulloyevna</i>	
Shahar va qishloq yuqori sinf o'quvchilarida irodaviy sifatlarning qiyosiy tahlili	35
<i>Mamaradjabova Bog'zoda Abdilxakimovna, Panjiyeva Nargiza Botirovna</i>	
Organik kimyo ta'limida ochiq tipli STEAM loyihalarini loyihalashning didaktik modeli va uni amaliyotga joriy etish metodikasi	41
<i>Bo'riyev Rashidbek O'ktamjonovich</i>	
Kasbiy kompetentlikni oshirishda raqamli ta'lim vositalari va interaktiv metodlardan foydalanish	47
<i>Fazildjanova Nilufar Xikmatdjanovna</i>	
Tadbirkorlik faoliyatini innovatsion va ta'lim ekotizimidagi roli	50
<i>Mirzayeva Nigora Ibrohimjon qizi</i>	
Kasbiy ta'lim muassasalarida strategik boshqaruvni joriy etishning nazariy-metodologik asoslari	54
<i>Qobilov Voxidjon Zoxidovich</i>	
Психологические факторы мотивации личности в обучении иностранному языку	58
<i>Мухамеджанова Римма Рашидовна</i>	
Jadid ma'rifatparvarlarining boshlang'ich ta'lim-tarbiya jarayonida o'quvchilarda kitobxonlik fazilatlarini va madaniyatini shakllantirishdagi pedagogik tajribalari	66
<i>Ahmadov Olimjon Shodmonovich, Fayzilova Mohinur Azamhon qizi</i>	
Talabalarda kelajakni strategik modellashtirish layoqatini rivojlantirish bo'yicha ilg'or xorijiy va mahalliy tajribalarning qiyosiy-pedagogik tahlili	70
<i>Sadriddinova Feruza Meliyevna</i>	
Bo'lajak pedagoglarda kreativ fikrlashni rivojlantirishda fanlararo abstsessial va ordinal bog'liqlikka asoslangan metodik ta'minotni takomillashtirish	75
<i>Xudayberganov G'ayrat Quranboyevich</i>	
Maktablarda chaqiruvga qadar boshlang'ich tayyorgarlikni isloh qilish: muammo va yechimlar	80
<i>Qudratov O'ktam G'ofurovich</i>	
Ustoz-shogird tizimida raqamli vositalardan foydalanishning metodik asoslari	85
<i>Tursunov Xusniddin Isomovich</i>	
Boshlang'ich sinf o'quvchilarida kommunikativ kompetensiyani shakllantirishda maktab va oila hamkorligining pedagogik imkoniyatlari	88
<i>Safarova Halovat Barnoyevna</i>	
Globallashtirish sharoitida tolerantlik madaniyatining nazariy-metodologik asoslari	91
<i>Yusupova Maftuna Ilxomidin qizi, Qurbonova Zebiniso Mamarajab qizi</i>	
Adobe After Effects muhitida inersiyaviy davomiylik va ustma-ust harakatni avtomatlashtirishning matematik modeli (Ziyoanim Overlap)	97
<i>Hakimov Bahtiyorjon Muzaffar o'g'li</i>	
Tizimli yondashuv asosida talabalarning raqamli kompetensiyasini takomillashtirishning uch komponentli konseptual modeli	101
<i>Kulidjanova Yulduzxon Inomjon qizi</i>	



The Theory of Fostering Students' Responsibility for Natural Resources and Waste in Karakalpak Folk Pedagogy.....	104
<i>Tursinbekova Qundizgul Joldasbekovna</i>	
Soft skills kompetensiyalarining ilmiy-pedagogik mohiyati va zaruriyati: soft skills tushunchasining evolyutsiyasi, asosiy komponentlari, turlari va tasnifi	109
<i>Igamberdiyeva Gulmira Botir qizi</i>	
O'zbek va ingliz tillarida "yolg'izlik" konseptining leksik-semantik xususiyatlari.....	115
<i>Sabina Saitmurodova Olim qizi</i>	
Bo'lajak pedagoglarni kasbiy tayyorlashda art-pedagogikaning imkoniyatlari.....	119
<i>Komolova Iroda Xamidullayevna</i>	
9-sinf iqtisodiy va ijtimoiy geografiya darslarida GIS texnologiyalaridan foydalanishning pedagogik imkoniyatlari va uslubiy muammolari	123
<i>Sapayeva Gulbahor Odilbek qizi</i>	
Zamonaviy biologiya ta'limida interaktiv metodlarni qo'llashning nazariy jihatlarini	126
<i>Abdullayeva Guzalxan Vladimirovna</i>	
Bo'lajak boshlang'ich sinf o'qituvchilarini xalqaro baholash dasturlari bilan ishlashga tayyorlashning zarurati	130
<i>Berdimurodova Mexrubon Masudjonovna</i>	
Nutq nuqsoni bo'lgan o'quvchilarning ijtimoiy moslashuv jarayoniga ta'sir etuvchi omillar	136
<i>G'aniyeva Maloxat Odilovna</i>	
Ruhiiy salomatlikni mustahkamlashda psixologik treninglarning ahamiyati	140
<i>Maqsuda Norbosheva, Nafisa Abduyeva</i>	
Xitoy tilini xalqaro miqyosda o'qitishning zamonaviy tendensiyalari.....	144
<i>Shasaidova Lola Shamaksudovna</i>	
Социально-экологический кризис в Южном Приаралье.....	149
<i>Сейтова З. П.</i>	
Iqtisodiy fanlar bo'yicha to'garak faoliyatini tashkil etishning nazariy-metodik asoslari.....	153
<i>Xusanboyeva Tursunoy Muxammadqasimjanovna</i>	
Motivational Readiness for Continuous Professional Development.....	162
<i>Okilova Kamola Sadulloyevna</i>	
Raqamli ta'lim muhitida o'quvchilarda antisotsial xulq-atvorning oldini olishning pedagogik mexanizmlari ..	166
<i>Davronova Zarrina Baxtiyorovna</i>	
Yapon tilini o'qitishda らしい (rashii) evidentsiallik ko'rsatkichini o'rgatishning pedagogik xususiyatlari	173
<i>Musayeva Aziza Ibrohim qizi</i>	
Ta'lim tizimini rivojlantirishda pedagogik prognostikaning nazariy-metodologik asoslari va metodik imkoniyatlari.....	178
<i>Sharipova Shaxnoza Xasanovna</i>	
Qoraqalpoq nasrida inson psixologiyasi.....	183
<i>Dosbergenova Miyrigul Sadiratdinovna</i>	
Tibbiy ta'lim klasterida talaba markazlashgan muhitni shakllantirish: kredit-modul sharoitida intellektual adaptiv tyutorlik texnologiyasining pedagogik imkoniyatlari	188
<i>Ibragimova Venera Azadovna</i>	
Turli yosh davrlarida perfektsionizm va maqullanish motivatsiyasi o'rtasidagi bog'liqlikni o'rganish.....	193
<i>Nazaraliyeva Marhabo Xayitboyevna</i>	
Frazeologik derivatsiyaning lingvomadaniy xususiyatlari	197
<i>Raxmonova Gavhar Nuritdinovna</i>	
Development of adolescent thinking and its psychodiagnostics and psychocorrection	202
<i>Samarova Shoxista Rabidjanovna</i>	
Jadid pedagogik konsepsiyasi va zamonaviy ta'lim tizimi integratsiyasi: tarixiy-pedagogik tahlil va amaliy yo'nalishlar	209
<i>Shamsullayeva Ruxsatoy Sunnatullayevna</i>	

Kredit-modul tizimi asosida kasbiy ta'lim tashkilotlari o'quvchilarini kasbiy kompetensiyalarini baholashning pedagogik mexanizmi	213
<i>Shoyqulov Baxtiyor Bakirovich</i>	
Modern Socio-Psychological Trends in the Study of Emotional Alienation	219
<i>Yangibaeva Dildorakhon Rakhmon kizi</i>	
O'quv-mashq guruhi futbolchilarining jismoniy tayyorgarligi.....	225
<i>Xolmaxmatov Boburjon Musurmon o'g'li</i>	
Sport ta'limida axborot bilan boyitilgan o'quv muhitini yaratish va vizualizatsiya vositalarining didaktik imkoniyatlari	230
<i>Muxitdinova Nigora Mexriddinovna</i>	
Bo'lajak mutaxassislarda yangi avlod darsliklari bilan ishlash ko'nikmalarini rivojlantirishning didaktik imkoniyatlari	236
<i>Abdujalilov Farruxbek Po'latjon o'g'li</i>	
O'smirlarda deviant xulq-atvor shakllanishining psixologik xususiyatlari.....	239
<i>Robiya Toshpo'latova Akmal qizi, X. A. Asqarova</i>	
Aralash ta'limning pedagogik mohiyati va didaktik tamoyillari.....	244
<i>Azerbayeva Elmira Muratbayevna</i>	
Texnikaviy fanlarni o'qitish jarayonini tashkil qilish	248
<i>Niyazova Bibiniso Boltayevna</i>	
Estetik tarbiya va ruhiy go'zallik: san'at va adabiyotga muhabbat orqali shaxsdagi buzg'unchi xulq-atvorning oldini olish	253
<i>Nigora Yo'ldasheva Sodiqjon qizi</i>	
Raqamli texnologiyalar asosida bo'lajak qishloq xo'jaligi muhandislarini loyihalash-konstruktsiyalash faoliyatiga tayyorlash metodikasini takomillashtirish	259
<i>Xolmo'minova Shahnoza Gulyam qizi</i>	
Bo'lajak musiqa o'qituvchilarining raqamli kompetentligini rivojlantirishning pedagogik shart-sharoitlari.....	264
<i>Axrorov Xurshid Xamidovich</i>	
Bo'lajak boshlang'ich sinf o'qituvchilarining tanqidiy tafakkurini rivojlantirishning nazariy asoslari	271
<i>G'ofurova Mohidil Sayfutdin qizi</i>	
Bo'lajak muhandislarning geoinformatsion kompetentligini rivojlantirish muammosi tahlili	275
<i>Berdiyev Dilshod Faxriddin o'g'li</i>	
Академия Маъмуна: силиконовая долина средневековья.....	279
<i>Аъзамова Диёра Дильшодовна</i>	
Biblioterapiya vositasida boshlang'ich sinf o'quvchilarida qadriyatlarga ijobiy munosabatni shakllantirish yo'llari va vositalari.....	286
<i>Komolova Shoxsanam Muzaffar qizi</i>	
Ixtisoslik fanlarini o'qitishda raqamli modellashtirish vositalarini didaktik moslashtirish: integrativ ta'lim platformasi misolida.....	291
<i>Usarov Jabbor Eshbekovich</i>	
Kichik maktab yoshidagi o'quvchilarning o'qishga bo'lgan munosabatini klasterli yondashuv asosida rivojlantirish – pedagogik muammo sifatida.....	297
<i>Umarova Gulhayo Murodiljon qizi</i>	
Maktabgacha ta'lim tashkilotlarida inklyuziv ta'limni tashkil etishning pedagogik shart-sharoitlari.....	301
<i>Salayjonova Saodatjon Maxsudbek qizi, Nyutonova Xilola Lochinbekovna</i>	
Boshlang'ich ta'limda kompetensiyaviy yondashuv va zamonaviy o'qitish strategiyalarining nazariy-amaliy asoslari	305
<i>G'ulomjonova Mohinur Ulug'bek qizi</i>	
Формирование профессиональных компетенций педагога будущего в условиях цифровой трансформации и внедрения технологий искусственного интеллекта.....	309
<i>Sodikova Diloromkhon Botirjon qizi</i>	
Geografiya darslarida milliy meros va qadriyatlarni o'rgatish metodikasini takomillashtirish hamda uning samaradorligini statistik baholash.....	313
<i>Xabibullayeva Muxabbatxon Nu'monjonovna</i>	



Jadidlar tomonidan darslik va o'quv qo'llanmalarining nashr etilishi	319
Aslonov Madamin Mansurovich	
Chust va Samarqandda ekoturizm rivojlanishida milliy hunarmandchilikning o'rni va ahamiyati	324
Allanov Shuxrat Qilichovich	
Maktab direktor o'rinbosarlarining aksiologik kompetensiyasini diagnostika qilish mezonlari	329
Toxirov Botirjon G'ofurjon o'g'li	
Talabalarda maqsadga intiluvchanlik namoyon bo'lishining psixologik mexanizmlari va shakllanish jarayonlari	335
Babadjanova Saiyora Khushnutovna	
Maktabgacha ta'lim muassasasi rahbarining kasbiy faoliyatida stress va vaqt bosimini boshqarish usullari	340
Xalilova Soxibaxon Sadikjanovna	
Namoyishli tajriba va laboratoriya ishlari asosida o'quvchilarning amaliy kompetensiyalarini shakllantirishning metodik-didaktik ta'minoti	346
Isroilov Shermurod Shamsiddin o'g'li	
Xotin-qizlarda ijtimoiy-psixologik xulq-atvor strategiyalarining migratsiya turiga bog'liq differensial namoyon bo'lishi	353
Axmedova Dildora Olimjonovna	
Rus tilidagi mediamatnlar bilan ishlashda geymifikatsiya elementlarini qo'llash	359
Maxkamov Shoxjaxon Rustambek o'g'li	
Shaxsning o'zini anglash jarayonida refleksiyaning psixologik mohiyati	365
Achilova Durdona	
Bo'lajak oligofrenopedagoglar--ning praksiologik tayyorgarligining tarkibiy tuzilmasi	370
Niyozova Dिल्фуза Rustam qizi	
Boshlang'ich sinf o'quvchilarining mantiqiy tafakkurini rivojlantirishda interaktiv raqamli o'yinlar va vizualizatsiya texnologiyalaridan foydalanish metodikasi	375
Teshaxo'jayeva Mohlaroy Shuhratxo'ja qizi	
Bo'lajak surdopedagoglarni tayyorlashda innovasion surdo-texnologiyalar, neyro-trenajyorlar va faol praksiologik metodlarning interaktiv sinergiyasini joriy etish	380
X. I. Malikova	
Onkologik bemorlarga psixologik yordam ko'rsatishning zamonaviy texnologiyalari va ularning hayot sifatiga ta'siri	385
Niyazova Nilufar Farxadovna	



ONKOLOGIK BEMORLARGA PSIXOLOGIK YORDAM KO'RSATISHNING ZAMONAVIY TEXNOLOGIYALARI VA ULARNING HAYOT SIFATIGA TA'SIRI

Niyazova Nilufar Farxadovna

Ma'mun universiteti Psixologiya, Tibbiyot va sport kafedrası v.b dotsenti
Psixologiya fanlari bo'yicha falsafa doktori (PhD)

Annotatsiya: Mazkur maqolada onkologik bemorlarga psixologik yordam ko'rsatishning zamonaviy texnologiyalari hamda ularning bemorlar hayot sifatiga ta'siri ilmiy-nazariy va amaliy jihatdan tahlil qilingan. Onkologik kasallik nafaqat organizmning jismoniy holatiga, balki bemorlarning psixoemotsional salomatligi, ijtimoiy moslashuvi va umumiy hayot sifatiga ham sezilarli ta'sir ko'rsatishi ilmiy dalillar asosida yoritilgan. Tadqiqotda psixoedukatsiya, kognitiv-xulq-atvor terapiyasi (CBT), mindfulnessga asoslangan psixologik yondashuvlar, telepsixologik konsultatsiyalar, raqamli psixologik platformalar, mobil ilovalar, sun'iy intellekt elementlariga asoslangan psixologik qo'llab-quvvatlash vositalari hamda multidissiplinar psixoonkologik xizmatlarning imkoniyatlari tahlil qilingan.

Shuningdek, ushbu texnologiyalarning bemorlarda xavotir va depressiv simptomlarni kamaytirish, emotsional barqarorlikni mustahkamlash, davolanishga sodiqlikni oshirish, ijtimoiy moslashuvni yaxshilash va hayot sifatini yuksaltirishdagi samaradorligi baholangan. Tadqiqot natijalari zamonaviy psixologik texnologiyalarni onkologik yordam tizimiga integratsiya qilish bemorlarning ruhiy salomatligini mustahkamlash, reabilitatsiya jarayonining samaradorligini oshirish hamda kompleks psixologik yordam sifatini takomillashtirishning muhim omili ekanligini ko'rsatadi.

Kalit so'zlar: onkologik bemorlar, psixologik yordam, zamonaviy texnologiyalar, psixoonkologiya, kognitiv-xulq-atvor terapiyasi, mindfulness, telepsixologiya, raqamli psixologik platformalar, sun'iy intellekt, psixoedukatsiya, psixologik konsultatsiya, emotsional barqarorlik, hayot sifati, reabilitatsiya, multidissiplinar yondashuv.

Abstract: This article presents a scientific, theoretical, and practical analysis of contemporary psychological support technologies for oncology patients and their impact on patients' quality of life. It demonstrates that cancer affects not only patients' physical health but also their psycho-emotional well-being, social adaptation, and overall quality of life. The study examines the potential of modern psychological interventions, including psychoeducation, cognitive behavioral therapy (CBT), mindfulness-based psychological approaches, telepsychological counseling, digital mental health platforms, mobile applications, artificial intelligence-based psychological support tools, and multidisciplinary psycho-oncology services.

Furthermore, the effectiveness of these technologies in reducing anxiety and depressive symptoms, enhancing emotional resilience, improving treatment adherence, facilitating social adjustment, and promoting patients' quality of life is evaluated. The findings indicate that integrating contemporary psychological technologies into oncology care contributes significantly to strengthening patients' mental health, improving rehabilitation outcomes, and enhancing the quality of comprehensive psychological support.

Key words: oncology patients, psychological support, modern technologies, psycho-oncology, cognitive behavioral therapy, mindfulness, telepsychology, digital mental health platforms, artificial intelligence, psychoeducation, psychological counseling, emotional resilience, quality of life, rehabilitation, multidisciplinary approach.



Аннотация: В данной статье проведён научно-теоретический и практический анализ современных технологий оказания психологической помощи онкологическим пациентам и их влияния на качество жизни. Обосновано, что онкологическое заболевание оказывает существенное влияние не только на физическое состояние организма, но и на психоэмоциональное здоровье, социальную адаптацию и общее качество жизни пациентов. В исследовании рассмотрены возможности современных технологий психологической поддержки, включая психообразование, когнитивно-поведенческую терапию (КПТ), подходы, основанные на практике mindfulness, телепсихологическое консультирование, цифровые психологические платформы, мобильные приложения, средства психологической поддержки с элементами искусственного интеллекта, а также мультидисциплинарные психоонкологические службы.

Проанализирована эффективность данных технологий в снижении уровня тревожности и депрессивной симптоматики, укреплении эмоциональной устойчивости, повышении приверженности лечению, улучшении социальной адаптации и качества жизни пациентов. Результаты исследования свидетельствуют о том, что интеграция современных психологических технологий в систему онкологической помощи способствует укреплению психического здоровья пациентов, повышению эффективности реабилитации и совершенствованию качества комплексной психологической поддержки.

Ключевые слова: онкологические пациенты, психологическая помощь, современные технологии, психоонкология, когнитивно-поведенческая терапия, mindfulness, телепсихология, цифровые психологические платформы, искусственный интеллект, психообразование, психологическое консультирование, эмоциональная устойчивость, качество жизни, реабилитация, мультидисциплинарный подход.

KIRISH

So'nggi yillarda dunyo miqyosida onkologik kasalliklarning tarqalish ko'rsatkichlari ortib borayotgani sog'liqni saqlash tizimi oldiga nafaqat kasallikni erta aniqlash va samarali davolash, balki bemorlarning psixologik salomatligini ta'minlash bilan bog'liq yangi vazifalarni ham qo'ymoqda. Zamonaviy tibbiyot konsepsiyasida onkologik kasallik biologik jarayon sifatidadagina emas, balki shaxsning jismoniy, psixologik, ijtimoiy va ma'naviy hayotiga ta'sir etuvchi murakkab biopsixosotsial hodisa sifatida talqin etilmoqda.

Saraton tashxisi bemor hayotida kuchli psixologik inqirozni yuzaga keltirib, xavotir, depressiya, qo'rquv, emotsional zo'rliq, ijtimoiy chekinish hamda hayot mazmunining o'zgarishi kabi holatlarni yuzaga chiqaradi. Mazkur psixologik o'zgarishlar davolanish samaradorligi, reabilitatsiya jarayoni va bemorlarning hayot sifatiga bevosita ta'sir ko'rsatadi. Shu sababli onkologik bemorlarga psixologik yordam ko'rsatishning zamonaviy texnologiyalarini ishlab chiqish va ularni amaliyotga keng joriy etish bugungi kunda psixoonkologiyaning ustuvor ilmiy yo'nalishlaridan biri hisoblanadi.

Jahon sog'liqni saqlash amaliyotida bemorga yo'naltirilgan (patient-centered care) yondashuv tobora keng qo'llanilib, unda psixologik yordam davolash jarayonining ajralmas tarkibiy qismi sifatida e'tirof etiladi. So'nggi o'n yilliklarda raqamli texnologiyalar, telemeditsina, sun'iy intellekt, mobil sog'liqni saqlash (mHealth) tizimlari hamda onlayn psixologik xizmatlarning jadal rivojlanishi onkologik bemorlarga ko'rsatiladigan psixologik yordam shakllarini tubdan o'zgartirdi. Natijada bemorlarning psixologik xizmatlardan foydalanish imkoniyatlari kengaydi, psixologik yordamning uzluksizligi ta'minlandi hamda individual ehtiyojlarga moslashtirilgan innovatsion yondashuvlar shakllandi.

Bugungi kunda psixoonkologiyada kognitiv-xulq-atvor terapiyasi (CBT), mindfulnessga asoslangan stressni kamaytirish dasturlari (MBSR), qabul qilish va majburiyat terapiyasi (ACT), psixosotsial, qo'llab-quvvatlovchi psixoterapiya, guruh psixologik treninglar, telepsixologik konsultatsiyalar, virtual platformalar hamda mobil ilovalar keng qo'llanilmoqda.

Ushbu texnologiyalar bemorlarda xavotir va depressiv simptomlarni kamaytirish, emotsional barqarorlikni mustahkamlash, stressni boshqarish ko'nikmalarini rivojlantirish, davolanishga sodiqlikni oshirish hamda hayot sifatini yaxshilashda yuqori samaradorlikka ega ekanligi ko'plab xalqaro tadqiqotlarda qayd etilgan. Ayniqsa, COVID-19 pandemiyasidan so'ng masofaviy psixologik yordam texnologiyalarining ahamiyati yanada ortib, onkologik bemorlarni uzluksiz psixologik qo'llab-quvvatlashning muhim vositasiga aylandi.

Sun'iy intellekt va raqamli texnologiyalarning sog'liqni saqlash tizimiga joriy etilishi psixologik yordam ko'rsatishning yangi bosqichini boshlab berdi. Sun'iy intellekt asosida ishlovchi chatbotlar, psixologik monitoring tizimlari, emotsional holatni baholovchi algoritmlar hamda mobil ilovalar bemorlarning psixosotsial holatini muntazam kuzatish, xavf omillarini erta aniqlash va individual psixologik tavsiyalarni ishlab chiqish imkonini bermoqda.

Biroq ushbu texnologiyalar an'anaviy psixologik yordamni to'liq almashtirmaydi, aksincha, klinik psixolog va onkolog faoliyatini qo'llab-quvvatlovchi innovatsion vosita sifatida xizmat qiladi. Shu bois zamonaviy psixologik texnologiyalarni multidissiplinar yondashuv asosida qo'llash bemorlarning kompleks ehtiyojlarini qondirishning eng samarali usullaridan biri sifatida e'tirof etilmoqda^[1].



MAVZUGA OID ADABIYOTLAR SHARHI

Ilmiy adabiyotlarda onkologik bemorlarning hayot sifati jismoniy salomatlik bilan bir qatorda emotsional farovonlik, ijtimoiy faollik, kognitiv funksiyalar va ruhiy moslashuv darajasi orqali ham baholanadi. Hayot sifatining yuqori bo'lishi bemorlarning davolanish natijalari, reabilitatsiya samaradorligi, kasallikka moslashuvi va uzoq muddatli psixologik farovonligiga ijobiy ta'sir ko'rsatadi. Shu sababli zamonaviy psixologik texnologiyalarning bemorlar hayot sifatiga ta'sirini ilmiy jihatdan baholash hamda ularning samaradorligini asoslash sog'liq psixologiyasi va psixoonkologiyaning dolzarb ilmiy masalalaridan biri hisoblanadi^[2].

O'zbekiston Respublikasida sog'liqni saqlash tizimini modernizatsiya qilish, onkologik xizmatlarni takomillashtirish va aholining ruhiy salomatligini mustahkamlash bo'yicha amalga oshirilayotgan islohotlar doirasida psixologik xizmatlarni rivojlantirishga alohida e'tibor qaratilmoqda. Shunga qaramay, onkologik muassasalarda zamonaviy psixologik texnologiyalarni amaliyotga keng joriy etish, telepsixologik xizmatlarni rivojlantirish, raqamli psixologik platformalarni yaratish hamda sun'iy intellekt imkoniyatlaridan samarali foydalanish bo'yicha ilmiy asoslangan tavsiyalarga ehtiyoj saqlanib qolmoqda. Bu esa mazkur mavzuning ilmiy va amaliy dolzarbligini yanada oshiradi^[3].

Mazkur tadqiqotning maqsadi onkologik bemorlarga psixologik yordam ko'rsatishning zamonaviy texnologiyalarini ilmiy-nazariy jihatdan tahlil qilish, ularning bemorlar hayot sifatiga ta'sirini baholash hamda psixologik yordam tizimini takomillashtirishga qaratilgan innovatsion yondashuvlarni asoslashdan iborat. Tadqiqot natijalari klinik psixologlar, onkologlar, psixoterapevtlar va sog'liqni saqlash tizimi mutaxassislari faoliyatida zamonaviy psixologik texnologiyalarni qo'llash samaradorligini oshirish, bemorlarning ruhiy salomatligini qo'llab-quvvatlash hamda ularning hayot sifatini yaxshilash bo'yicha ilmiy-amaliy tavsiyalar ishlab chiqishga xizmat qiladi.

Onkologik bemorlarga psixologik yordam ko'rsatishning zamonaviy texnologiyalari va ularning hayot sifatiga ta'siri masalasi so'nggi o'n yilliklarda psixoonkologiya, klinik psixologiya, sog'liq psixologiyasi hamda raqamli tibbiyot yo'nalishlarida keng o'rganilayotgan ilmiy mavzulardan biriga aylandi. Zamonaviy ilmiy tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, onkologik kasallikni samarali davolash nafaqat tibbiy muolajalar, balki bemorning psixologik holatini muntazam qo'llab-quvvatlash, emotsional farovonligini ta'minlash va hayot sifatini yaxshilash bilan ham bevosita bog'liqdir. Shu sababli psixologik yordamning innovatsion shakllari hamda raqamli texnologiyalarni onkologik yordam tizimiga integratsiya qilish bo'yicha ko'plab ilmiy konsepsiyalar ishlab chiqilgan.

Psixoonkologiya fanining asoschisi hisoblangan Jimmie C. Holland va hamkorlari tomonidan olib borilgan tadqiqotlarda onkologik bemorlarga psixologik yordam ko'rsatish davolash jarayonining majburiy tarkibiy qismi sifatida baholanadi. Olimning ilmiy qarashlariga ko'ra, xavotir, depressiya va psixologik distressni erta aniqlash hamda individual psixologik intervensiyalarni amalga oshirish bemorlarning ruhiy salomatligi va davolanish natijalarini sezilarli darajada yaxshilaydi^[6].

TADQIQOT METODOLOGIYASI

Tadqiqot davomida onkologik bemorlarga psixologik yordam ko'rsatishda qo'llanilayotgan zamonaviy texnologiyalar hamda ularning bemorlar hayot sifatiga ta'siri kompleks ravishda tahlil qilindi. Olingan ilmiy natijalar shuni ko'rsatdiki, psixologik yordamning innovatsion shakllarini davolash jarayoniga integratsiya qilish bemorlarning psixoebotsional holatini barqarorlashtirish, davolanishga sodiqligini oshirish hamda ijtimoiy moslashuvini yaxshilashda muhim omil hisoblanadi. Zamonaviy psixologik texnologiyalar an'anaviy psixologik maslahat usullarini to'ldiruvchi vosita sifatida bemorlarga uzluksiz, individual va kompleks psixologik yordam ko'rsatish imkoniyatini yaratadi.

Tahlillar shuni ko'rsatdiki, psixoedukatsiya onkologik bemorlar uchun eng muhim psixologik texnologiyalardan biri hisoblanadi. Kasallikning tabiati, davolash bosqichlari, yuzaga kelishi mumkin bo'lgan psixologik reaksiyalar hamda ularni boshqarish usullari haqida yetarli bilim ega bo'lgan bemorlarda xavotir darajasi sezilarli darajada kamayadi. Psixoedukatsion dasturlar bemorlarda davolanish jarayoniga nisbatan ishonchni mustahkamlaydi, noto'g'ri tasavvurlarni bartaraf etadi hamda shifokor va psixolog bilan samarali hamkorlikni rivojlantiradi.

Tadqiqot natijalari **kognitiv-xulq-atvor terapiyasi (CBT)**ning samaradorligini ham tasdiqladi. Ushbu texnologiya yordamida bemorlarning salbiy avtomatik fikrlari aniqlanib, ular konstruktiv va realistik fikrlash usullari bilan almashtiriladi. Natijada xavotir, depressiv simptomlar hamda emotsional zo'riqish darajasi pasayadi, emotsional barqarorlik mustahkamlanadi va davolanish motivatsiyasi ortadi. Ayniqsa, kimyoterapiya hamda radioterapiya bosqichlarida CBT elementlaridan foydalanish bemorlarning ruhiy moslashuviga ijobiy ta'sir ko'rsatishi aniqlandi.

Mindfulnessga asoslangan psixologik dasturlar ham bemorlarning psixologik farovonligini oshirishda yuqori samaradorlikni namoyon etdi. Ongli e'tibor mashqlari, nafas olish texnikalari va meditatsiya elementlari orqali bemorlar stressni samarali boshqarish, salbiy emotsiyalarni nazorat qilish hamda mavjud vaziyatni xotirjam



qabul qilish ko'nikmalarini rivojlantiradilar. Bu esa emotsional zo'riqishning kamayishiga, uyqu sifatining yaxshilanishiga hamda umumiy hayot sifatining oshishiga xizmat qiladi.

Raqamli texnologiyalarni qo'llash natijalari shuni ko'rsatdiki, telepsixologik konsultatsiyalar va onlayn psixologik platformalar bemorlarga geografik masofa yoki jismoniy cheklovlardan qat'i nazar malakali psixologik yordam olish imkoniyatini yaratadi. Masofaviy konsultatsiyalar davolash jarayonining barcha bosqichlarida psixologik qo'llab-quvvatlashning uzluksizligini ta'minlaydi. Ayniqsa, uzoq hududlarda yashovchi bemorlar, harakatlanish imkoniyati cheklangan shaxslar hamda uzoq muddatli davolanishni boshdan kechirayotgan bemorlar uchun telepsixologiya samarali vosita sifatida namoyon bo'ldi.

Tadqiqotda mobil ilovalar va sun'iy intellekt asosidagi psixologik platformalarning imkoniyatlari ham tahlil qilindi. Ushbu texnologiyalar bemorlarning emotsional holatini kundalik monitoring qilish, stress darajasini baholash, individual tavsiyalar berish hamda relaksatsiya mashqlarini bajarishda qulay vosita ekanligi aniqlandi. Sun'iy intellekt elementlari yordamida psixologik xavf omillarini erta aniqlash hamda bemorlarni o'z vaqtida mutaxassisga yo'naltirish imkoniyatlari tobora kengayib bormoqda. Shu bilan birga, tadqiqot natijalari ushbu texnologiyalar klinik psixolog va shifokor faoliyatini qo'llab-quvvatlovchi vosita bo'lib xizmat qilishi, biroq inson omilini to'liq almashtirmasligi zarurligini ham ko'rsatdi.

Olingan natijalar multidissiplinar psixoonkologik yondashuvning yuqori samaradorligini ham tasdiqladi. Onkolog, klinik psixolog, psixoterapevt, hamshira, ijtimoiy xodim va rehabilitatsiya mutaxassislarining o'zaro hamkorligi asosida tashkil etilgan kompleks psixologik yordam bemorlarning jismoniy hamda ruhiy salomatligini uyg'un ravishda qo'llab-quvvatlash imkonini beradi. Mazkur yondashuv bemorlarda davolanishga bo'lgan ishonchni mustahkamlaydi, emotsional beqarorlikni kamaytiradi hamda ijtimoiy moslashuv jarayonini tezlashtiradi.

Mazkur natijalar zamonaviy psixologik texnologiyalarni onkologik yordam tizimiga kompleks va multidissiplinar yondashuv asosida integratsiya qilish bemorlarning psixoemotsional salomatligini mustahkamlash, davolanish samaradorligini oshirish hamda hayot sifatini yaxshilashning muhim omillaridan biri ekanligini tasdiqlaydi. Shu bois psixoonkologik xizmatlarni raqamli texnologiyalar bilan uyg'unlashtirish, telepsixologik yordamni kengaytirish va sun'iy intellektga asoslangan psixologik qo'llab-quvvatlash vositalarini amaliyotga joriy etish istiqboldagi muhim yo'nalishlardan biri sifatida baholanadi.

1-jadval: Onkologik bemorlarga psixologik yordam ko'rsatishning zamonaviy texnologiyalari va ularning hayot sifatiga ta'siri

Psixologik texnologiya	Asosiy vazifasi	Bemor hayot sifatiga ta'siri
Psixoedukatsiya	Kasallik va davolash haqida ilmiy ma'lumot berish	Xavotir va noaniqlikni kamaytiradi
Kognitiv-xulq-atvor terapiyasi (CBT)	Salbiy fikrlarni o'zgartirish	Emotsional barqarorlik va davolanish motivatsiyasini oshiradi
Mindfulness (MBSR)	Stressni boshqarish va relaksatsiya	Psixologik farovonlik hamda uyqu sifatini yaxshilaydi
Telepsixologik maslahat	Masofadan psixologik yordam ko'rsatish	Psixologik xizmatlardan foydalanish imkoniyatini kengaytiradi
Mobil ilovalar (mHealth)	Kundalik psixologik monitoring	O'zini boshqarish ko'nikmalarini rivojlantiradi
Sun'iy intellekt asosidagi platformalar	Psixologik skrining va individual tavsiyalar	Psixologik xavf omillarini erta aniqlaydi
Onlayn qo'llab-quvvatlash guruhlari	Ijtimoiy va emotsional yordam	Yolg'izlik hissin kamaytiradi va ijtimoiy faollikni oshiradi
Multidissiplinar psixoonkologik xizmat	Kompleks tibbiy va psixologik yordam	Hayot sifati va rehabilitatsiya samaradorligini oshiradi

TAHLIL VA NATIJALAR

Quyida matn ****mazmuni o'zgartirilmagan holda****, grammatik, uslubiy, terminologik va punktuatsion jihatdan tahrir qilindi. Tadqiqot natijalari J. C. Holland, R. S. Lazarus, S. Folkman, A. T. Beck, J. Kabat-Zinn, Patricia A. Ganz va boshqa olimlarning ilmiy xulosalari bilan uyg'unlik kasb etadi. Ularning tadqiqotlarida zamonaviy psixologik texnologiyalar bemorlarning emotsional salomatligini mustahkamlash, psixologik distressni kamaytirish, davolanishga sodiqlikni oshirish hamda hayot sifatini yaxshilashning samarali vositasi sifatida e'tirof etilgan.



Mazkur tadqiqot natijalari ushbu ilmiy qarashlarning O'zbekiston sog'liqni saqlash tizimi sharoitida ham dolzarb ekanligini tasdiqlaydi. Umuman olganda, tadqiqot natijalari onkologik bemorlarga psixologik yordam ko'rsatishda zamonaviy innovatsion texnologiyalarni an'anaviy psixologik xizmatlar bilan integratsiya qilish, telepsixologik platformalarni rivojlantirish, sun'iy intellekt asosidagi psixologik monitoring tizimlarini joriy etish, psixoedukatsion dasturlarni kengaytirish hamda multidissiplinar psixoonkologik yordam modelini takomillashtirish bemorlarning hayot sifatini sezilarli darajada yaxshilashga xizmat qilishini ko'rsatdi.

Ushbu yondashuvlar psixologik yordam samaradorligini oshirish, reabilitatsiya jarayonini tezlashtirish hamda zamonaviy onkologik xizmatlar sifatini yangi bosqichga olib chiqishda muhim ilmiy-amaliy ahamiyat kasb etadi. J. C. Holland psixologik skrining, psixoedukatsiya va multidissiplinar yondashuvni zamonaviy psixoonkologiyani asosiy tamoyillari sifatida e'tirof etadi.

Richard S. Lazarus va Susan Folkman tomonidan ishlab chiqilgan stress va koping nazariyasi ham zamonaviy psixologik texnologiyalarni ishlab chiqishda muhim metodologik asos bo'lib xizmat qiladi [7]. Ularning nazariyasiga ko'ra, onkologik kasallik sharoitida psixologik yordamning asosiy vazifasi bemorlarda konstruktiv koping strategiyalarini rivojlantirish, stressni samarali boshqarish hamda salbiy emotsional reaksiyalarni kamaytirishdan iborat. Hozirgi kunda kognitiv-xulq-atvor terapiyasi, psixologik treninglar va onlayn maslahat platformalarining aksariyati aynan ushbu nazariy yondashuv asosida tashkil etilgan [8].

Aaron T. Beck tomonidan ishlab chiqilgan kognitiv-xulq-atvor terapiyasi (CBT) zamonaviy psixoonkologiyada eng samarali psixologik texnologiyalardan biri sifatida e'tirof etiladi. Ilmiy tadqiqotlar CBT bemorlarda salbiy avtomatik fikrlarni aniqlash va ularni konstruktiv fikrlash usullari bilan almashtirish orqali xavotir, depressiya hamda emotsional zo'riqishni kamaytirishini ko'rsatadi.

Ayniqsa, davolanishning kimyoterapiya va radioterapiya bosqichlarida CBT asosidagi psixologik intervensiyalar bemorlarning davolanishga sodiqligi va psixologik moslashuvini oshirishda yuqori samaradorlikka ega ekanligi qayd etilgan [6]. So'nggi yillarda Jon Kabat-Zinn tomonidan ishlab chiqilgan Mindfulness-Based Stress Reduction (MBSR) dasturi onkologik bemorlar bilan ishlashda keng qo'llanilmoqda.

Ushbu yondashuv ongli e'tibor, meditatsiya va relaksatsiya mashqlari orqali bemorlarning emotsional zo'riqishini kamaytirish, stressga chidamliligini oshirish hamda hayot sifatini yaxshilashga xizmat qiladi. Ko'plab randomizatsiyalangan klinik tadqiqotlar mindfulness dasturlarining xavotir va depressiv simptomlarni kamaytirish, shuningdek, psixologik farovonlikni oshirishdagi yuqori samaradorligini tasdiqlagan [4].

Raqamli texnologiyalarning rivojlanishi bilan psixologik yordamning yangi shakllari - telepsixologiya, mHealth (mobile health), e-mental health va sun'iy intellekt asosidagi psixologik platformalar keng rivojlandi. David Cella, Matthew Loscalzo, Patricia Ganz va boshqa tadqiqotchilar telepsixologik konsultatsiyalar, videokonferensiya orqali psixoterapiya, mobil ilovalar hamda onlayn psixologik dasturlar bemorlarning psixologik yordamdan foydalanish imkoniyatlarini kengaytirishi, geografik va vaqt cheklovlarini kamaytirishi hamda psixologik xizmatlarning uzluksizligini ta'minlashini ilmiy jihatdan asoslab berganlar.

Ayniqsa, COVID-19 pandemiyasidan keyin ushbu texnologiyalar psixoonkologik amaliyotning ajralmas qismiga aylandi. Sun'iy intellekt texnologiyalarining rivojlanishi psixologik yordamni individuallashtirish imkoniyatlarini yanada kengaytirdi. Ilmiy manbalarda sun'iy intellekt asosida ishlovchi chatbotlar, emotsional monitoring tizimlari, avtomatlashtirilgan psixologik skrining vositalari hamda raqamli psixoterapevtik platformalar bemorlarning psixologik holatini muntazam monitoring qilish, xavf omillarini erta aniqlash va individual tavsiyalar ishlab chiqishda samarali vosita sifatida baholanmoqda.

Biroq ko'pchilik olimlar ushbu texnologiyalar mutaxassis-psixolog faoliyatini to'liq almashtira olmasligini, balki uni qo'llab-quvvatlovchi vosita sifatida qo'llash maqsadga muvofiqligini ta'kidlaydilar [5]. Mahalliy ilmiy adabiyotlarda ham sog'liq psixologiyasi, klinik psixologiya va tibbiyot psixologiyasini rivojlantirish, bemorlarning psixologik salomatligini mustahkamlash hamda psixologik xizmatlar sifatini oshirish bo'yicha qator ilmiy tadqiqotlar amalga oshirilgan. O'zbekistonlik olimlar shaxsning psixologik moslashuvi, emotsional barqarorligi, stressga chidamliligi hamda psixologik maslahat xizmatlarini takomillashtirishga oid nazariy yondashuvlarni ishlab chiqqanlar. Biroq onkologik bemorlarga zamonaviy raqamli psixologik texnologiyalar, telepsixologiya va sun'iy intellekt elementlari asosida psixologik yordam ko'rsatish samaradorligini kompleks o'rganuvchi ilmiy izlanishlar hozircha yetarli darajada emas. Bu esa ushbu yo'nalishda yangi ilmiy tadqiqotlarni olib borish zarurligini ko'rsatadi [6]. Adabiyotlar tahlili shuni ko'rsatadiki, zamonaviy psixologik texnologiyalar onkologik bemorlarda emotsional holatni barqarorlashtirish, psixologik moslashuvni kuchaytirish, davolanishga sodiqlikni oshirish va hayot sifatini yaxshilashning muhim vositalari hisoblanadi.

Psixoedukatsiya, kognitiv-xulq-atvor terapiyasi, mindfulness, telepsixologiya, mobil ilovalar, raqamli platformalar hamda sun'iy intellekt asosidagi psixologik xizmatlar multidissiplinar yondashuv bilan uyg'unlashtirilganda yanada yuqori samaradorlikka erishiladi. Shu bilan birga, O'zbekiston sharoitida ushbu texnologiyalarni milliy sog'liqni saqlash tizimiga moslashtirish, ularning amaliy samaradorligini empirik jihatdan baholash hamda mahalliy psixoonkologik xizmatlarga integratsiya qilish masalalari hali to'liq o'rganilmagan bo'lib, bu mazkur tadqiqotning ilmiy yangiligi va dolzarbligini belgilaydi.

XULOSA VA TAKLIFLAR

Xulosa qilib aytganda, onkologik bemorlarga psixologik yordam ko'rsatishning zamonaviy texnologiyalari ularning psixoemotsional holatini yaxshilash, davolanish jarayoniga faol jalb etish va hayot sifatini oshirishda muhim o'rin tutadi. Tadqiqot natijalari shuni ko'rsatdiki, psixoedukatsiya, kognitiv-xulq-atvor terapiyasi, mindfulnessga asoslangan yondashuvlar, telepsixologik xizmatlar, mobil sog'liqni saqlash ilovalari hamda sun'iy intellekt elementlariga asoslangan psixologik platformalar bemorlarning xavotir va depressiv holatlarini kamaytirish, emotsional barqarorligini mustahkamlash hamda psixologik moslashuvini rivojlantirishda samarali vositalar hisoblanadi. Tadqiqot davomida zamonaviy psixologik texnologiyalarning samaradorligi ularning multidisiplinar tibbiy yondashuv bilan uyg'un qo'llanilishiga bevosita bog'liq ekanligi aniqlandi.

Onkolog, klinik psixolog, psixoterapevt, hamshira va ijtimoiy xodimlarning hamkorligi asosida tashkil etilgan kompleks psixologik yordam bemorlarning davolanishga sodiqligini oshiradi, psixologik distressni kamaytiradi, reabilitatsiya jarayonini tezlashtiradi hamda ularning ijtimoiy faolligi va umumiy hayot sifatini yaxshilaydi. Ayniqsa, masofaviy psixologik xizmatlar va raqamli texnologiyalar uzoq hududlarda yashovchi yoki muntazam ravishda tibbiy muassasalarga murojaat qilish imkoniyati cheklangan bemorlar uchun psixologik yordamning uzluksizligini ta'minlashda katta amaliy ahamiyatga ega.

Shuningdek, sun'iy intellekt texnologiyalarining psixoonkologiya amaliyotiga bosqichma-bosqich joriy etilishi bemorlarning psixologik holatini erta baholash, individual psixologik tavsiyalar ishlab chiqish hamda psixologik xavf omillarini o'z vaqtida aniqlash imkoniyatlarini kengaytiradi. Biroq ushbu texnologiyalar inson omiliga asoslangan professional psixologik yordamni to'liq almashtirmasligi, balki klinik psixolog va onkolog faoliyatini qo'llab-quvvatlovchi innovatsion vosita sifatida qo'llanilishi maqsadga muvofiqdir.

Mazkur tadqiqot natijalari onkologik bemorlarga psixologik yordam ko'rsatishning zamonaviy texnologiyalarini ilmiy asosda takomillashtirish, ularni milliy sog'liqni saqlash tizimiga samarali integratsiya qilish hamda bemorlarning hayot sifatini oshirishga qaratilgan psixoonkologik xizmatlarni rivojlantirish uchun nazariy va amaliy asos bo'lib xizmat qiladi. Kelgusida raqamli psixologik platformalar, telepsixologiya va sun'iy intellektga asoslangan psixologik intervensiyalarning samaradorligini turli yosh guruhlari hamda klinik bosqichlardagi onkologik bemorlar ishtirokida empirik jihatdan o'rganish, shuningdek, ularni O'zbekiston sog'liqni saqlash tizimiga moslashtirish bo'yicha ilmiy-amaliy tavsiyalar ishlab chiqish maqsadga muvofiqdir.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati:

1. O'zbekiston Respublikasi Prezidentining Farmoni. "O'zbekiston - 2030" strategiyasi to'g'risida. PF-158-son. 2023-yil 11-sentabr.
2. O'zbekiston Respublikasi Prezidentining Farmoni. "O'zbekiston Respublikasi sog'liqni saqlash tizimini tubdan takomillashtirish bo'yicha kompleks chora-tadbirlar to'g'risida". PF-5590-son. 2018-yil 7-dekabr.
3. O'zbekiston Respublikasi Prezidentining Qarori. "Aholiga onkologik yordam ko'rsatish tizimini yanada takomillashtirish chora-tadbirlari to'g'risida". PQ-2666-son. 2016-yil 21-noyabr.
4. O'zbekiston Respublikasining Qonuni. "Fuqarolar sog'lig'ini saqlash to'g'risida" (yangi tahriri). O'RQ-265-II.
5. Holland J. C., Breitbart W. S., Jacobsen P. B., Lederberg M. S., Loscalzo M. J., McCorkle R. Psycho-Oncology. 3rd ed. New York: Oxford University Press, 2015.
6. Greer J. A., Applebaum A. J., Jacobsen J. C., et al. Understanding and Addressing the Role of Coping in Cancer Care // CA: A Cancer Journal for Clinicians. 2020. Vol. 70(5). P. 329-344.
7. Beck J. S. Cognitive Behavior Therapy: Basics and Beyond. 3rd ed. New York: Guilford Press, 2021.
8. Kabat-Zinn J. Full Catastrophe Living: Using the Wisdom of Your Body and Mind to Face Stress, Pain, and Illness. Revised Edition. New York: Bantam Books, 2013.
9. Carlson L. E., Speca M. Mindfulness-Based Cancer Recovery: A Step-by-Step MBSR Approach to Help You Cope with Treatment and Reclaim Your Life. 2nd ed. Oakland: New Harbinger Publications, 2021.
10. National Comprehensive Cancer Network (NCCN). NCCN Clinical Practice Guidelines in Oncology: Distress Management. Version 2024.
11. World Health Organization. Guide to Cancer Early Diagnosis. Geneva: World Health Organization, 2017.
12. World Health Organization. Global Cancer Observatory: Cancer Tomorrow. Geneva: World Health Organization, 2024.
13. Cella D. F. Measuring Quality of Life in Oncology Research // Nature Reviews Clinical Oncology. 2015.
14. Ganz P. A. Survivorship, Quality of Life, and Psychosocial Care in Cancer Patients // Journal of Clinical Oncology. 2018. Vol. 36(19). P. 1920-1925.

- 
- 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



AKTABGACHA VA AKTAB TA'LIMI

Mas'ul muharrir: Ramzidin Ashurov

Ingliz tili muharriri: Murod Xoliyorov

Musahhih: Alibek Zokirov

Sahifalovchi va dizayner: Iskandar Islomov

2026. №7(2)

© 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.