



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. 386 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
Shermuhammadov 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 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>	
Ruh 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 Sadulloevna</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	



SHAXSNING O'ZINI ANGLASH JARAYONIDA REFLEKSIYANING PSIXOLOGIK MOHIYATI

Achilova Durdona

Mirzo Ulug'bek nomidagi
O'zbekiston Milliy universiteti Jizzax filiali

Annotatsiya: Mazkur maqolada shaxsning o'zini anglash jarayonida refleksiyaning psixologik mohiyati nazariy jihatdan tahlil qilingan. O'zini anglash shaxsning o'z imkoniyatlari, ehtiyojlari, qadriyatlari, hissiy holatlari, xulq-atvori hamda ijtimoiy mavqei to'g'risidagi tasavvurlarini shakllantiruvchi murakkab psixologik jarayon sifatida yoritilgan. Refleksiya mazkur jarayonning ichki psixologik mexanizmi sifatida insonning o'z fikrlari, kechinmalari, motivlari va faoliyati natijalarini tahlil qilishi, baholashi hamda qayta tashkil etishini ta'minlovchi omil ekanligi asoslangan.

Tadqiqotda nazariy tahlil, qiyosiy tahlil, umumlashtirish va tizimlashtirish metodlaridan foydalanildi. Olingan natijalar refleksiyaning kognitiv, emotsional, motivatsion, ijtimoiy va regulativ komponentlari shaxsning o'zini anglash jarayonining yaxlitligini ta'minlashini ko'rsatdi. Shuningdek, konstruktiv refleksiya va samarasiz ruminatsiya o'rtasidagi psixologik farqlar ochib berildi. Tadqiqot yakunida refleksiya shaxsiy o'sish, adekvat o'zini baholash, mas'uliyatli qaror qabul qilish hamda ichki tajribani mazmunli talqin etishning muhim psixologik sharti ekanligi xulosalandi.

Kalit so'zlar: shaxs, o'zini anglash, refleksiya, refleksivlik, "Men" konsepsiyasi, o'zini baholash, metakognitsiya, insayt, ruminatsiya, o'zini boshqarish.

Abstract: This article provides a theoretical analysis of the psychological essence of reflection in the process of self-awareness. Self-awareness is considered a complex psychological process through which individuals develop an understanding of their abilities, needs, values, emotional states, behavior, and social status. Reflection is conceptualized as the internal psychological mechanism that enables individuals to examine, evaluate, and reconstruct their thoughts, experiences, motives, and the outcomes of their activities.

The study employed theoretical analysis, comparative analysis, generalization, and systematization methods. The findings indicate that the cognitive, emotional, motivational, social, and regulatory dimensions of reflection ensure the integrity of the self-awareness process. Furthermore, the study distinguishes constructive reflection from maladaptive rumination and highlights their different psychological functions. It is concluded that reflection constitutes a fundamental psychological condition for personal growth, accurate self-evaluation, responsible decision-making, and meaningful interpretation of one's internal experiences.

Key words: personality, self-awareness, reflection, reflectivity, self-concept, self-esteem, metacognition, insight, rumination, self-regulation.

Аннотация: В данной статье теоретически анализируется психологическая сущность рефлексии в процессе самопознания личности. Самопознание рассматривается как сложный психологический процесс, обеспечивающий формирование представлений личности о собственных возможностях, потребностях, ценностях, эмоциональных состояниях, поведении и социальном статусе. Рефлексия обосновывается как внутренний психологический механизм данного процесса, обеспечивающий осмысление, оценку и переосмысление человеком своих мыслей, переживаний, мотивов и результатов собственной деятельности. В исследовании использованы методы теоретического анализа, сравнительного анализа, обобщения и систематизации.

Полученные результаты показали, что когнитивные, эмоциональные, мотивационные, социальные и регулятивные компоненты рефлексии обеспечивают целостность процесса самопознания личности. Кроме того, раскрыты психологические различия между конструктивной рефлексией и непродуктивной руминацией. Сделан вывод о том, что рефлексия является важнейшим психологическим условием личностного роста, адекватной самооценки, принятия ответственных решений и осмысленной интерпретации внутреннего опыта.

Ключевые слова: личность, самопознание, рефлексия, рефлексивность, Я-концепция, самооценка, метакогниция, инсайт, руминация, саморегуляция.

KIRISH

Zamonaviy psixologiyada shaxsning o'zini anglashi uning ruhiy taraqqiyoti, ijtimoiy moslashuvi va hayotiy yo'nalishini belgilovchi asosiy jarayonlardan biri sifatida qaraladi. Inson tashqi olamni bilish bilan bir qatorda o'zining ichki dunyosini, xatti-harakatlarining sabablarini, imkoniyatlari va cheklovlarini ham anglashga intiladi. Mazkur intilish natijasida shaxsda o'zi haqidagi nisbatan barqaror bilimlar, hissiy munosabatlar va xulq-atvor yo'nalishlarini birlashtiruvchi "Men" konsepsiyasi shakllanadi. Biroq o'zini anglash tayyor holda berilmaydi; u tajriba, muloqot, faoliyat, ijtimoiy baholash va ichki tahlil ta'sirida uzluksiz rivojlanib boradi.

Refleksiya o'zini anglashning markaziy psixologik mexanizmlaridan biridir. U insonning o'z ruhiy jarayonlariga nazar tashlashi, sodir bo'lgan voqea va xatti-harakatlarni qayta ko'rib chiqishi, ularning mazmunini anglab yetishi hamda kelgusi faoliyatini ongli ravishda takomillashtirishini anglatadi.

J. Dyui reflektiv tafakkurni muammoni shunchaki eslash emas, balki dalillar va ehtimoliy oqibatlarni izchil tahlil qilishga asoslangan faol fikrlash shakli sifatida talqin qilgan ^[1].

G. Midning ijtimoiy-psixologik qarashlarida esa shaxsning o'ziga boshqalarning nuqtayi nazaridan qaray olishi "Men" konsepsiyasining shakllanishida hal qiluvchi ahamiyat kasb etadi ^[2]. Shu jihatdan refleksiya individual ongning ichki hodisasi bo'lishi bilan birga, ijtimoiy munosabatlar ta'sirida shakllanadigan psixologik jarayon ham hisoblanadi.

Muammoning dolzarbligi shundaki, o'zini anglash darajasi yuqori bo'lgan shaxs o'z ehtiyojlari va qadriyatlarini aniqroq farqlaydi, qabul qilayotgan qarorlarining ehtimoliy oqibatlarini oldindan baholaydi hamda ziddiyatli vaziyatlarda o'z xulq-atvorini boshqarishga ko'proq qodir bo'ladi. Aksincha, o'zini tahlil qilish qobiliyatining yetarli darajada shakllanmaganligi tashqi baholarga ortiqcha qaramlik, o'z imkoniyatlarini noto'g'ri baholash, hissiy beqarorlik va maqsadlarni tanlashdagi noaniqlik bilan namoyon bo'lishi mumkin. Shu sababli refleksiyaning o'zini anglashdagi o'rnini aniqlash nafaqat nazariy, balki ta'lim, psixologik maslahat, psixoprofilaktika hamda shaxsiy rivojlanish amaliyoti uchun ham muhim ilmiy-amaliy ahamiyatga ega.

Mazkur tadqiqotning maqsadi shaxsning o'zini anglash jarayonida refleksiyaning psixologik mohiyati, tarkibiy komponentlari va funksiyalarini nazariy jihatdan asoslashdan iborat. Shuningdek, refleksiya, insayt, o'zini baholash, o'zini boshqarish hamda ruminatsiya o'rtasidagi o'zaro munosabatlarni aniqlashtirish mazkur maqolaning asosiy ilmiy yo'nalishlaridan birini tashkil etadi.

MAVZUGA OID ADABIYOTLAR SHARHI

Maqola nazariy-tahliliy xususiyatga ega bo'lib, unda refleksiya va o'zini anglash muammosiga doir klassik hamda zamonaviy psixologik manbalar o'rganildi. Tadqiqot materiali sifatida faoliyat, madaniy-tarixiy, gumanistik, ijtimoiy-interaksionistik hamda metakognitiv yondashuvlarga mansub ilmiy qarashlar tanlandi.

Nazariy tahlil orqali refleksiya tushunchasining mazmuni va uning o'zini anglash bilan o'zaro bog'liqligi ochib berildi. Qiyosiy metod turli konsepsiyalardagi umumiy va farqli jihatlarni aniqlashga xizmat qildi. Tizimlashtirish asosida refleksiyaning kognitiv, emotsional, motivatsion, ijtimoiy va regulativ jihatlari ajratib ko'rsatildi. Umumlashtirish metodi yordamida refleksiyaning konstruktiv va destruktiv ko'rinishlariga oid ilmiy xulosalar yagona konseptual yondashuv doirasida birlashtirildi.

Tahlilda refleksiyani o'lchashga qaratilgan psixodiagnostik yondashuvlar ham inobatga olindi. A. M. Grant, J. Franklin va P. Langford tomonidan ishlab chiqilgan Self-Reflection and Insight Scale metodikasi refleksiyani shaxsning o'z fikrlari, hissiyotlari va xulq-atvorini tahlil qilishi bilan, insaytni esa ushbu ichki tajribaning aniq anglanishi bilan bog'laydi ^[7].

A. V. Karpov refleksivlikni psixik xususiyat sifatida talqin qilib, uning vaziyatga, o'tmish tajribasiga va kelajak faoliyatiga yo'naltirilgan shakllarini diagnostik nuqtayi nazardan ajratgan ^[9].

Ushbu yondashuvlar refleksiya faqat alohida fikrlash amali emas, balki shaxsning nisbatan barqaror individual-psixologik xususiyati ekanligini ko'rsatadi.

Nazariy manbalarni tanlashda refleksiyaning o'zini anglashdagi funksiyasini bevosita yoki bilvosita yorituvchi konsepsiyalarga ustuvorlik berildi. Ilmiy qarashlar tushunchalarning o'zaro aloqadorligi, refleksiyaning yuzaga kelish manbalari, uning shaxsiy taraqqiyotga ta'siri hamda konstruktiv va samarasiz shakllarining mezonlari asosida tahlil qilindi.

Nazariy tahlil natijasida o'zini anglash shaxsning o'zi haqidagi ma'lumotlarni qabul qilishi, tanlashi, talqin etishi va ularni yagona mazmuniy tizimga birlashtirishi jarayoni ekanligi aniqlandi. Bu jarayonda shaxs "Men kimman?", "Nimani xohlayman?", "Nega shunday harakat qildim?", "Boshqalar meni qanday qabul qiladi?" va "Qanday inson bo'lishni istayman?" kabi savollarga bevosita yoki bilvosita javob izlaydi. Refleksiya mazkur savollarni ongli ravishda qo'yish, ichki tajribani tahlil qilish hamda mavjud tasavvurlarni qayta ko'rib chiqish imkonini beradi. Demak, o'zini anglash shaxs haqidagi psixologik mazmunni shakllantirsa, refleksiya ushbu mazmunni hosil qilish va yangilash mexanizmi vazifasini bajaradi.



Refleksiyaning kognitiv jihati insonning o'z fikrlash jarayonlari, e'tiqodlari, qarorlari va bilim chegaralarini kuzatishida namoyon bo'ladi. J. Flavell metakognitsiyani shaxsning o'z bilish jarayonlari haqidagi bilimlari hamda ularni nazorat qilish qobiliyati bilan bog'lagan ^[5].

Refleksiya metakognitiv monitoring orqali shaxsga o'z xulosalarining asoslanganligini tekshirish, xatolarni tan olish hamda muqobil qarashlarni ko'rib chiqish imkonini beradi. Shu sababli u tanqidiy fikrlash, muammolarni hal etish va ongli qaror qabul qilishning muhim ichki sharti hisoblanadi. Biroq o'z fikrlarini ko'p tahlil qilishning o'zi yetarli emas. Tahlil yangi tushuncha, xulosa va amaliy o'zgarishlarga olib kelgandagina konstruktiv mazmun kasb etadi.

Refleksiyaning emotsional jihati shaxsning o'z kechinmalarini tanishi, ularni nomlashi, kelib chiqish sabablarini anglashi va adekvat ifodalash qobiliyatini qamrab oladi. Inson ba'zan qayg'u, g'azab, qo'rquv yoki uyat hissini boshdan kechiradi, ammo bu holatlarning asl manbasini darhol tushunmaydi. Refleksiv tahlil hissiy tajribani muayyan vaziyat, ehtiyoj va qadriyatlar bilan bog'lashga yordam beradi. Natijada hissiyot boshqarib bo'lmaydigan kuch sifatida emas, balki shaxs uchun muhim axborot manbai sifatida qabul qilinadi. Bu jarayon o'ziga nisbatan samimiylikni kuchaytiradi, ichki ziddiyatlarni tan olishga yordam beradi hamda hissiy o'zini boshqarish qobiliyatini rivojlantiradi.

Motivatsion jihatdan refleksiya xatti-harakatlarning tashqi ko'rinishi ortida yotgan haqiqiy ehtiyoj va niyatlarni aniqlashtiradi. Shaxs ayrim hollarda ijtimoiy ma'qullanishga intilish, muvaffaqiyatsizlikdan qo'rqish yoki boshqalarning talablariga moslashishni o'zining mustaqil istagi sifatida qabul qilishi mumkin. Refleksiya ichki va tashqi motivlarni farqlashga, tanlangan maqsadning shaxsiy qadriyatlarga qanchalik mos kelishini baholashga imkon beradi.

K. Rogersning gumanistik qarashlarida o'z tajribasiga ochiqlik hamda real "Men" bilan ideal "Men" o'rtasidagi muvofiqlik psixologik yetuklikning muhim belgisi sifatida e'tirof etiladi ^[4]. Refleksiya aynan ana shu muvofiqlikni baholash va sun'iy moslashuvlardan voz kechishning muhim psixologik vositasi bo'lib xizmat qiladi.

TADQIQOT METODOLOGIYASI

O'zini anglashning ijtimoiy tabiati refleksiyaning yana bir muhim jihatini namoyon etadi. Shaxs o'zi haqidagi tasavvurlarni faqat ichki kuzatish orqali emas, balki boshqalarning munosabati, bahosi va kutishlarini idrok etish orqali ham shakllantiradi. G. Mid ta'kidlaganidek, inson o'zini muloqot jarayonida boshqa kishining pozitsiyasidan ko'ra boshlaydi ^[2]. Shu asosda ijtimoiy refleksiya, ya'ni "Boshqalar meni qanday ko'rmoqda?" degan savol yuzaga keladi. Bunday qobiliyat empatiya, hamkorlik va shaxslararo mas'uliyatni rivojlantiradi. Shu bilan birga, tashqi bahoga haddan tashqari bog'lanish o'zini anglash mazmunini buzishi mumkin. Sog'lom refleksiya boshqalarning fikrini mutlaq haqiqat sifatida qabul qilmaydi, balki uni shaxsiy tajriba va qadriyatlari bilan qiyoslaydi.

Refleksiyaning regulativ funksiyasi o'zini anglashni real xulq-atvordagi o'zgarishlar bilan bog'laydi. Inson o'z xatti-harakatlarini tahlil qilib, maqsad va natija o'rtasidagi tafovutni anglaydi, xatolar sabablarini aniqlaydi hamda keyingi faoliyati uchun yangi strategiyani ishlab chiqadi. Grant, Franklin va Langford tadqiqotlarida refleksiya hamda insayt o'zini boshqarish va maqsadga yo'naltirilgan o'zgarishlarning muhim metakognitiv omillari sifatida ko'rsatilgan. Mualliflar refleksiya bilan insayt bir xil tushuncha emasligini, inson uzoq vaqt davomida o'zini tahlil qilgan taqdirda ham har doim ham aniq tushunchaga erisha olmasligini qayd etadilar ^[7]. Demak, samarali refleksiya faqat ichki kuzatishdan iborat bo'lmay, balki anglangan xulosalarni aniq qaror va amaliy harakatlarga aylantirishni ham talab qiladi. Tadqiqot natijalari refleksiya va insayt alohida psixologik omillar ekanligini hamda refleksiya har doim avtomatik ravishda aniq o'zini tushunishga olib kelmasligini ko'rsatgan.

Tahlillar refleksiya va ruminatsiya o'rtasidagi chegarani aniq belgilash zarurligini ko'rsatdi. P. Trapnell va J. Campbell ichki diqqatning ikki turini farqlab, refleksiyani qiziqish va o'zini tushunishga intilishga asoslangan konstruktiv jarayon, ruminatsiyani esa xavotir, tahdid va salbiy kechinmalar atrofida takroran aylanadigan samarasiz fikrlar jarayoni sifatida izohlaydilar ^[6]. Refleksiya "Bu vaziyat menga nimani o'rgatdi?" degan savolga yo'naltirilsa, ruminatsiya "Nega bu aynan men bilan sodir bo'ldi?" mazmunidagi javobsiz takroriy mulohazalarga berilib ketadi. Birinchisi yangi ma'no, tanlov va harakat imkoniyatlarini kengaytirsa, ikkinchisi shaxsni o'tmishdagi salbiy tajribaga bog'lab qo'yadi. Shu sababli refleksivlikning yuqori darajasi har doim ham psixologik farovonlikni avtomatik ravishda anglatmaydi. Uning yo'nalishi, sifati va natijasi hal qiluvchi ahamiyatga ega.

Refleksiya vaqt o'lchoviga ko'ra ham turli shakllarda namoyon bo'ladi. Retrospektiv refleksiya o'tgan voqea va xatti-harakatlarni qayta tahlil qilishga, situativ refleksiya ayni vaziyatni kuzatish va tezkor tuzatishga, istiqbolli refleksiya esa kelajakdagi maqsadlar, ehtimoliy qiyinchiliklar va oqibatlarni oldindan baholashga xizmat qiladi. Mazkur shakllarning uyg'unligi shaxsga hayotiy tajribadan saboq chiqarish, hozirgi vaziyatda ongli ravishda ishtirok etish hamda kelajakni mas'uliyat bilan rejalashtirish imkonini beradi. Faqat o'tmishga qaratilgan refleksiya ruminatsiyaga, faqat kelajakka yo'naltirilgan tahlil esa ortiqcha xavotirga aylanishi mumkin. Muvozanatli refleksiya esa ushbu uch vaqt o'lchovini yagona shaxsiy rivojlanish jarayoniga integratsiyalaydi.

TAHLIL VA NATIJALAR

Olingan natijalar refleksiyaning o'zini anglashning oddiy tarkibiy qismi emas, balki uning shakllanishi va yangilanishini ta'minlovchi asosiy psixologik mexanizm sifatida talqin qilish imkonini beradi. Madaniy-tarixiy yondashuv nuqtayi nazaridan ichki nutq va ongli o'zini boshqarish dastlab ijtimoiy faoliyat jarayonida shakllanib, keyinchalik ichki psixik jarayonga aylanadi. L. S. Vygotskiy tafakkur va nutqning rivojlanishini ijtimoiy muloqotning ichkilashtirilishi bilan bog'lagan^[3]. Shundan kelib chiqib, refleksiyaning ham boshqalarning savollari, baholari va dialoglari ta'sirida yuzaga kelib, keyinchalik shaxsning o'zi bilan ichki muloqotiga aylanuvchi psixologik qobiliyat sifatida tushunish mumkin.

Refleksiyaning rivojlanishi shaxsda muayyan psixologik masofani hosil qiladi. Inson o'z fikri yoki hissiyatini mutlaq haqiqat sifatida emas, balki "mening ayni paytdagi fikrim" va "men boshdan kechirayotgan holatim" sifatida idrok eta boshlaydi. Mazkur psixologik masofa shaxsni o'z kechinmalaridan uzoqlashtirmaydi, aksincha, ularga ongli yondashish, ularni boshqarish, qayta baholash va mazmunli tarzda integratsiya qilish imkonini beradi. Masalan, "Men muvaffaqiyatsiz insonman" degan qat'iy xulosa reflektiv tahlil natijasida "Men ushbu vazifada kutilgan natijaga erisha olmadim, buning sabablari va tuzatish yo'llari mavjud" degan realistik qarash bilan almashishi mumkin. Bunday o'zgarish o'zini baholashning barqarorlashuviga xizmat qiladi hamda alohida xatoni shaxsning umumiy qadr-qimmatini bilan tenglashtirishning oldini oladi.

Refleksiya shaxsning real "Men", ideal "Men" va ijtimoiy "Men" o'rtasidagi munosabatlarni anglashga ham yordam beradi. Real "Men" shaxsning mavjud imkoniyatlari va xususiyatlari haqidagi tasavvurlarini, ideal "Men" u ega bo'lishni istaydigan sifatlarni, ijtimoiy "Men" esa boshqalar tomonidan qanday qabul qilinishi haqidagi qarashlarni ifodalaydi. Mazkur tuzilmalar o'rtasida sezilarli tafovut mavjud bo'lsa, shaxsda ichki ziddiyat, o'zidan qoniqmaslik va xavotir yuzaga kelishi mumkin. Refleksiya ushbu tafovutni inkor etish yoki undan iztirob chekish o'rniga, uni shaxsiy rivojlanish vazifasi sifatida qayta talqin etishga imkon yaratadi.

Shu bilan birga, refleksiyaning rivojlantirishda faqat o'ziga ko'proq e'tibor qaratishni tavsiya etish yetarli emas. Reflektiv savollarning mazmuni, tahlilning dalillarga asoslanganligi, o'ziga nisbatan xolis va mehribon munosabat hamda chiqarilgan xulosalarning amaliy harakat bilan yakunlanishi muhim ahamiyat kasb etadi. Refleksiya insonni doimiy ravishda o'zini ayblashga emas, balki mas'uliyatni anglashga olib kelishi lozim. Mas'uliyat sodir bo'lgan har bir holat uchun o'zini aybdor deb bilish emas, balki o'z ta'sir doirasidagi omillarni tan olish va keyingi qadamlarni ongli ravishda belgilashni anglatadi.

XULOSA VA TAKLIFLAR

Ta'lim va psixologik maslahat amaliyotida reflektiv kundalik yuritish, yo'naltiruvchi savollar, vaziyat tahlili, qayta aloqa, o'zini baholash hamda dialogik suhbat kabi usullar samarali vositalar bo'lishi mumkin. Biroq ularning asosiy maqsadi shaxsni cheksiz ichki tahlilga undash emas, balki o'z tajribasidan mazmun chiqarish va real o'zgarishlar uchun psixologik asos yaratishdan iborat. Refleksiya xavfsiz, hukmsiz va ishonchli psixologik muhitda qo'llab-quvvatlanganda shaxs o'zining zaif jihatlarni ortiqcha himoyalansiz tan olishi, kuchli tomonlarini real baholashi hamda rivojlanish maqsadlarini aniqroq belgilashi mumkin.

Mazkur nazariy tahlil refleksiyaning barcha shakllari bir xil psixologik natija bermasligini ko'rsatdi. Refleksiyaning konstruktivligi ichki tahlilning obyektivligi, muammoga yechim nuqtayi nazaridan yondashilishi, shaxsiy qadriyatlarga tayanilishi hamda olingan xulosalarning amaliy faoliyatga tatbiq etilishi bilan belgilanadi. Refleksiya faqat salbiy tajribaga yo'naltirilsa, o'zini ayblash va samarasiz fikriy takrorlanish kuchayishi mumkin. Ijobiy va salbiy tajribalarni uyg'un holda tahlil qilish esa shaxsning o'z imkoniyatlarini yaxlit va real anglashiga xizmat qiladi.

Shaxsning o'zini anglash jarayonida refleksiya ichki tajribani kuzatish, tushunish, baholash va qayta tashkil etishga xizmat qiluvchi murakkab psixologik mexanizm hisoblanadi. U "Men" konsepsiyasi mazmunini boyitadi, o'zini baholashning adekvatligini oshiradi, hissiyot va motivlarni anglashga yordam beradi hamda shaxsiy qarorlarni qadriyatlar bilan muvofiqlashtiradi. Refleksiyaning kognitiv, emotsional, motivatsion, ijtimoiy va regulativ jihatlari o'zaro uzviy bog'liq bo'lib, ulardan birining sust rivojlanishi o'zini anglash jarayonining yaxlitligiga salbiy ta'sir ko'rsatadi.

Konstruktiv refleksiya shaxsni yangi tushuncha, mas'uliyatli tanlov va amaliy harakatga olib keladi. Rumination o'ziga qaratilganlik esa salbiy kechinmalarni takrorlash bilan cheklanib, o'zgarish imkoniyatlarini toraytiradi. Shu sababli refleksiyaning samaradorligi uning miqdori bilan emas, balki maqsadi, mazmuni, xolisligi va natijasi bilan belgilanadi. O'zini anglashning yetuk shakli insonning o'ziga tashqaridan qaray olishi bilan bir qatorda, o'z tajribasini qabul qilishi, undan saboq chiqarishi va kelajakdagi xulq-atvorini ongli ravishda boshqarishini ham nazarda tutadi.



Refleksiyaning rivojlanishi shaxsning psixologik barqarorligini, ongli o'zini boshqarishini, ijtimoiy munosabatlarda mas'uliyatli ishtirok etishini hamda hayotiy maqsadlarini mustaqil ravishda belgilashini qo'llab-quvvatlaydi. Demak, refleksiya o'zini anglashning asosiy psixologik mexanizmi, shaxsiy o'sishning muhim sharti va insonning o'z hayot faoliyatini ongli ravishda tashkil etish vositasi hisoblanadi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati:

1. Dewey J. How We Think: A Restatement of the Relation of Reflective Thinking to the Educative Process / J. Dewey. - 2nd ed. - Boston : D. C. Heath and Company, 1933. - 301 p.
2. Mead G. H. Mind, Self, and Society: From the Standpoint of a Social Behaviorist / G. H. Mead ; ed. by C. W. Morris. - Chicago : University of Chicago Press, 1934. - 401 p.
3. Vygotsky L. S. Thought and Language / L. S. Vygotsky ; transl. and ed. by A. Kozulin. - Cambridge, MA : MIT Press, 1986. - 287 p.
4. Rogers C. R. On Becoming a Person: A Therapist's View of Psychotherapy / C. R. Rogers. - Boston : Houghton Mifflin Company, 1961. - 420 p.
5. Flavell J. H. Metacognition and cognitive monitoring: A new area of cognitive-developmental inquiry / J. H. Flavell // American Psychologist. - 1979. - Vol. 34, № 10. - P. 906-911. - DOI: 10.1037/0003-066X.34.10.906.
6. Trapnell P. D. Private self-consciousness and the five-factor model of personality: Distinguishing rumination from reflection / P. D. Trapnell, J. D. Campbell // Journal of Personality and Social Psychology. - 1999. - Vol. 76, № 2. - P. 284-304. - DOI: 10.1037/0022-3514.76.2.284.
7. Grant A. M. The Self-Reflection and Insight Scale: A new measure of private self-consciousness / A. M. Grant, J. Franklin, P. Langford // Social Behavior and Personality: An International Journal. - 2002. - Vol. 30, № 8. - P. 821-836. - DOI: 10.2224/sbp.2002.30.8.821.
8. Carver C. S. On the Self-Regulation of Behavior / C. S. Carver, M. F. Scheier. - Cambridge : Cambridge University Press, 1998. - 439 p.
9. Карпов А. В. Рефлексивность как психическое свойство и методика ее диагностики / А. В. Карпов // Психологический журнал. - 2003. - Т. 24, № 5. - С. 45-57.
10. Карпов А. В. Психология рефлексии / А. В. Карпов, И. М. Скитяева. - Москва ; Ярославль : Аверс-Пресс, 2002. - 304 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



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.