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. 298 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 CONTENTS СОДЕРЖАНИЕ

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

Ta'limda interaktiv texnologiyalardan foydalanishning afzalliklari 86
Xoshimova Maftunabonu Xoshimjon qizi

Yosh kelin-kuyovlarning nikoh orqali kutuvlari va psixologik farovonligining ijtimoiy-psixologik xususiyatlari 91
To'lqinboyeva Mahliyoxon Valijon qizi

"Art-pedagogik qobiliyat" tushunchasining mohiyati va tarkibiy komponentlari 95
Bo'ltakova Roziya Xasan qizi

Pathogenetic Rationale for Personalized Therapy of Dentin Hypersensitivity in Patients With Erosive Tooth Lesions 99
Khusanbaeva Jasmin Shavkatovna, Zoirov Tulqin Elnazarovich

Raqamli iqtisodiyot sharoitida korxona axborot tizimlarini tizimli tahlil qilish va modellashtirish 104
Ro'ziyev Bahromjon Rustam o'g'li

Maktabgacha ta'lim tashkilotlari direktorlarining moliyaviy savodxonligini rivojlantirish mexanizmi va tarkibiy-funksional modeli 108
Berdimurotov Adxam Xayrulla o'g'li

MUNDARIJA СОДЕРЖАНИЕ CONTENTS

Raqamli ta'lim muhitida boshlang'ich sinf o'quvchilarining kitobxonlik kompetensiyalarini rivojlantirishning pedagogik mexanizmlari 113
Umirova Marxabo Abdimannobovna

O'zbek EFL sinflarida talabalarning og'zaki nutq ravonligini mikrointeraktiv sikllar asosida rivojlantirish..... 116
X. S. Malikova

Sun'iy intellektning xorijiy til o'rganuvchilarga yordami: imkoniyatlar va amaliy mashg'ulotlar 120
Ashurova Dildora G'afurovna

Bo'lajak o'qituvchining kasbiy malakasi va aralash ta'lim sharoitidagi talablari..... 124
Baxtiyorova Maxliyo Baxrom qizi

Refleksiv texnologiyalar asosida bo'lajak boshlang'ich sinf o'qituvchilarining kasbiy-metodik tafakkurini rivojlantirish 127
Xo'janiyozova Gulhayo Ilhomovna

Boshlang'ich ta'limda hikoya janridagi matnlarni o'qitishda STREAM texnologiyasidan foydalanish..... 131
Ahmedova Munisa Xo'sinboy qizi

Rivojlanishida nuqsoni bo'lgan maktabgacha yoshdagi bolalarni mustaqil hayot faoliyatiga tayyorlashning korreksion-pedagogik texnologiyasi 137
Jo'rayeva Gulmiraxon Zufarjon qizi

Developing EFL Students' Academic Writing Skills Through Self-Directed Learning Strategies..... 141
Kayumova Gulnoz Abduxalilovna

Ko'rishida nuqsoni bo'lgan boshlang'ich sinf o'quvchilarining ingliz tilidagi kommunikativ kompetensiyasini rivojlantirish texnologiyasi 147
Mavlonova Shaxzoda Turg'unovna

Developing English Communication Skills Among Students in Non-Philological Higher Education Institutions Through Task-Based Learning 151
Mirbabayeva Sabina Sobirjonovna

Indicators for Evaluating and Monitoring the Quality of Foreign Language Education in General Secondary Schools 158
Muxtarova Shafoatbonu Adham qizi

Fizika fanini o'qitishda talabalarning texnologik kompetensiyasi pedagogik tadqiqotning predmeti sifatida... 164
Raxmankulova Dilora Gulomovna

Maktabgacha ta'lim tashkilotlarida xalq og'zaki ijodi asosida bolalarning axloqiy fazilatlarini shakllantirishda innovatsion pedagogik texnologiyalarning o'rni 169
Umurova Ma'rifat Yoshiyevna

Kompetensiyaviy yondashuv asosida bo'lajak muhandislarning loyihaviy-konstruktorlik faoliyatiga tayyorlash metodikasini ishlab chiqish 175
Uzokov Sherzod Xamidovich

Boshlang'ich ta'limda sun'iy intellekt va zamonaviy texnologiyalar: imkoniyatlar va istiqbollar..... 180
Akramhonova Maftunaxon Ma'murjon qizi

Mystical Images in the Poetry of Navoi and Mashrab 183
Mamasoliyeva Muslimaxon Alisher qizi

Oilaviy bolalar uylari tarbiyalanuvchilarini oilaviy hayotga tayyorlashning ijtimoiy-pedagogik asoslari: tajriba-sinov natijalarining tahlili..... 188
Muxamadiyev Xojiakbar Aslitdinovich

Maktabgacha yoshdagi bolalar nutqini rivojlantirishda o'yin texnologiyalaridan foydalanish 193
Yuldasheva Shoxida Botirovna, Abdullayeva Qirmizi Jumatayevna

Raqamli ta'lim muhitida bo'lajak pedagoglarning mustaqil o'rganish kompetensiyasini rivojlantirishning pedagogik imkoniyatlari 198
Mayliyeva Sadoqat Raximberganovna

Generative Artificial Intelligence in Foreign Language Education: Pedagogical Challenges and the Development of Communicative Competence 202
Latofat Zokir kizi Raximdjanova

MUNDARIJA СОДЕРЖАНИЕ CONTENTS

Международные модели подготовки будущих учителей к инклюзивному образованию: сравнительный анализ ключевых компонентов 210
Янкина Эмиля Адыловна

Психологические механизмы формирования читательской мотивации у младших школьников 216
Мадаминова Самидабону Умидбековна

O'qituvchi va o'quvchi o'rtasidagi destruktiv ziddiyatlarning oldini olishning pedagogik-psixologik vositalari 222
Elbekova E'zoza Jamshid qizi

Badiiy asarni neyropedagogik tahlil materiali sifatida qo'llashning metodik asoslari 227
Shoyimova Shoira Sanakulovna

Boshlang'ich ta'lim yo'nalishi talabalarining kasbiy kompetentligini takomillashtirish metodikasi 231
Toshturdiyeva Tursunoy Muhammadiyevna

Boshlang'ich sinf o'quvchilarida mantiqiy fikrlashni rivojlantirishning zamonaviy texnologiyalari 235
Toshtemirova Maftuna Karimovna

Surunkali somatik kasalliklarga chalingan bemorlarning psixologik farovonligini oshirish: psixodiagnostik va psixokorreksion yondashuvlar 240
To'lqinboyeva Mahliyoxon Valijon qizi

Raqamli ta'lim muhitida flipped classroom texnologiyasidan foydalanish 244
Azimova Dilnoza Axmedjonovna

Инкультурация личности и формирование культурной идентичности в школьном образовании 249
Насимджанова Махсума Мажидовна

Kompetensiyaviy yondashuv asosida talabalarga ingliz tilini integratsiyalashgan lingvistik kontekstualizatsiya orqali o'qitish metodikasini takomillashtirish 253
Ayatov Raximberdi Ibragimovich

Kasbiy ta'lim tashkilotlarida raqamli texnologiyalarni qo'llash metodikasi 259
Ochilova Gavhar Hamid qizi

Digital Technologies and Artificial Intelligence in English Language Teaching: Pedagogical Opportunities and Challenges 267
Xolliyeva Mashxura Erkinjonovna

Bo'lajak musiqa o'qituvchilarining cholg'u ijrochiligi kreativligini rivojlantirishda fortepiano fanining didaktik imkoniyatlari 270
Normuminova Gulmira Komiljonovna

Raqamli ta'lim muhitida o'quvchilarning mantiqiy tafakkurini kengaytirish 280
Xudoynazarova Moxira Xakimovna

Pedagogika yo'nalishi talabalarining sun'iy intellekt savodxonligini rivojlantirish texnologiyalari 284
Ermatov Sh. L.

Boshlang'ich sinf o'quvchilarida tabiiy-ilmiy savodxonlikni rivojlantirishning pedagogik imkoniyatlari 289
Nuriddinova Marjona Erkinovna

Yosh avlodni milliy ruhda tarbiyalashda madaniy merosning ahamiyati 293
Radjapova Zuxra Tirkashevna

SURUNKALI SOMATIK KASALLIKLARGA CHALINGAN BEMORLARNING PSIXOLOGIK FAROVONLIGINI OSHIRISH: PSIXODIAGNOSTIK VA PSIXOKORREKSION YONDASHUVLAR

To'lqinboyeva Mahliyoxon Valijon qizi
Farg'ona davlat universiteti tadqiqotchisi

0009-0004-0532-4124

Annotatsiya: Mazkur maqolada surunkali somatik kasalliklarga chalingan bemorlarning psixologik farovonligini oshirishning psixodiagnostik va psixokorreksion jihatlari yoritilgan. Surunkali kasallik insonning nafaqat jismoniy salomatligiga, balki uning emotsional holati, ijtimoiy faolligi, hayotga munosabati, o'z-o'zini baholashi va kelajak haqidagi tasavvurlariga ham sezilarli ta'sir ko'rsatishi mumkin. Kasallikning uzoq davom etishi, davolanish jarayonining murakkabligi, og'riq yoki noqulaylik, mehnat va kundalik faoliyatning cheklanishi bemorda xavotir, tushkun kayfiyat, stress, ijtimoiy yakkalanish va o'ziga ishonchning pasayishiga olib kelishi mumkin. Shu sababli surunkali somatik kasalliklarni davolashda tibbiy yondashuv bilan bir qatorda psixologik yordamni ham tizimli ravishda tashkil etish muhim ahamiyatga ega. Maqolada bemorning psixoemotsional holatini aniqlash, individual psixologik xususiyatlarini baholash, stress va xavotir darajasini o'rganish, shuningdek, psixokorreksion suhbat, psixoedukatsiya, relaksatsiya, kognitiv-xulqiy yondashuv elementlari va qo'llab-quvvatlovchi psixologik yordamdan foydalanish masalalari tahlil qilingan. Shuningdek, bemor, psixolog, shifokor va oila a'zolari o'rtasidagi hamkorlikning psixologik farovonlikni yaxshilashdagi ahamiyati ko'rsatib berilgan.

Kalit so'zlar: surunkali somatik kasallik, psixologik farovonlik, psixodiagnostika, psixokorreksiya, tibbiy psixologiya, stress, xavotir, emotsional holat, psixologik yordam, reabilitatsiya, psixoedukatsiya, bemor shaxsi.

Abstract: This article discusses the psychodiagnostic and psychocorrectional aspects of improving the psychological well-being of patients with chronic somatic diseases. Chronic disease can significantly affect not only a person's physical health, but also his emotional state, social activity, attitude to life, self-esteem and vision of the future. The long duration of the disease, the complexity of the treatment process, pain or discomfort, limitations in work and daily activities can lead to anxiety, depression, stress, social isolation and decreased self-confidence in the patient. Therefore, in the treatment of chronic somatic diseases, it is important to systematically organize psychological support along with the medical approach. The article analyzes the issues of determining the patient's psychoemotional state, assessing individual psychological characteristics, studying the level of stress and anxiety, as well as the use of psychocorrectional interviewing, psychoeducation, relaxation, elements of the cognitive-behavioral approach and supportive psychological support. The importance of cooperation between the patient, psychologist, doctor and family members in improving psychological well-being is also shown.
Key words: chronic somatic disease, psychological well-being, psychodiagnostics, psychocorrection, medical psychology, stress, anxiety, emotional state, psychological support, rehabilitation, psychoeducation, patient personality.

Аннотация: В данной статье рассматриваются психодиагностические и психокоррекционные аспекты улучшения психологического благополучия пациентов с хроническими соматическими заболеваниями. Хроническое заболевание может существенно влиять не только на физическое здоровье человека, но и на его эмоциональное состояние, социальную активность, отношение к жизни, самооценку и видение будущего. Длительная продолжительность заболевания, сложность процесса лечения, боль или дискомфорт, ограничения в работе и повседневной деятельности могут привести к тревожности, депрессии, стрессу, социальной изоляции и снижению самооценки у пациента. Поэтому в лечении хронических соматических заболеваний важно систематически организовывать психологическую поддержку наряду с медицинским подходом. В статье анализируются вопросы определения психоэмоционального состояния пациента, оценки индивидуальных психологических характеристик, изучения уровня стресса и тревожности, а также использование психокоррекционного интервьюирования, психообразования, релаксации, элементов когнитивно-поведенческого подхода и поддерживающей психологической поддержки. Также показана важность сотрудничества между пациентом, психологом, врачом и членами семьи в улучшении психологического благополучия.
Ключевые слова: хроническое соматическое заболевание, психологическое благополучие, психодиагностика, психокоррекция, медицинская психология, стресс, тревога, эмоциональное состояние, психологическая поддержка, реабилитация, психообразование, личность пациента.

KIRISH

Surunkali somatik kasalliklar zamonaviy tibbiyot va psixologiyaning muhim muammolaridan biri hisoblanadi. Bunday kasalliklar uzoq vaqt davom etishi, muntazam tibbiy nazorat va davolanishni talab qilishi hamda bemorning kundalik hayot faoliyatiga ma'lum darajada ta'sir ko'rsatishi bilan tavsiflanadi. Kasallikning davomiyligi ortib borgani sari bemorning o'z sog'lig'iga munosabati, hayot tarzi, oilaviy munosabatlari va ijtimoiy faolligida ham turli o'zgarishlar yuzaga kelishi mumkin.

Surunkali somatik kasallik bilan yashayotgan inson kasallikning o'zidan tashqari uning oqibatlari bilan ham psixologik jihatdan kurashadi. Davolanishga uzoq vaqt ehtiyoj sezish, ayrim faoliyat turlarining cheklanishi, muntazam tekshiruvlardan o'tish, dori vositalarini qabul qilish va kasallikning qaytalanishidan xavotirlanish bemorning emotsional holatiga ta'sir qilishi mumkin. Ayrim bemorlarda o'z sog'lig'i haqida haddan tashqari xavotirlanish, boshqalarda esa kasallikni inkor etish yoki davolanishga befarq munosabat kuzatilishi mumkin.

O'zbekiston Respublikasida ruhiy salomatlikni muhofaza qilish tizimini rivojlantirishga qaratilgan davlat siyosatida aholiga psixologik va tibbiy-ijtimoiy yordam ko'rsatish, ruhiy holatlarni erta aniqlash, tashxislash, davolash va reabilitatsiya qilish imkoniyatlarini kengaytirish muhim yo'nalish sifatida belgilangan. 2024-yilda aholiga psixologik yordam ko'rsatishga oid qonunchilikning rivojlantirilishi ham psixologik xizmatning huquqiy va tashkiliy asoslarini mustahkamlashga xizmat qilmoqda. Shu nuqtayi nazardan, surunkali somatik kasalliklarga chalingan bemorlarning psixologik holatini muntazam baholash va ularga individual yondashuv asosida psixologik yordam ko'rsatish dolzarb vazifalardan biridir.

MAVZUGA OID ADABIYOTLAR SHARHI

Surunkali kasallik bemorning hayot faoliyatini uzoq muddat davomida o'zgartirib borishi mumkin. Kasallikning davomiyligi va og'irligi, bemorning yoshi, oilaviy sharoiti, ijtimoiy qo'llab-quvvatlanishi, kasallik haqidagi bilimlari va shaxsiy psixologik xususiyatlari uning kasallikka munosabatini belgilovchi muhim omillar hisoblanadi. Bemorning psixologik farovonligi deganda uning o'z hayotidan qoniqishi, emotsional barqarorligi, mavjud vaziyatni qabul qila olishi, ijtimoiy munosabatlarni saqlab qolishi va kundalik faoliyatiga moslashish qobiliyati tushuniladi.

Surunkali kasallik sharoitida psixologik farovonlikni saqlash bemorning davolanish jarayonidagi faolligi va reabilitatsiya imkoniyatlari bilan ham bog'liq. Kasallikning dastlabki bosqichida bemorda qo'rquv, xavotir, hayrat yoki kasallikni inkor etish kabi psixologik reaksiyalar paydo bo'lishi mumkin. Keyinchalik esa bemor yangi hayot sharoitlariga moslashishga harakat qiladi. Mazkur moslashuv jarayoni har bir insonda turlicha kechadi.

Ayrim bemorlar kasallikni nisbatan tez qabul qilib, shifokor tavsiyalariga rioya qilishga harakat qilsa, boshqalarda uzoq davom etuvchi xavotir yoki tushkunlik holati kuzatilishi mumkin. Shuning uchun bemorning psixologik holatini faqat umumiy kuzatuv asosida baholash yetarli emas. Psixodiagnostik yondashuv bemorning individual psixologik xususiyatlarini tizimli ravishda o'rganish imkonini beradi. Psixodiagnostika jarayonida suhbat, kuzatish, anketalar va standartlashtirilgan psixologik metodikalardan foydalanish mumkin [1].

TADQIQOT METODOLOGIYASI

Psixologik suhbat bemorning kasallikka munosabatini, mavjud muammolarini, xavotir manbalarini va psixologik ehtiyojlarini aniqlashda muhim vositadir. Suhbat davomida bemorga o'z fikr va his-tuyg'ularini erkin ifodalash imkoniyatini yaratish lozim. Psixolog bemorni ayblamasligi, uning kechinmalarini mensimasligi yoki kasallik bilan bog'liq muammolarini oddiylashtirib yubormasligi kerak.

Psixodiagnostik baholashda xavotir, stress, depressiv kayfiyat, hayotdan qoniqish, ijtimoiy qo'llab-quvvatlash, o'zini baholash va kasallikka munosabat kabi ko'rsatkichlarga e'tibor qaratish maqsadga muvofiq. Bunday yondashuv bemorning psixologik ehtiyojlarini aniqlash va keyingi psixokorreksion ishlarni rejalashtirishga yordam beradi. Surunkali somatik kasalliklarda psixokorreksiya bemorning kasallik bilan bog'liq salbiy emotsiyalarini kamaytirish, moslashuvchanligini oshirish, stressni boshqarish ko'nikmalarini shakllantirish va hayot faoliyatiga bo'lgan ijobiy munosabatni qo'llab-quvvatlashga qaratiladi [2].

TAHLIL VA NATIJALAR

Psixokorreksion ishning dastlabki yo'nalishlaridan biri psixoedukatsiya hisoblanadi. Bemor kasallikning xususiyatlari, davolanishning maqsadi va psixologik holat bilan jismoniy salomatlik o'rtasidagi bog'liqlik haqida tushunarli ma'lumotga ega bo'lishi kerak. Bemor o'z holatini yaxshiroq tushungan sari noaniqlik bilan bog'liq xavotirni boshqarish imkoniyati ham oshishi mumkin. Psixologik suhbatlarda bemorning kuchli tomonlarini aniqlash ham muhimdir. Kasallik tufayli ayrim faoliyatlar cheklangan bo'lishi mumkin, biroq bemorning mavjud imkoniyatlari va resurslarini aniqlash uning o'ziga bo'lgan ishonchini mustahkamlashga yordam beradi. Psixolog bemorga real va erishish mumkin bo'lgan maqsadlarni belgilashda ko'maklashishi mumkin [3].

Relaksatsiya va nafas olish mashqlari ham psixologik zo'riqishni kamaytirishga yordam beruvchi usullardan biri sifatida qo'llanadi. Bunday usullar bemorning umumiy psixologik holatini barqarorlashtirishga yo'naltiriladi va tibbiy davolashni almashtirmaydi. Kognitiv-xulqiy yondashuv elementlari orqali bemorning kasallik haqidagi haddan tashqari salbiy yoki asossiz fikrlarini aniqlash va ularni yanada moslashuvchan fikrlash shakllari bilan qayta ko'rib chiqishga yordam berish mumkin. Masalan, "kasalligim tufayli endi hech narsa qila olmayman" kabi umumlashtirilgan fikrlar o'rniga bemorning real imkoniyatlarini hisobga oluvchi konstruktiv yondashuv shakllantiriladi. Psixokorreksion ishda bemorning shaxsiy xususiyatlarini hisobga olish alohida ahamiyatga ega. Bir xil kasallikka chalingan ikki bemorning psixologik reaksiyasi mutlaqo farq qilishi mumkin. Shu sababli barcha bemorlarga bir xil psixologik dastur qo'llashdan ko'ra individual yondashuv samaraliroq hisoblanadi.

Surunkali somatik kasalliklarga chalingan bemorlarning psixologik farovonligini oshirishda oila a'zolarining qo'llab-quvvatlashi ham muhim omildir. Oiladagi ijobiy munosabat, bemorni tinglash, uni haddan tashqari nazorat qilmaslik va uning mustaqilligini imkon qadar saqlab qolish psixologik moslashuvga ijobiy ta'sir ko'rsatishi mumkin. Shuningdek, tibbiyot xodimlari va psixolog o'rtasidagi hamkorlikni kuchaytirish zarur.

Shifokor bemorning somatik holatini baholasa, psixolog uning emotsional va psixologik ehtiyojlarini o'rganadi. Ushbu ikki yo'nalishning uyg'unlashuvi bemorga kompleks yordam ko'rsatish imkonini beradi. O'zbekistonda tibbiy-psixologik yordamni takomillashtirishga oid amaliy chora-tadbirlar ham mavjud. Xususan, 2019-yilgi hukumat qarorida ayrim og'ir somatik kasalliklarga, jumladan, onkologik kasalliklarga chalingan bemorlarga tibbiy va psixologik yordamni takomillashtirish vazifalari belgilangan.

Surunkali somatik kasalliklarga chalingan bemorlar bilan olib boriladigan psixologik ishlarni bir necha bosqichga ajratish mumkin.

*Birinchi bosqich*da bemorning umumiy psixoemotsional holati o'rganiladi. Bunda uning kayfiyati, xavotir darajasi, stressga munosabati, kasallikka bo'lgan qarashlari va ijtimoiy qo'llab-quvvatlash darajasiga e'tibor beriladi.

*Ikkinchi bosqich*da psixologik muammolarning asosiy manbalari aniqlanadi. Masalan, ayrim bemorlarda asosiy muammo kasallikning o'zi bilan bog'liq bo'lsa, boshqalarida oilaviy munosabatlar, ish faoliyatining cheklanishi yoki kelajak haqidagi noaniqlik asosiy stress omili bo'lishi mumkin.

*Uchinchi bosqich*da individual psixokorreksion dastur shakllantiriladi. Dastur tarkibiga psixologik suhbatlar, psixoedukatsiya, stressni boshqarish, relaksatsiya, emotsional qo'llab-quvvatlash va zarur hollarda boshqa mutaxassislarga yo'naltirish kabi yo'nalishlar kiritilishi mumkin.

*To'rtinchi bosqich*da psixologik yordam samaradorligi qayta baholanadi. Bemorning dastlabki va keyingi psixologik holati solishtirilib, qaysi yondashuvlar foydali bo'lgani aniqlanadi. Zaruratga ko'ra, psixokorreksion dastur qayta ko'rib chiqiladi [4].

O'zbekistonda surunkali somatik kasalliklarga chalingan bemorlarning psixososial xususiyatlarini o'rganishga qaratilgan ilmiy tadqiqotlar ham olib borilmoqda. Masalan, D. I. Ilhamovaning 2021-yildagi tadqiqoti surunkali somatik kasalliklarga chalingan bolalar reabilitatsiyasining psixososial determinantlarini o'rganishga va psixologik yordamni takomillashtirish bo'yicha tavsiyalar ishlab chiqishga qaratilgan. Shuningdek, Sh. B. Qurbonovaning 2024-yildagi tadqiqotida sil kasalligiga chalingan bemorlarning psixoemotsional holatini baholash va tibbiy-psixologik xizmat sifatini oshirish masalalari o'rganilgan.

Mazkur tadqiqotlar surunkali yoki uzoq davom etuvchi somatik kasalliklarda bemorning psixologik holatini hisobga olish reabilitatsiya jarayonining muhim tarkibiy qismi ekanini ko'rsatadi. Shu sababli tibbiyot muassasalarida psixologik skrining va individual maslahat xizmatlarini rivojlantirish, tibbiyot xodimlarining psixologik bilimlarini oshirish hamda bemorlar uchun psixoedukatsion dasturlarni kengaytirish maqsadga muvofiq [5].

XULOSA VA TAKLIFLAR

Surunkali somatik kasalliklarga chalingan bemorlarning psixologik farovonligini oshirish kompleks va individual yondashuvni talab qiladi. Bemorning jismoniy holatini davolash bilan bir qatorda uning emotsional holati, kasallikka munosabati, ijtimoiy munosabatlari va psixologik ehtiyojlarini ham hisobga olish zarur.

Psixodiagnostik yondashuv bemorning mavjud psixologik muammolarini erta aniqlashga imkon beradi. Psixokorreksion yondashuv esa aniqlangan muammolarni kamaytirish, bemorning moslashuvchanligini oshirish va psixologik resurslarini faollashtirishga xizmat qiladi.

Surunkali kasallikka chalingan bemorlar bilan ishlashda psixolog, shifokor, hamshira va oila a'zolari o'rtasidagi hamkorlik muhim ahamiyatga ega. Bunday hamkorlik bemorning davolanish jarayonida faol ishtirok etishi, kasallik bilan bog'liq psixologik zo'riqishlarni boshqarishi va mavjud hayot sharoitlariga moslashishiga yordam beradi.

Umuman olganda, surunkali somatik kasalliklarni davolash va reabilitatsiya qilish jarayoniga psixologik yordamni tizimli ravishda integratsiya qilish bemorlarning psixologik farovonligini qo'llab-quvvatlashning muhim yo'nalishlaridan biridir. Psixologik yordam bemorning individual ehtiyojlariga mos, etik tamoyillarga asoslangan va tibbiy davolash bilan uzviy bog'langan holda tashkil etilishi lozim.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati:

1. Ilhamova D.I. Surunkali somatik kasalliklar bilan xastalangan bolalar reabilitatsiyasining psixosotsial determinantlari. - Toshkent, 2021.
2. Qurbonova Sh.B. Yetuklik yoshdagi bemorlar psixoemotsional sohasining o'ziga xosligi (sil kasalligi misolida). - Toshkent, 2024.
3. O'zbekiston Respublikasi Prezidenti. 2019-2025-yillarda O'zbekiston Respublikasi aholisining ruhiy salomatligini muhofaza qilish xizmatini rivojlantirish konsepsiyasini tasdiqlash to'g'risida. PQ-4190-son, 13.02.2019.
4. O'zbekiston Respublikasi Vazirlar Mahkamasi. Onkologik xizmatni yanada rivojlantirish va onkologik kasalliklarning kechki bosqichlarini boshidan o'tkazayotgan bemorlarga tibbiy-psixologik yordam ko'rsatishni takomillashtirish bo'yicha qo'shimcha chora-tadbirlar to'g'risida. 892-son qaror, 24.10.2019.
5. O'zbekiston Respublikasi. Psixiatriya yordami to'g'risida. O'RQ-690-son Qonun, 12.05.2021.
6. O'zbekiston Respublikasi Oliy Majlisi Senati. Aholiga psixologik yordam ko'rsatish to'g'risidagi qonun bo'yicha qaror. PS-980-IV-son, 20.09.2024.
7. Tibbiy psixologiya va psixoterapiya bo'yicha oliy tibbiy ta'lim uchun o'quv-uslubiy materiallar. - Toshkent, 2019-2024.
8. O'zbekiston oliy ta'lim muassasalarida psixologiya va tibbiy psixologiya fanlari bo'yicha o'quv-uslubiy manbalar. - Toshkent, 2017-2024.a ijtimoiy muhiti hamda tibbiy davolash jarayoni o'zaro uyg'unlashtirilishi lozim.

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.