



ISSN: 3060-4613

PSIXOLOGIYA YO'NALISHI



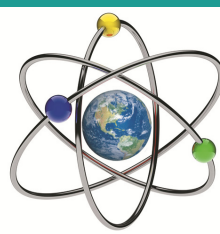
№06/2025

M

13.00.00 - Pedagogika fanlari
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

Pedagogik, psixometodologik va tabiiy fanlarga
ixtisoslashgan ilmiy jurnal





BOSH MUHARRIR:

Ibragimova Gulsanam Ne'matovna – Pedagogika fanlari doktori, professor

BOSH MUHARRIR O'RINBOSARI:

Mizayeva Faroxat Odiljonovna – Pedagogika fanlari doktori, dotsent

TAHRIRIYAT KENGASHI A'ZOLARI

Ibragimov X.I. – pedagogika fanlari doktori, akademik

Shoumarov G'.B. – psixologiya fanlari doktori, akademik

Umarova H.O' – O'zbekiston Respublikasi Maktabgacha va maktab ta'limi vaziri

Qirg'izboyev A.K – Tarix fanlari doktori, professor

Jamoldinova O.R. – pedagogika fanlari doktori, professor

Sharipov Sh.S. – pedagogika fanlari doktori, professor

Shermuhhammadov B.Sh. – pedagogika fanlari doktori, professor

Ma'murov B.B. – pedagogika fanlari doktori, professor

Madraximova F.R. – pedagogika fanlari doktori, professor

Kalonov M.B. – iqtisodiyot fanlari doktori, professor

Nabiyev D.X. – iqtisodiyot fanlari doktori, professor

Qo'ldoshev Q.M – iqtisodiyot fanlari doktori, professor

Ikramxanova F.I. – filologiya fanlari doktori, professor

Ismagilova F.S. – psixologiya fanlari doktori, professor (Rossiya)

Stoyuxina N.Yu. – psixologiya fanlari nomzodi, dotsent (Rossiya)

Magauova A.S. – pedagogika fanlari doktori, professor (Qozog'iston)

Rejep O'zyurek – psixologiya fanlari doktori, professor (Turkiya)

Wooskyu Cha – Koreya milliy ta'lim universiteti rektori (Koreya)

Polonnikov A.A. – psixologiya fanlari nomzodi, dotsent (Belarus)

Baybayeva M.X. – pedagogika fanlari doktori, professor

Muxsiyeva A.T. – pedagogika fanlari doktori, professor

Aliyev B. – falsafa fanlari doktori professor

G'afurov D.O. – falsafa fanlari doktori (PhD)

Somurodov R.T. – iqtisodiyot fanlari nomzodi (PhD), dotsent

Mirzayeva F. O. – pedagogika fanlari bo'yicha falsafa doktori (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

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)

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)

Muassis: "Tadbirkor va ishbilarmon" MChJ

Hamkorlarimiz: Toshkent davlat iqtisodiyot universiteti, Toshkent davlat texnika universiteti, G. V. Plexanov nomidagi Rossiya iqtisodiyot universiteti Toshkent temir yo'l muhandislari instituti.

EDITOR-IN-CHIEF:

Ibragimova Gulsanam Ne'matovna – Doctor of Pedagogical Sciences, Professor

DEPUTY EDITOR-IN-CHIEF:

Mizayeva Farokhat Odiljonovna – Doctor of Pedagogical Sciences, Professor

EDITORIAL BOARD MEMBERS:

Ibragimov X.I. – Doctor of Pedagogical Sciences, Academician
Shoumarov G'. B. – Doctor of Psychological Sciences, Academician
Umarova H.O'. – Minister of Preschool and School Education of the Republic of Uzbekistan
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)
Baybayeva M.X. – Doctor of Pedagogical Sciences, Professor
Muxsiyeva A.T. – Doctor of Pedagogical Sciences, Professor
Aliyev B. - Doctor of Philosophy, Professor
Gafurov D.O. - Doctor of Philosophy (PhD)
Shomurodov R.T. – Candidate of Economic Sciences (PhD), Associate Professor
Mirzayeva F.O. - Doctor of Philosophy in Pedagogical 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
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 Toshkent State University of Economics
Ashurov R.R. - Doctor of Philosophy (PhD) in Psychology
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

“Maktabgacha va maktab ta’limi” jurnali Oliy attestatsiya rayosatining komissiyasining 08.05.2025 yildagi №370/5 qarori bilan Psixologiya fanlari bo'yicha falsafa doktori (PhD), Psixologiya fanlari doktori (DSc) ilmiy darajasiga talabgorlarning tadqiqot natijalarini chop etish uchun tavsiya etilgan milliy nashrlar ro'yxatiga kiritilganligini ma'lum qilamiz.

Asos: OAK Pedagogik texnologiyalar va psixologik tadqiqotlar bo'yicha ekspert kengashi tavsiyasi (25-05-2025 y.; №10); OAK Tartib-qoida komissiyasi qarori (07-05-2025 y., №5/6); OAK Rayosatining qarori (08-05-2025 y., №370/5).

“Maktabgacha va maktab ta’limi”
jurnali

26.06.2023-yildan

O'zbekiston Respublikasi
Prezidenti Administratsiyasi
huzuridagi Axborot va ommaviy
kommunikatsiyalar agentligi
tomonidan №C-5669245 reyestr
raqami tartibi bo'yicha ro'yxatdan
o'tkazilgan.

Litsenziya raqami: №095310



MUNDARIJA

O'SMIRLARDA DESTRUKTIV XULQ-ATVOR SHAKLLANISHINI TADQIQ ETISHNING NAZARIY-METODOLOGIK ASOSLARI.....	10
Umarov Baxriddin Mengboyevich, Jabborova Zilola Baxtiyor qizi ONA VA FARZAND MUNOSABATLARINING O'ZIGA XOS XUSUSIYATLARI.....	16
Abdullayeva Dilbar Ubaydullayevna PROFESSOR-O'QITUVCHILAR IMIJINING O'ZIGA XOS XUSUSIYATLARI.....	21
Jo'rayeva Sohibjamol Norqobilovna OMMAVIY MADANIYATNI BOLALAR XULQ-ATVORIGA TA'SIRINI PSIXOLOGIK SHARTLARI.....	29
Umarova Navbahor Shokirovna PEDAGOGIK FAOLIYATDA KASBIY SO'NISH JARAYONINING IJTIMOY-PSIXOLOGIK JIHATLARI.....	33
Botirova Dilafruz Bozorovna BULLING XULQ-ATVORINING NAMOYON BO'LISHI VA UNING MAKTAB O'QUVCHILARGA BO'LGAN TA'SIRI.....	39
Tillayeva Nodira Iskandar qizi TASHKILOTDA MOBBING VA UNING XODIMLAR PSIXOEMOTSIONAL SALOMATLIGIGA IJTIMOY-PSIXOLOGIK TA'SIRI.....	42
Xusanbayeva Ziyoda Maxmutdjon qizi OILAVIY MUNOSABATLARDA YETAKCHILIK MUAMMOLARI.....	46
Abdumutalova Madina Abdumalik qizi ZO'RAVONLIKKA UCHRAGAN AYOLLARNING IJTIMOY- PSIXOLOGIK XUSUSIYATLARI.....	49
Abdurahmanova Durdona Dilshodjon qizi SHAXSDA KREATIVLIK SIFATLARINI RIVOJLANTIRISHNING PSIXOLOGIK OMILLARI.....	54
To'raboyev Azamat Muxamadullayevich BO'LAJAK PEDAGOGLARDA KASBIY MOYILLIKNING NAMOYON BO'LISHIGA TA'SIR ETUVCHI IJTIMOY-PSIXOLOGIK OMILLAR.....	58
Saidova Nargiza Ismatulla qizi PSIXOLOGIYA TALABALARI AMALIYOTI JARAYONIDA KASBIY REFLEKSIYA KO'NIKMALARINI SHAKLLANTIRISH.....	62
Akbaraliyeva Asilaxon Tojiddinovna OTA-ONALARNING RAQAMLI VOSITALARDAN FOYDALANISH USLUBI VA BOLALARDA INTERNET QARAMLIGI RIVOJLANISHIGA TA'SIRI.....	67
Maxammadjonov Sherzodbek Ravshanbek o'g'li PSIXOLOGIYADA IJTIMOY MOTIVLAR MUAMMOSIGA BO'LGAN YONDASHUVLAR.....	71
Yo'ldoshev Javlon Ablanazar o'g'li OILAVIY ZIDDIYATLARINING SHAXSLARARO MUNOSABATLARGA TA'SIRI VA ULARNI HAL ETISH USULLARI.....	74
Raximova Gulxayo Alisherovna O'SMIRLIK DAVRINING PSIXOLOGIK MANBALARDAGI TAHLILI.....	79
Matyakubova Shohista Odamboy qizi BOSHLANG'ICH MAKTAB YOSHIDAGI (6-8 YOSH) CHAP QO'LI DOMINANT BO'LGAN BOLALARNING PSIXOLOGIK RIVOJLANISHI VA XUSUSIYATLARI.....	82
Usmanova Sevara Akmalovna OILA VA KASB MUVOZANATI MUAMMOSI ILMIY TADQIQOTLARNING PREDMETI SIFATIDA.....	86
Teshayev Sobit Sodik o'g'li PEDAGOGLARDA IJOBIY FIKR SHAKLLANISHIDA OPTIMIZMNING NAMOYON BO'LISHI.....	90
Sattarova Shaxnozaxon Qo'chqarovna ПЕРФЕКЦИОНИЗМ КАК ФАКТОР ДОСТИЖЕНИЯ ЦЕЛЕЙ ОРГАНИЗАЦИИ.....	95
Атабоев Н.И O'SPIRINLIK DAVRIDA YUZAGA KELADIGAN NIZOLAR PEDAGOGIK-PSIXOLOGIK MUAMMO SIFATIDA.....	100
Maripova Asalxon Botiraliyevna MAKTABGACHA YOSHDAGI BOLALARDA TASVIRIY SAN'ATGA QIZIQISHLAR SHAKLLANISHI.....	105
Salaxidinova Xolida Xaliljonovna	



O'SMIRLARDA REFLEKSIV QOBILIYATLARNI RIVOJLANTIRISHNING PEDAGOGIK-PSIXOLOGIK XUSUSIYATLARI.....	110
Rustamov Narzillo Raxmonovich XORIJ PSIXOLOGIYASIDA "SHAXS O'Z IMKONIYATLARINI RO'YOBGA CHIQRISH" TUSHUNCHASIGA NAZARIY YONDASHUVLAR.....	113
Alimova Yayra Hotamovna PSIXOLOGIYADA PSIXOFIZIOLOGIK BILIMLARNING AHAMIYATI.....	119
Yakubova Guzal Asatullayevna PEDAGOGIK FAOLIYATDA KASBIY DEFORMATSIYA: SABABLARI VA OQIBATLARI.....	124
Abdulxomidova Fotimaxon Abdulxopizovna PSIXOLOGIYA FANIDA "STRESS" VA "STRESSGA BARQARORLIK" TUSHUNCHALARINING MAZMUNI.....	129
Ergashev Hasanboy YOSHLARNING OTA-ONALIK ROLIGA PSIXOLOGIK TAYYORLIGI DINAMIKASI.....	133
Niyozmetova Munira Ibragimovna MAKTABDA SAMARALI PEDAGOGIK USULLAR VA ULARNING PSIXOLOGIK ASOSLARI.....	138
Abdurahmonova Firuza Muhiddinovna BOLALARDA KOGNITIV JARAYONNING RIVOJLANISHI.....	142
N.X.Shakirova OGNITIV JARAYONLAR TUSHUNCHASI VA ULARNING TA'LIMDAGI ROLI.....	147
Axmedov Davlatbek Saloxidin o'g'li MULOQOTDA SHAXS YO'NALGANLIGI PSIXOLOGIK FENOMEN SIFATIDA.....	151
Raximova E'tibor Rustamovna OLIIY TA'LIM MUASSASA TALABALARI TA'LIM FAOLIYATIDA O'QUV MOTIVATSIYASINING SHAKLLANISHIGA SUN'IY INTELEKTNING TA'SIRI.....	156
R.M.Baxtiyorov MAKTABGACHA YOSHDAGI BOLALARNING FAOLIYATLAR JARAYONIDA IJODIY QOBILIYATLARINI RIVOJLANTIRISH YO'LLARI.....	162
Abduhalimova Durdona Ilhomovna BOKSCHILARNING JISMONIY VA TEXNIK-TAKTIK TAYYORGARLIGINI TAKOMILLASHTIRISH.....	168
Qon'irbaev Dastan BOG'CHA YOSHDAGI BOLALARDA XAYOLNING RIVOJLANISHI.....	173
Temirova Dilfuza Olim qizi TALABALAR JAMOASIDA SHAXSLARARO MUNOSABATLARNING XORIJ ADABIYOTLARDA YORITILISHI.....	177
Shukurullayev Xamidulla Nurilla o'g'li O'SMIRLARDA AGRESSIV XULQ-ATVOR SHAKLLANISHIGA OILAVIY MUNOSABATLARNING TA'SIRI.....	182
Feruza Alimova Najimovna HARBIY XIZMATCHILARDA STRESSGA TA'SIR QILUVCHI OMILLARNI TADQIQ ETISHNING IJTIMOY-PSIXOLOGIK XUSUSIYATLARI.....	186
Irgashev Zarif Djamaldinovich ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ СЕМЕЙНЫХ ЦЕННОСТЕЙ В УЗБЕКИСТАНЕ, ЮЖНОЙ КОРЕЕ, КИТАЕ И ЯПОНИИ И ИХ ВЛИЯНИЕ НА ФОРМИРОВАНИЕ ЛИЧНОСТИ РЕБЁНКА ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА.....	191
Iskanderova Sayyora Abdubasidovna, Turabekova Shaxnoza Damirovna	



UO'K: 159.936-053.(086.3)

HARBIY XIZMATCHILARDA STRESSGA TA'SIR QILUVCHI OMILLARNI TADQIQ ETISHNING IJTIMOIY-PSIXOLOGIK XUSUSIYATLARI

Irgashev Zarif Djamaldinovich

Andijon davlat pedagogika instituti

Pedagogika va psixologiya kafedrası mustaqil izlanuvchisi

Annotatsiya. Maqolada harbiy xizmatchilarning psixologik xususiyatlarini o'rganish asosida ularda namoyon bo'ladigan stressni yuzaga keltiruvchi omillar tahlil qilinib, ushbu omillarning oldini olish usullari o'rganilgan. Shuningdek, harbiy xizmatchi shaxsida stress holatining ijtimoiy-psixologik xususiyatlarini aniqlashga doir metod va vositalar tadqiq etilgan hamda samarali tavsiyalar ishlab chiqilgan.

Kalit so'zlar: ijtimoiy vaziyat, bardoshlilik darajasi, psixologik bilim, harbiy xizmat, stress, harbiy xizmatchi, ijtimoiy muhit, stress omillari.

Abstract. This article analyzes the stress-inducing factors manifested in military personnel based on the study of their psychological characteristics, enabling the exploration of effective prevention methods. Furthermore, it investigates methods and tools for identifying the socio-psychological aspects of stress manifestation in the personality of military personnel and provides practical recommendations for its mitigation.

Key words: social situation, resilience level, psychological knowledge, military service, stress, military personnel, social environment, stress factors.

Аннотация. В статье на основе изучения психологических особенностей военнослужащих проведён анализ факторов, вызывающих стресс, с целью выявления методов его профилактики. Также исследованы методы и средства выявления социально-психологических характеристик проявления стресса у личности военнослужащего и предложены эффективные рекомендации по снижению уровня стресса.

Ключевые слова: социальная ситуация, уровень устойчивости, психологические знания, военная служба, стресс, военнослужащий, социальная среда, стрессовые факторы.

KIRISH

Jahonda zamonaviy dunyo talablari kundan-kunga ortib bormoqda va bu barcha sohalarga, jumladan, harbiy xizmatga ham ta'sir ko'rsatmoqda. Harbiy sohalarda xizmat olib borayotgan xodimlar nafaqat jismoniy jihatdan, balki psixologik, axborot va texnologik jihatdan ham yuqori tayyorgarlikka ega bo'lishlari kerak. Ularga qo'yilayotgan talablar faqat jangovar tayyorgarlik bilan cheklanib qolmay, balki stressga chidamlilik, tezkor qaror qabul qilish qobiliyati va zamonaviy texnologiyalarni o'zlashtirish darajasini ham o'z ichiga oladi. Xususan, YUNESKO harbiy xodimlar ham tinchlikni saqlashda muhim rol o'ynashini ta'kidlaydi. Shu sababli, u harbiy ta'lim tizimida inson huquqlari, mojarolarni tinch yo'l bilan hal qilish usullari va xalqaro gumanitar huquq asoslarini o'rgatishni qo'llab-quvvatlaydi. Shuningdek, psixologik barqarorlik va ijtimoiy moslashuv uchun zamonaviy talablarning kuchayishi insonlar, ayniqsa harbiy xizmatda bo'lganlar uchun kuchli psixologik bosimni keltirib chiqarishi mumkin [1].

V.P. Petlenko o'z takliflari orqali shaxs salomatligini muvozanat holati sifatida tushunish, shax-

sning moslashish qobiliyati (sog'liq potentsiali) va doimiy o'zgaruvchan turli hayotiy sharoitlar o'rtasidagi muvozanatni akademik asoslaydi. I.I. Dubrovinaning "ruhiy salomatlik" va "ruhiy sog'lomlik" hodisalari o'rtasidagi munosabatni izohlaydi. Ruhiy salomatlik darajalarini hisobga olsak, an'anaviy yondashuv — biologiya va tibbiyot sohalaridan tashqariga chiqmaydi. Shuningdek, shaxsning moslashuvini o'rganishda psixologik yondashuv muhim ahamiyat kasb etadi [2].

So'nggi yillarda ijtimoiy guruhlardagi shaxslarning o'zaro munosabatlarini o'rganuvchi tadqiqotchi psixologlar hamda tibbiyot xodimlari o'rtasida o'zaro samarali faoliyat olib borilmoqda. Tibbiyot psixologiyasining alohida tarmog'i — "salomatlik psixologiyasi"da shaxsning turli hayotiy sharoitlarda ruhiy holatlarga duch kelganda, yolg'iz va serxavotir odamlarning ruhiy holatlari, kutishlari, munosabatlari o'rganilmoqda. Kuzatishlar davomida o'zida depressiya — tanglik holatini boshidan kechirayotgan shaxsning aynan o'zi haqidagi fikrlari negativ bo'lishi aniqlangan [3]. O'z faoliyatlarida normal kundalik funksiyalarni bajarayotgan odamlarga qaraganda, bu turdagi shaxslar o'zlarini yomon baholashadi, bo'lib o'tgan voqea va vaziyatlardan faqat yomonlarini eslab, kelajakka ishonchsizlik bilan qarashadi. Bunday toifadagi shaxslarning fikrlash darajalari odatda depressiv tafakkur deb ataladi.

Bugungi kun harbiy xizmatchilarining ham jismoniy, ham ruhiy salomatligiga jiddiy ta'sir ko'rsatadigan stress holatlarining mavjudligi va unga nisbatan barqaror munosabat bildirish uning uchun nafaqat salomatligini asrash kaliti, balki olib borayotgan faoliyatining samarasiga ham ta'sir ko'rsatuvchi muhim omil ekanligini hisobga olgan holda, bugun harbiy xizmatchilarning stressga barqarorligini tadqiqot predmeti sifatida o'rganish muhim ahamiyat kasb etmoqda.

Harbiy xizmatchilar shaxsida stressning ifodalanishi muammosini o'rganish, harbiy xizmatchida namoyon bo'lgan xulqning shakllanishida uning qaysi xususiyatlari yetakchilik qilganligi, u yoki bu hatti-harakatlarni sodir etishida nimalarga asoslanganligini aniqlash muhim ahamiyat kasb etib, empirik jihatdan o'z tasdig'ini topishi lozim bo'lgan xulosalar bilan asoslanishi, hamda harbiy xizmatchi o'tmishi va hozirgi mavjudligini tushuntirish bilan cheklanib qolmasdan, uning xulqida kelajakda yuz berishi mumkin bo'lgan o'zgarishlarni ham bashorat qila olishi lozim.

Ushbu jarayonda harbiy xizmatchi shaxs xususiyatlari, xatti-harakatlarining motivi, rivojlanishi va asosiysi — nima uchun ba'zi harbiy xizmatchilar harbiy jamoaga, harbiy faoliyat jarayoniga osonlik bilan moslashishi, ba'zilarining esa atrofdagilar (xizmatdoshlari, boshliq va bo'ysinuvchilari) bilan o'zaro muloqotda qiyinchilikka uchrashi masalasini ochib berish muhim ahamiyat kasb etadi. Har qanday, hattoki normal faoliyat ham zo'riqishni keltirib chiqarishi mumkin va komandir buni nazardan qochirishi kerak emas [4].

Stressni klassifikatsiyalashda turli xil prinsiplarga asoslangan holda yondashiladi:

stressga olib keluvchi sharoit va faktorlar tahlili asosida: bular — tirik organizm butunligi va gomeostazning buzilishiga olib keluvchi stimullar; individning faoliyatini buzuvchi stimullar (maqsadning yo'qolishi, e'tiborning chalg'ishi); ijtimoiy ta'sir etuvchi stimullar (ijtimoiy konfliktlar, turmush tarzi);

ta'sir etuvchi kuch qanday intensivlikda ta'sir etishini hisobga olish asosida: bunda yuqori darajada ta'sir etuvchi salbiy ta'sir ruhiy-emotsional jarohat chaqiradi, kam intensivlikdagi salbiy ta'sir esa frustratsiyaga olib keladi;

stress holatida javob reaksiyasini baholash orqali: tug'ma, shartsiz salbiy reflekslar ma'lum bir darajada stress holatini keltirib chiqaradi, shartli, ya'ni hayotiy tajriba davomida ertirilgan reflekslar esa boshqacha darajadagi stress holatini namoyon qiladi;

zo'riqish holatidagi emotsional omilning rolini tahlil qilish asosida ham stress holati yuz berishi mumkin. Ko'rinadiki, emotsional holatlarning ichida boshqalariga nisbatan stress inson hayotida juda ko'p sodir bo'ladigan kechinmalardan biri hisoblanadi. Shuning uchun ham tadqiqotlarning aksariyatida shaxs emotsional holatini o'rganishda stress muammosiga alohida dolzarb masala sifatida qaraladi.

MAVZUGA OID ADABIYOTLAR SHARHI

Bu muammo bilan O'zbekistonlik psixologlardan F.A. Akramova, M.G. Davletshin, E. G'. G'oziyev, N.Z. Ismoilova, V.M. Karimova, D. G'. Muhamedova, Z.T. Nishonova, D.S. Qarshiyeva, B.R. Qodirov, N.S. Safayev, R.S. Samarov, F.T. Shermatov, G'.B. Shoumarov, R.A. Abdurahmanov, A.G. Karayan, D.U. Mamadiyarova va G.D. Teshabayevalar o'z ilmiy tadqiqotlarida talabalarning psixologik muammolarining turli jihatlarini ochib berganlar.

Markaziy Davlatlar Hamdo'stligi mamlakatlari olimlaridan I.A. Sabitov, M.I. Dyachenko, M.A. Berbin, L.I. Vasserman, V.V. Gubin, A.V. Litkin, K.V. Vsechasniy, M.I. Marin, A.N. Tarasov, T.V. Sinyavskaya,



L.E. Shevchuk, L.A. Kitayev-Smik, L.V. Smolova, Yu.A. Aleksandrovskiy, B.S. Poloji, A.I. Shipilov, P.A. Korchemniy va A.V. Otvetchikovlar shaxsning stress holatini tuzatishga ta'sir qiluvchi yetakchi psixologik omillarni, korreksiya usullarini, korreksiyaning optimallashtirish vositalari va mexanizmlarini aniqlash orqali ilmiy tadqiqot ishlarini olib borganlar.

Xorij olimlaridan tadqiq etilayotgan muammo yuzasidan ilmiy adabiyotlar tahlili shuni ko'rsatadiki, stressning ijtimoiy-psixologik xususiyatlari muammosi alohida ijtimoiy-psixologik muammo sifatida o'rganilmagan. Ammo V.H. Bremner, G. Sele, F. Aron, G.D. Domingo, D.L. Ely, J.M. Violanti, R.A. Mostardi, T.A. Marteffi, E.A. Mecarterry, J.A. Martdli, F.I. Mecafferty, B.J. Kirkcaldy, I.K. Waters, J. Efown, C. Copper, T.H. Holmes, R.H. Rahe, R.B. Kris, A. Bernise, D. Joh va boshqalar bu borada ilmiy izlanishlar olib borganlar.

TADQIQOT METODOLOGIYASI

Metodologiyani ishlab chiqishda mualliflar stress holatlarini o'rganishning an'anaviy usullaridagi mavjud kamchiliklarni bartaraf etishga intilgan. Asosan, stress omillari yoki tashvish, depressiya, umidsizlik va boshqalarning patologik ko'rinishlari orqali psixologik stressni bilvosita o'lchashga qaratilgan. Stress ruhiy zo'riqishning tabiiy holati sifatida o'lchangan.

Ushbu uslubiy nomuvofiqliklarni bartaraf etish uchun Lemour, Tessier va Fillion stressni boshdan kechirayotgan odamning holatini tavsiflovchi so'rovnomanini ishlab chiqqan. Buning natijasida stress omillari yoki patologiyalar kabi o'zgaruvchilarni aniqlashga hojat qolmagan. Savollar 18 yoshdan 65 yoshgacha bo'lgan oddiy insonlar uchun, turli kasbiy guruhlariga nisbatan tuzilgan. Bularning barchasi ushbu metodni oddiy populyatsiyada turli yoshdagi va kasbiy namunalarga qo'llash uchun universal deb hisoblash imkonini beradi.

Texnika mualliflar tomonidan Kanada, Angliya, AQSH, Puerto-Riko, Kolumbiya, Argentina va Yaponiyada 5 mingdan ortiq odam namunasi asosida sinovdan o'tkazilgan. Ushbu uslub Ottava universitetida Klement va Young tomonidan, Larsi esa universitetda, Monreal kasalxonasida, shuningdek, Tessier va uning Sankt-Peterburgdagi hamkasblari, Frensis Assizi va Sent-Justine (Monreal)da qo'llagan. Rossiyada metodologiya N.E. Vodopyanova tomonidan o'qituvchilar, talabalar va tijorat xodimlarining 500 kishilik namunasi asosida sinovdan o'tkazilgan. Ko'pgina tadqiqotlar shuni ko'rsatdiki, PSM (Psychological Stress Measure) yetarli psixometrik xususiyatlarga ega. PSM integral indeksi bilan Spielberger Anksiyete shkalasi ($r = 0,73$) va Beck Depressiya inventarizatsiyasi ($r = 0,75$) o'rtasida korrelyatsiya aniqlangan. Ushbu o'zaro bog'liqliklarning kattaligi hissiy tanglik yoki depressiyaning umumiy tajribasi bilan izohlanadi. Shu bilan birga, divergent haqiqiylik tadqiqotlari shuni ko'rsatadiki, PSM kontseptual jihatdan tashvish va depressiyaning o'rganish usullaridan farq qiladi.

TAHLIL VA NATIJALAR

Bizning tadqiqotimizda olingan natijalar harbiy xizmatchilarning stress omillari va ularga bo'lgan psixologik moslashuv jarayonlarini chuqur o'rganish, harbiy psixologiya sohasidagi nazariy bilimlarni boyitib, stress bilan bog'liq yangi ijtimoiy-psixologik modellarni shakllantirishga xizmat qiladi. Harbiy sharoitda stress omillari va ularning psixologik oqibatlari bo'yicha empirik dalillarga asoslangan bilimlar yaratishga imkon berib, harbiy xizmatchilarning stressga qarshi moslashuvchanligini oshirish bo'yicha yangi nazariy yondashuvlar va metodikalarni ishlab chiqishga yordam beradi.

1-jadval

R. Tessier, L.Lemyre va L.Fillionlarning "Psixologik stress shkalasi PSM-25" bo'yicha natijalar ko'rsatkichi

	Xudud	N	O'rtacha rang	H	p
Stressning past darajasi	Samarqand	159	237,75	12,195	,002**
	Qashqadaryo	150	260,32		
	Andijon	159	206,89		
	Jami	468			

Stressning o'rtacha darajasi	Samarqand	4	14,88	,159	,924
	Qashqadaryo	15	13,17		
	Andijon	7	13,43		
	Jami	26			
Stressning yuqori darajasi	Samarqand	2	2,50	2,000	,157
	Qashqadaryo	1	1,00		
	Jami	3			

Tadqiqotimiz bo'yicha olingan natijalardan shuni aytish mumkinki, stressning past darajasi bo'yicha hududlar orasida sezilarli farq mavjud ($p = 0,002$; $p < 0,01$). Bu degani, kam stress darajasida bo'lgan ishtirokchilarning taqsimoti hududlarga qarab statistik jihatdan ishonchli farq qiladi. Hududlar o'rtasidagi asosiy farqlar shuni ko'rsatdiki, Qashqadaryo viloyatida stressning past darajasi bo'lgan ishtirokchilar ko'proq, o'rtacha rangi 260,32 bo'lib, bu boshqa hududlarga nisbatan eng yuqori ko'rsatkichni bildiradi. Ya'ni, Qashqadaryo viloyatida stress omillari kamroq yoki yaxshi boshqariladi. Bu hududda yashovchilar stressdan himoyalaniish mexanizmlaridan yaxshi foydalanadi (yaxshi ijtimoiy qo'llab-quvvatlash, hayot sharoitlari, mehnat sharoitlari). Odamlar hayot tarzini stressni kamaytiradigan tarzda olib boradi.

Andijon viloyatida stressning past darajasi bo'lgan ishtirokchilar nisbatan kamroq bo'lib, o'rtacha rank 206,89 — bu eng past ko'rsatkichni bildiradi. Bu shuni anglashimiz mumkinki, Andijon viloyatida past stress darajasi bilan yashovchilar nisbatan kamroq. Stress omillari ko'proq bo'lishi mumkin (masalan, ish sharoitlari, yashash muhiti, ijtimoiy bosim). Stressni boshqarish imkoniyatlari boshqa hududlarga nisbatan kamroq bo'lishi mumkin.

Samarqand viloyatida stress darajasi o'rtacha holatda bo'lib, o'rtacha rang ko'rsatkichlari 237,75 — bu Andijondan yuqori, lekin Qashqadaryodan past ekanligini ko'rsatadi. Samarqand aholisi stressni boshqarishda o'rtacha natija ko'rsatmoqda. Bu hududda stress omillari mavjud, lekin ularni boshqarish imkoniyatlari Andijondan yaxshiroq. Shu bilan birga, Qashqadaryodagidek minimal stress muhitiga ega emas. Bu hududlarda turmush tarzi, ijtimoiy va iqtisodiy omillar, shaxsiy stressga qarshi kurashish usullari farq qilishi mumkin.

Natijalar asosida chiqariladigan ehtimoliy xulosalarga asoslansak, Qashqadaryoda stress darajasi eng past, odamlar yaxshi moslashgan yoki kamroq stress omillari mavjud. Samarqandda esa o'rtacha stress darajasi, ya'ni bu hududda ham stressga qarshi muayyan himoya mexanizmlari mavjud, lekin ba'zi stress omillari ham bor. Andijonda esa stress darajasi nisbatan yuqori, ya'ni bu hudud aholisi boshqa hududlarga nisbatan ko'proq stress his qilishi mumkin.

Mazkur sohada o'tkazilgan tadqiqot natijasi chegaraviy qiymatni ko'rsatdi ($p = 0,050$; $p < 0,05$), bu esa statistik jihatdan ahamiyatli deb qaralishi mumkin bo'lgan holatni bildiradi. Bu holat ijtimoiy frustratsiya darajasida hududlar o'rtasida noaniq, ammo sezilarli tafovutlar mavjudligini ko'rsatadi.

Hududlar kesimida Andijon viloyati eng past rang ko'rsatkichiga ega (91,73), bu esa u yerda yashovchi respondentlar orasida ichki ijtimoiy norozilik hissi nisbatan kuchliroq bo'lishi mumkinligidan darak beradi. Bu norozilik ochiq ifodalangan bo'lmashligi mumkin, lekin psixologik jihatdan mavjudligi seziladi. Boshqacha aytganda, u latent, anglanmagan frustratsiya holati bo'lishi ehtimol.

Samarqand (107,39) va Qashqadaryo (104,34) viloyatlarida esa frustratsiya ko'rsatkichlari nisbatan o'rtacha darajada bo'lib, bu hududlarda ijtimoiy norozilik hissi barqarorroq, ancha me'yorda kechayotgan bo'lishi mumkin.

2-jadval

V.Boyko va L.I.Vassermanning "Ijtimoiy frustratsiya darajasi anketasi" bo'yicha natijalar

	xudud	N	O'rtacha rank	H	p
Ijtimoiy frustratsiyaning yo'qligi	Samarqand	87	115,41	2,363	,307
	Qashqadaryo	65	128,50		
	Andijon	83	112,49		
	Jami	235			



Ijtimoiy frustratsiya aniq emas	Samarqand	53	107,39	2,597	,050*
	Qashqadaryo	82	104,34		
	Andijon	66	91,73		
	Jami	201			
Noaniq baholash zonasi	Samarqand	15	20,73	,294	,863
	Qashqadaryo	15	23,20		
	Andijon	13	22,08		
	Jami	43			
Ijtimoiy frustratsiyaning o'rtacha darajasi	Samarqand	6	7,00	1,386	,500
	Qashqadaryo	3	4,33		
	Andijon	2	5,50		
	Jami	11			
Juda yuqori frustratsiya darajasi	Samarqand	3	4,00	,484	,785
	Qashqadaryo	1	3,00		
	Andijon	2	3,00		
	Jami	6			

Psixologik tahlil: Andijonda ijtimoiy hayotdagi nomutanosibliklar, imkoniyatlar cheklovlari yoki ijtimoiy adolatsizlik hissi mavjud bo'lishi mumkin. Biroq, bu holatlar ochiq e'tiroz yoki ijtimoiy faollik sifatida emas, balki ichki beqarorlik, tushunarsiz norozilik, ruhiy bosim tarzida namoyon bo'ladi. Bu frustratsiya darajasi insonlar ongida to'liq anglanmagan, ammo ularning umumiy ruhiy holatiga va ijtimoiy faoliyatiga ta'sir etishi mumkin.

Shuningdek, bu holat ijtimoiy-iqtisodiy omillar, yetarli darajadagi ijtimoiy ko'mak yoki ijtimoiy ishonchning pastligi bilan ham izohlanadi. Frustratsiyaning aniq ifodalanmasligi esa insonlarning o'z his-tuyg'ularini anglash va ifodalash darajasi bilan bog'liq bo'lishi mumkin.

XULOSA VA TAKLIFLAR

Maqolada harbiy xizmatchilarda stress shakllanishiga ta'sir etuvchi ijtimoiy-psixologik omillar tizimli va empirik asosda chuqur o'rganildi. Olib borilgan tadqiqotlar shuni ko'rsatdiki, harbiy xizmatchilar psixologik bosim ostida xizmat olib borar ekan, ularning stressga bardoshliligi ichki resurslar, ijtimoiy qo'llab-quvvatlash, xizmat sharoitlari va rahbarlar bilan bo'lgan munosabatlarga bevosita bog'liq.

Shuningdek, empirik tahlillar stress darajasining ortishi kasbiy faoliyat samaradorligining pasayishi, ruhiy charchoq, tashvish, depressiya va agressiv xatti-harakatlar bilan chambarchas bog'liqligini isbotladi.

Stress shakllanishining asosiy manbalari harbiy xizmat sharoitida jismoniy va ruhiy zo'riqish, rahbarlar bilan murakkab munosabatlar, ijtimoiy yakkalanish va kelajakka oid noaniqliklar bilan bog'liq bo'lib, bu holatlar harbiy xizmatchilarda yuqori darajadagi psixologik bosimni keltirib chiqaradi.

Ichki nazorat lokusi (internallik) kuchli bo'lgan harbiylar stressli vaziyatlarda faol, mas'uliyatli va bardoshli yondashuvni namoyon etadi, bu esa ularning ruhiy barqarorligiga ijobiy ta'sir ko'rsatadi.

Uzoq muddat xizmat qilgan harbiylar tajriba va ijtimoiy tayanchning ko'pligi sababli stressni boshqarishda samaraliroq bo'lishadi, yosh harbiylar esa tashqi omillarga ko'proq bog'liqlik namoyon etadi.

Psixologik stress darajasi va ijtimoiy frustratsiya darajasi o'zaro bog'liq bo'lib, oilaviy ziddiyatlar, xizmatdagi adolatsizlik va rahbarlar bilan muammolar stress darajasini oshiruvchi muhim omillar sifatida namoyon bo'ladi.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR RO'YXATI

1. Meyer, M. Olympic spirit and global peace: insights from Matt Meyer keynote address at UNESCO. International Science Council Uzbekistan veb-sayti. URL: https://uz.council.science/blog/olympic-spirit-and-global-peace-insights-from-matt-meyer-keynote-address-at-unesco/?utm_source=chatgpt.com
2. Лаптев Л.Г., Маркитан Р.В. Военный труд: наука, искусство, призвание. – Совершенство, 1998. – 71 с.
3. Boboyev X.Y. Harbiy xizmatchilar shaxsida stressni namoyon bo'lishining ijtimoiy-psixologik xususiyatlari. – Toshkent: 2022. – [monografiya].
4. Kaxarova M., Akbarova M. Guruhlar ishlarini tashkillashtirishning frontal darslardan afzalliklari // Ta'lim va rivojlanish tahlili onlayn ilmiy jurnali. – 2022. – Vol. 2, №10. – B. 165–169.

Ingliz tili muharriri: Feruz HAKIMOV

Musahhih: Alibek ZOKIROV

Sahifalovchi va dizayner: Oloviddin SOBIR O'G'LI

2025. № 6

© 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

“Maktabgacha va maktab ta’limi” jurnali Oliy attestatsiya komissiyasi Toshkent davlat pedagogika universitetining murojaatiga (24-04-2025 y., №11-05-2566/01) ko’ra, psixologiya fanlari bo’yicha falsafa doktori (PhD) va fan doktori (DSc) ilmiy darajasiga talabgorlarning tadqiqot ishlari yuzasidan dissertatsiyalarining asosiy ilmiy natijalarini chop etish uchun tavsiya etilgan milliy ilmiy nashrlar ro’yxatiga kiritilganligini ma’lum qiladi.

Asos: OAK Pedagogik texnologiyalar va psixologik tadqiqotlar bo’yicha ekspert kengashi tavsiyasi (25-05-2025 y.; №10); OAK Tartib-qoida komissiyasi qarori (07-05-2025 y., №5/6); OAK Rayosatining qarori (08-05-2025 y., №370/5).

Manzilimiz: Toshkent shahar, Mirzo Ulug’bek tumani
Kumushkon ko’chasi, 26-uy.