ISSN: 3060-4613

MAKTABGACHA VA MAKTAB TA'LIMI VAZIRLIGI

O'zbekiston Milliy Pedagogika Universiteti



№9(4)
2026

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

MAKTABGACHA VA MAKTAB TA'LIMI

Pedagogika, psixologiya fanlariga ixtisoslashgan ilmiy jurnal

MAKTABGACHA VA MAKTAB TA'LIMI

Elektron nashr. 86 sahifa,
25-sentyabr, 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
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
Raxmonova Z. A. – filologiya fanlari bo'yicha falsafa doktori (PhD)
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
Shermuhammadov 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
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
Rakhmonova Z.A. – Doctor of Philosophy (PhD) in Philological Sciences, Associate Professor
Nematov Sh.E. – Candidate of Pedagogical Sciences (PhD)
Tillashayxova X.A. – Candidate of Psychological Sciences (PhD), Associate Professor
Yuldasheva F.I. – Doctor of Philosophy in Pedagogical Sciences (PhD), Associate Professor
Yuldasheva D.B. – Doctor of Philosophy (PhD) in Philological Sciences, Associate Professor
Tangriyev A.T. – is a professor of Tashkent State University of Economics
Ashurov R. R. – Doctor of Philosophy (PhD) in Psychology, Associate Professor
Panjiyev M. A. – First Deputy Head of the Department of Preschool and School Education of the Kashkadarya Region
Khudaiberganov N. A. – Senior Researcher of the Department of Natural Sciences of the Khorezm Mamun Academy, Doctor of Philosophy (PhD) in Biological Sciences
Vakhobov Anvar Abdusattor oglu – Doctor of Philosophy in Pedagogical Sciences, Associate Professor

"Maktabgacha va maktab ta'limi" jurnali O'zbekiston Respublikasi Oliy attestatsiya komissiyasining quyidagi qarorlariga asosan pedagogika va psixologiya fanlari bo'yicha falsafa doktori (PhD) hamda fan doktori (DSc) ilmiy darajasiga talabgorlarning dissertatsiyalaridagi asosiy ilmiy natijalarni chop etish uchun milliy ilmiy nashrlar ro'yxatiga kiritilgan:
Pedagogika fanlari bo'yicha: OAK Kengashi tavsiyasi (26.08.2024-y., №11-05-4381/01) asosida:
• Ekspert kengashi (29.10.2024-y., №10)
• Rayosat qarori (31.10.2024-y., №363/5)
Psixologiya fanlari bo'yicha: Toshkent davlat pedagogika universiteti murojaatiga asosan OAK tavsiyasi (24.04.2025-y., №11-05-2566/01):
• Ekspert kengashi (25.05.2025-y., №10)
• Rayosat qarori (08.05.2025-y., №370/5)

"Maktabgacha va maktab ta'limi" jurnali

26.09.2023-yildan

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

Litsenziya raqami: **№136361**

MUNDARIJA СОДЕРЖАНИЕ CONTENTS

MUNDARIJA

Academic and Translingual Competence as an Integrative Construct in Higher Education: a Theoretical Framework 10
Davronova Fotima Pirnazarovna

Ovqatlanish xulq-atvori buzilgan bemorlarning emotsional va shaxslilik xususiyatlarining klinik-psixologik tahlili 14
Abdumutalibova Mag'firat Mirodil qizi

Bo'lajak boshlang'ich sinf o'qituvchilarining metakognitiv kompetensiyalarini rivojlantirishga yo'naltirilgan metodik tizim modeli 18
Melliyeva Dilfuza O'ralovna

Boshlang'ich sinf o'quvchilarining 5K kompetensiyalarini baholash mezonlari va indikatorlari 24
Himoyeva Sarvarbegim Jamilovna, Qodirov Zayniddin Zaripovich

Bo'lajak pedagoglarda stressli vaziyatlarda xulq-atvor xususiyatlarini tadqiq etishning psixodiagnostik asoslari 29
Olimova Firuza Aslonovna

Developing the Skill of Evaluating the Reliability of Information Sources in Teaching English 35
Sherimbetova Nasiba Ravshanbek kizi

Tarmoq texnologiyalari fanida sun'iy intellekt asosidagi web-platformaning didaktik imkoniyatlari 42
Yuldashev Shadiyor Shuxrat o'g'li

Maxsus ta'lim ehtiyojiga ega o'quvchilarning ijtimoiy-psixologik rivojlanishini qo'llab-quvvatlashda sun'iy intellekt imkoniyatlari 48
Abdujabborova Dildora Saidmurot qizi

Pedagogik jarayonlar davomida talaba-yoshlar egallagan faol fuqarolikning ijtimoiy-madaniy ahamiyati 56
Xabibulla Muratov Abduqodirovich

Maktabgacha tayyorlov yoshdagi bolalarda atrof muhitga munosabatini shakllantirishning zamonaviy usullari 65
Umarova Dildora Nizom qizi

Maktabgacha yoshdagi bolalarning obrazli va bog'lanishli nutqini rivojlantirish hamda nutqiy qiyinchiliklarni erta aniqlashning pedagogik-psixologik asoslari 70
Axmedova Muyassar Xadimatovna, Maqsudboyeva Dilbar Olimjon qizi

Umumta'lim maktabi o'quvchilarida ochiq javobli PISA topshiriqlarining produktiv fikrlashni rivojlantirishdagi o'rni 76
Xudayberdiyeva Muxayyo Karshiboyevna



OVQATLANISH XULQ-ATVORI BUZILGAN BEMORLARNING EMOTSIONAL VA SHAXSLILIK XUSUSIYATLARINING KLINIK-PSIXOLOGIK TAHLILI

Abdumutalibova Mag'firat Mirodil qizi
Toshkent davlat tibbiyot universiteti
"Pedagogika va psixologiya" kafedrasi doktoranti
ORCID: 0009-0004-6220-6474

Annotatsiya: Maqolada ovqatlanish xulq-atvori buzilgan bemorlarning emotsional, shaxslilik va nazorat xususiyatlari klinik-psixologik nuqtayi nazardan tahlil qilingan. Tadqiqot ortiqcha tana vaznli va semizlikka chalingan 100 nafar ayol ishtirokida o'tkazilgan bo'lib, unda Gollandiya ovqatlanish xulqi so'rovnomasi (DEBQ), ovqatlanish xulq-atvorini baholash shkalasi (EDI), Zungning depressiyani o'z-o'zini baholash shkalasi, nevrozni ekspress-diagnostika qilish metodikasi, J. Rotterning subyektiv nazorat darajasini aniqlash so'rovnomasi hamda "Katta beshlik" shaxslilik so'rovnomasidan foydalanilgan. Natijalar shuni ko'rsatdiki, yosh, tana massa indeksi, oilaviy holat va ma'lumot darajasi ovqatlanish xulqining alohida shakllarini farqlovchi omillar sifatida namoyon bo'ladi, xavotir va depressiya darajasi esa emotsional hamda tashqi ovqatlanishning kuchayishida markaziy rol o'ynaydi. Shuningdek, bemorlarning shaxslilik profili (ochiqlik, vijdonlilik, ekstraversiya, do'stonalik, emotsional barqarorlik) ijtimoiy-demografik mezonlar bilan statistik ahamiyatli bog'liqligi aniqlandi. Olingan natijalar asosida ovqatlanish xulq-atvori buzilgan bemorlar bilan ishlashda kompleks psixodiagnostik baholash va differensial psixokorreksion yondashuvni joriy etish tavsiya etiladi.

Kalit so'zlar: ovqatlanish xulq-atvori buzilishi, emotsional ovqatlanish, semizlik, xavotir, depressiya, perfeksionizm, shaxslilik xususiyatlari, klinik psixologiya.

Abstract: The article presents a clinical-psychological analysis of the emotional, personality and self-control characteristics of patients with eating behavior disorders. The study involved 100 women with overweight and obesity, using the Dutch Eating Behavior Questionnaire (DEBQ), the Eating Disorder Inventory (EDI), Zung's Self-Rating Depression Scale, an express-diagnostic neurosis method, J. Rotter's Locus of Control Questionnaire, and the Big Five personality inventory. The results showed that age, body mass index, marital status and education level act as differentiating factors for particular forms of eating behavior, while anxiety and depression levels play a central role in intensifying emotional and external eating. A statistically significant relationship was also found between patients' personality profile (openness, conscientiousness, extraversion, agreeableness, emotional stability) and socio-demographic indicators. Based on the findings, the implementation of comprehensive psychodiagnostic assessment and a differentiated psychocorrectional approach is recommended for working with this category of patients.

Key words: eating behavior disorder, emotional eating, obesity, anxiety, depression, perfectionism, personality traits, clinical psychology.

Аннотация: В статье с клинико-психологической точки зрения проанализированы эмоциональные, личностные и контрольные особенности пациентов с нарушениями пищевого поведения. Исследование проведено с участием 100 женщин с избыточной массой тела и ожирением с использованием Голландского опросника пищевого поведения (DEBQ), шкалы оценки расстройств пищевого поведения (EDI), шкалы самооценки депрессии Цунга, методики экспресс-диагностики невроза, опросника уровня субъективного контроля Дж. Роттера и опросника "Большая пятёрка". Результаты показали, что возраст, индекс массы тела, семейное положение и уровень образования выступают факторами, дифференцирующими отдельные формы пищевого поведения, а уровень тревожности и депрессии играет центральную роль в усилении эмоционального и внешнего типов питания. Также установлена статистически значимая связь личностного профиля пациенток (открытость, добросовестность, экстраверсия, доброжелательность, эмоциональная стабильность) с социально-демографическими показателями. На основе полученных данных рекомендуется внедрение комплексной психодиагностической оценки и дифференцированного психокоррекционного подхода при работе с данной категорией пациентов.

Ключевые слова: нарушение пищевого поведения, эмоциональное питание, ожирение, тревожность, депрессия, перфекционизм, личностные особенности, клиническая психология.

KIRISH

Jahon Sog'liqni Saqlash Tashkiloti ma'lumotlariga ko'ra, dunyo aholisining qariyb 30 foizi ortiqcha vaznli yoki semirib ketgan bo'lib, kelgusi yillarda bu ko'rsatkichning yanada oshishi prognoz qilinmoqda. Ovqatlanish xulq-atvori - oziq-ovqat va uni iste'mol qilishga bo'lgan qadriyatli munosabat, kundalik hamda stressli vaziyatlarda ovqatlanish stereotipi va o'z tana qiyofasiga qaratilgan xatti-harakatlar majmuidir. Bu sohadagi buzilishlar nafaqat somatik, balki chuqur psixologik, emotsional va ijtimoiy-madaniy tabiatga ega bo'lib, bemorlarning hayot sifatiga, ijtimoiy moslashuviga va davolanish jarayoniga sezilarli ta'sir ko'rsatadi. Shu bois ovqatlanish xulq-atvori buzilgan bemorlarning psixoemotsional, motivatsion-irodaviy va shaxslilik xususiyatlarini kompleks o'rganish dolzarb ilmiy-amaliy vazifa hisoblanadi.

Tadqiqotning obyekti sifatida ortiqcha tana vazni va semizlikning turli darajalariga ega 100 nafar ayol jalb etildi. Tadqiqotning predmetini ovqatlanish xulq-atvori buzilgan bemorlarning psixologik xususiyatlarini ifodalovchi shaxslilik xususiyatlari, emotsional-irodaviy soha va ovqatlanish xulqi ko'rsatkichlari tashkil etdi.

Mazkur maqolaning maqsadi - ovqatlanish xulq-atvori buzilgan bemorlarda emotsional ovqatlanish, tashqi va cheklovchi-nazoratli ovqatlanish ko'rsatkichlarining ijtimoiy-demografik hamda klinik omillar bilan bog'liqligini, shuningdek, nevroz, xavotir, depressiya, o'zini baholash, perfeksionizm va shaxslilik xususiyatlarining ovqatlanish xulqiga ta'sirini klinik-psixologik jihatdan yoritishdan iborat.

Ushbu maqsaddan kelib chiqib, quyidagi **vazifalar** belgilandi:

- ovqatlanish xulqi ko'rsatkichlarining yosh, tana massa indeksi, oilaviy holat va ma'lumot darajasi bilan bog'liqligini aniqlash;
- nevroz, xavotir va depressiya darajalarining ovqatlanish yo'nalishlariga ta'sirini tahlil qilish;
- emotsional boshqarish, o'zini baholash va perfeksionizm xususiyatlarining ovqatlanish xulqi bilan bog'liqligini asoslash;
- bemorlarning shaxslilik xususiyatlarini "Katta beshlik" omillari asosida o'rganish.

MAVZUGA OID ADABIYOTLAR SHARHI

Ovqatlanish xulq-atvori buzilishlarining klassik nazariy asoslari H. Bruch tomonidan ishlab chiqilgan bo'lib, u semizlik va anoreksiyani shaxsning ichki emotsional tajribalari va o'zini nazorat qilish muammolari bilan bog'liq murakkab psixosomatik hodisa sifatida talqin qilgan [6].

C. G. Fairburn va hammualliflarining transdiagnostik kognitiv-xulqiy modeli ovqatlanish buzilishlarining turli klinik shakllarida umumiy kognitiv mexanizmlar - tana obraziga haddan tashqari ahamiyat berish va qat'iy nazorat ustanovkalari - mavjudligini asoslab bergan [10; 11].

Xorijiy tadqiqotlarda tana obrazi, o'zini baholash va emotsional regulyatsiya xususiyatlari ovqatlanish buzilishining asosiy psixologik determinantlari sifatida qayd etiladi [1].

ICD-11 tasnifida ovqatlanish va oziqlanish buzilishlari alohida klinik toifa sifatida belgilangan bo'lib, bu ularni erta aniqlash va differensial diagnostika qilish zaruratini kuchaytiradi [8].

So'nggi yillardagi tadqiqotlar ijtimoiy tarmoqlardan foydalanish, tana obrazi bilan bog'liq bezovtalik va ovqatlanish buzilishi simptomlari o'rtasidagi bog'liqlikni [7], shuningdek, perfeksionizm va o'zini baholashning kasallik dinamikasidagi o'rnini alohida ta'kidlaydi [5].

Mahalliy tadqiqotlarda ham ovqatlanish xulq-atvori buzilishlarining shaxsiy psixologik xususiyatlar bilan bog'liqligi o'rganilgan [9].

Shunga qaramay, ovqatlanish xulqi ko'rsatkichlarining nevroz, depressiya, perfeksionizm va "Katta beshlik" shaxslilik omillari bilan bir tizimda, keng ijtimoiy-demografik kesimda o'rganilishi hozirgacha yetarlicha tadqiq etilmagan bo'lib, bu mazkur tadqiqotning ilmiy dolzarbligini belgilaydi.

TADQIQOT METODOLOGIYASI

Tadqiqot obyekti sifatida ortiqcha tana vazniga va semizlikning turli darajalariga ega 100 nafar ayol jalb etildi. Tadqiqot predmetini bemorlarning ovqatlanish xulqini, emotsional-irodaviy sohasini va shaxslilik xususiyatlarini ifodalovchi psixologik ko'rsatkichlar tashkil etdi.

Ma'lumot yig'ish uchun quyidagi metodikalardan foydalanildi: ovqatlanish xulqini baholashning Gollandiya so'rovnomasi (DEBQ), ovqatlanish xulq-atvorini baholash shkalasi (EDI), D. Jeydning tana timsolini tadqiq etish so'rovnomasi, V. Zungning depressiyani o'z-o'zini baholash shkalasi, nevrozni ekspress-diagnostika qilish metodikasi, Dj. Rotterning subyektiv nazorat darajasini aniqlash so'rovnomasi, "Katta beshlik" shaxslilik

so‘rovnomasi, emotsiyalarni boshqarish so‘rovnomasi (ERQ) va ko‘p o‘lchamli perfeksionizm shkalasi (FMPS) asosida moslashtirilgan metodika. Olingan empirik ma’lumotlar IBM SPSS 22 dasturi yordamida, Styudentning t-mezoni, K. Pirsonning r-korrelyatsiya koeffitsiyenti va Kraskal–Uollis H mezoni orqali statistik jihatdan qayta ishlandi.

TAHLIL VA NATIJALAR

Tanlanmaning ijtimoiy-demografik tavsifi shuni ko‘rsatdiki, bemorlarning 50 foizida ortiqcha tana vazni, 14 foizida 1-darajali va 7 foizida 2-darajali semizlik qayd etilgan, ya’ni tanlanmaning 71 foizida tana vazni me’yordan yuqori bo‘lgan. Oilaviy holat bo‘yicha bemorlarning asosiy qismi (78%) turmush qurmagan bo‘lib, so‘nggi olti oyda tana vazni bemorlarning 51 foizida ortgan, 34 foizida esa kamaygan (1-jadval).

1-jadval: **Tadqiqot ishtirokchilarining tana massa indeksi, oilaviy holati va so‘nggi 6 oyda tana vaznining o‘zgarishi bo‘yicha ijtimoiy-demografik tavsifi**

Ko‘rsatkich	N	%
Tana massa indeksi bo‘yicha:		
- me’yoriy yoki past ko‘rsatkich	29	29,0
- ortiqcha tana vazni	50	50,0
- 1-darajali semizlik	14	14,0
- 2-darajali semizlik	7	7,0
Oilaviy holati bo‘yicha:		
– turmush qurmagan	78	78,0
- turmush qurgan	18	18,0
- ajrashgan	4	4,0
So‘nggi 6 oyda tana vazni:		
- ortgan	51	51,0
kamaygan	34	34,0
- o‘zgarmagan	15	15,0

Yosh guruhlari kesimida cheklovchi-nazoratli ovqatlanish shkalasida statistik ahamiyatli farq aniqlandi (H=13,495; p=0,036), eng yuqori ko‘rsatkich 26–30 yosh guruhida qayd etilgan, bu davrda tana vazni va ijtimoiy qabul qilinishga nisbatan talabning kuchayishi bilan izohlanadi. Tana massa indeksi bo‘yicha emotsional ovqatlanishda ham statistik ahamiyatli farq (H=9,055; p=0,029) topildi, eng yuqori ko‘rsatkich ortiqcha tana vazniga ega bemorlarda kuzatilib, bu emotsional ovqatlanishning semizlik boshlang‘ich bosqichida alohida ahamiyat kasb etishini ko‘rsatadi.

Nevroz va xavotir darajasining ortishi tashqi hamda cheklovchi-nazoratli ovqatlanishning kuchayishi bilan, depressiya darajasi esa emotsional va tashqi stimullarga bog‘liq ovqatlanishning yuqori namoyon bo‘lishi bilan bog‘liqligi aniqlandi: xavotir bemorlarda ovqat va vazn ustidan nazoratga intilishni, depressiya esa emotsional kompensatsiya mexanizmini faollashtiradi. Emotsional boshqarishdagi qiyinchiliklar, xato qilishdan xavotirlanish va yuqori shaxsiy standartlar shaklidagi perfeksionistik xususiyatlar insulin rezistentlik va diabet kabi klinik-metabolik holatlar bilan bog‘liq ekanligi, shaxsiy standartlarning ifodalanishi esa jismoniy faollik darajasi bilan bog‘liqligi isbotlandi.

Bemorlarning shaxslilik xususiyatlarini “Katta beshlik” omillari asosida tahlil qilish natijasida ochiqlik, ekstraversiya, vijdonlilik, do‘stonalik va emotsional barqarorlik ko‘rsatkichlarining bir qator ijtimoiy-demografik mezonlar kesimida statistik ahamiyatli farqlanishi aniqlandi (2-jadval).

Eng ko‘p farqlanuvchi omillar sifatida ochiqlik (yosh va ma’lumot darajasiga bog‘liq) va vijdonlilik (ma’lumot darajasi, kasbiy maqom va ish jadvali bo‘yicha) ajralib turdi, ekstraversiya asosan tana massa indeksiga, do‘stonalik esa kasbiy maqom va yashash joyiga bog‘liq holda namoyon bo‘ldi (2-jadval).

2-jadval: **Ijtimoiy-demografik mezonlar bo‘yicha bemorlarning shaxslilik omillaridagi statistik farqlar**

Ijtimoiy-demografik mezon	Shaxslilik omili	H	p
Yosh guruhlari	Ochiqlik	14,784	0,022*
Tana massa indeksi	Ekstraversiya	8,291	0,040*
Ma’lumot darajasi	Vijdonlilik	9,372	0,009**
	Ochiqlik	7,943	0,019*
Kasbiy maqom	Do‘stonalik	12,174	0,016*
	Vijdonlilik	10,683	0,030*
Ish jadvali	Vijdonlilik	11,803	0,008**
	Emotsional barqarorlik	7,909	0,048*
Yashash joyi	Do‘stonalik	3,999	0,046*

Olingan natijalar ovqatlanish xulqidagi buzilishlarni faqat somatik ko‘rsatkich sifatida emas, balki shaxslilik, emotsional-regulyativ va ijtimoiy-psixologik omillar bilan uyg‘un kechadigan yaxlit klinik-psixologik holat sifatida baholash zarurligini asoslaydi.

XULOSA VA TAKLIFLAR

O‘tkazilgan tadqiqot ovqatlanish xulq-atvori buzilishi bemorlarda faqat tana vazni yoki somatik holat bilan emas, balki emotsional zo‘riqish, kognitiv ustanovkalar, ijtimoiy muhit va shaxslilik xususiyatlari o‘zaro ta’sirida shakllanadigan murakkab psixologik fenomen ekanligini ko‘rsatdi. Yosh, oilaviy holat, ta’lim darajasi va tana massa indeksi ovqatlanish xulqining alohida shakllarini farqlovchi, nevroz va depressiya darajasi esa uning eng kuchli klinik-psixologik determinantlari sifatida namoyon bo‘ldi. Shu asosda ovqatlanish xulq-atvori buzilgan bemorlar bilan ishlashda quyidagilar tavsiya etiladi:

1) bemorlarni faqat tana vazni yoki tana massa indeksi bo‘yicha emas, balki emotsional, tashqi va cheklovchi-nazoratli ovqatlanish, depressiya, xavotir, o‘zini baholash va perfeksionizm ko‘rsatkichlarini birgalikda qamrab oluvchi kompleks psixodiagnostik baholashdan o‘tkazish;
2) depressiya va yuqori xavotir belgilari aniqlangan bemorlarda emotsional hamda tashqi ovqatlanishni kamaytirishga qaratilgan psixokorreksion mashg‘ulotlarni kuchaytirish;
3) ortiqcha tana vazni bosqichidayoq erta profilaktika va psixoedukatsiya dasturlarini joriy etish;
4) bemorlarni ovqatlanish patternlariga ko‘ra differensial guruhlarga ajratib, har biri uchun individual korreksion dastur ishlab chiqish;
5) davolash jarayoniga oila a’zolarini psixoedukatsiya orqali jalb etish. Ushbu yondashuv ovqatlanish xulq-atvori buzilgan bemorlarda semirishga moyillikning oldini olish va reabilitatsiya samaradorligini oshirishga xizmat qiladi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro‘yxati:

1. Abdoli M., Farnia V., Salemi S. et al. Body image, self-esteem, emotion regulation, and eating disorders: A systematic review // Current Psychology. – 2025.
2. American Psychiatric Association. What are Eating Disorders? – Washington, DC: APA, 2024. URL: https://www.psychiatry.org/patients-families/eating-disorders/what-are-eating-disorders.
3. Balasundaram P., Santhanam P. Eating Disorders // StatPearls. – Treasure Island: StatPearls Publishing, 2023.
4. Barakat S., McLean S. A., Bryant E. et al. Risk factors for eating disorders: findings from a rapid review // Journal of Eating Disorders. – 2023. – Vol. 11. – Article 8.
5. Bardone-Cone A. M. et al. Examination of Perfectionism and Self-Concept Constructs Across Eating Disorder Recovery Stages in Men // Eating Disorders. – 2022.
6. Bruch H. Eating Disorders: Obesity, Anorexia Nervosa, and the Person Within. – New York: Basic Books, 1973. – 396 p.
7. Choukas-Bradley S., Nesi J., Widman L. Social Media Use, Body Image Concerns, and Disordered Eating // Handbook of Adolescent Digital Media Use and Mental Health. – 2024.
8. Claudino A. M., Pike K. M., Hay P. et al. The classification of feeding and eating disorders in the ICD-11 // BMC Medicine. – 2019. – Vol. 17. – Article 42.
9. Egamova O. Eating Habits and Their Relationship with Personal Psychological Characteristics // Academic Research in Modern Science. – 2025. – P. 62–65. DOI: 10.5281/zenodo.15675632.
10. Fairburn C. G. Cognitive Behavior Therapy and Eating Disorders. – New York: Guilford Press, 2008. – 324 p.
11. Fairburn C. G., Cooper Z., Shafran R. Cognitive behaviour therapy for eating disorders: a ‘transdiagnostic’ theory and treatment // Behaviour Research and Therapy. – 2003. – Vol. 41, No. 5. – P. 509–528.
12. Faria C., et al. The global prevalence of eating disorders in children and young people: a systematic review and meta-analysis // European Child & Adolescent Psychiatry. – 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 sohalari va bosqichlari bo‘yicha)
13.00.07 Ta’limda menejment
13.00.08 Maktabgacha ta’lim va tarbiya nazariyasi va metodikasi
13.00.09 Ijtimoiy pedagogika
07.00.00 Tarix fanlari
19.00.00 Psixologiya fanlari
01.00.00 Fizika-matematika fanlari
02.00.00 Kimyo fanlari
03.00.00 Biologiya fanlari
09.00.00 Falsafa fanlari
10.00.00 Filologiya fanlari
11.00.00 Geografiya fanlari

MAKTABGACHA VA MAKTAB TA'LIMI

Mas'ul muharrir: Ramzidin Ashurov
Ingliz tili muharriri: Murod Xoliyorov
Musahhih: Alibek Zokirov
Sahifalovchi va dizayner: Iskandar Islomov

2026. №9(4)

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

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

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