



ISSN: 3060-4613



MAKTABGACHA  
VA MAKTAB  
TA'LIMI VAZIRLIGI



O'zbekiston  
Milliy Pedagogika  
Universiteti



No5(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 sohaları va bosqichlari bo'yicha)
- 13.00.07 Ta'limda menejment
- 13.00.08 Maktabgacha ta'lim va tarbiya nazariyasi va metodikasi
- 13.00.09 Ijtimoiy pedagogika
- 07.00.00 Tarix fanlari
- 19.00.00 Psixologiya fanlari
- 01.00.00 Fizika-matematika fanlari
- 02.00.00 Kimyo fanlari
- 03.00.00 Biologiya fanlari
- 09.00.00 Falsafa fanlari
- 10.00.00 Filologiya fanlari
- 11.00.00 Geografiya fanlari

# M

# AKTABGACHA VA AKTAB TA'LIMI

Pedagogika, psixologiya fanlariga ixtisoslashgan ilmiy jurnal



# MAKTABGACHA VA MAKTAB TA'LIMI



Elektron nashr. 396 sahifa,  
18-may, 2026-yil.

## **BOSH MUHARRIR:**

Karimova E'zoza Gapijanovna – O'zbekiston Respublikasi Maktabgacha va maktab ta'limi vaziri

## **BOSH MUHARRIR O'RINBOSARI:**

Ibragimova Gulsanam Ne'matovna – Pedagogika fanlari doktori, professor

## **TAHRIRIYAT KENGASHI A'ZOLARI**

Ibragimov X.I. – pedagogika fanlari doktori, akademik  
Shoumarov G'.B. – psixologiya fanlari doktori, akademik  
Qirg'izboyev A.K. – Tarix fanlari doktori, professor  
Jamoldinova O.R. – pedagogika fanlari doktori, professor  
Sharipov Sh.S. – pedagogika fanlari doktori, professor  
Shermuhhammadov B.Sh. – pedagogika fanlari doktori, professor  
Ma'murov B.B. – pedagogika fanlari doktori, professor  
Madraximova F.R. – pedagogika fanlari doktori, professor  
Kalonov M.B. – iqtisodiyot fanlari doktori, professor  
Nabiyev D.X. – iqtisodiyot fanlari doktori, professor  
Qo'ldoshev Q. M. – iqtisodiyot fanlari doktori, professor  
Ikramxanova F.I. – filologiya fanlari doktori, professor  
Ismagilova F.S. – psixologiya fanlari doktori, professor (Rossiya)  
Stoyuxina N.Yu. – psixologiya fanlari nomzodi, dotsent (Rossiya)  
Magauova A.S. – pedagogika fanlari doktori, professor (Qozog'iston)  
Rejep O'zyurek – psixologiya fanlari doktori, professor (Turkiya)  
Wookyu Cha – Koreya milliy ta'lim universiteti rektori (Koreya)  
Polonnikov A.A. – psixologiya fanlari nomzodi, dotsent (Belarus)  
Mizayeva F. O. – Pedagogika fanlari doktori, dotsent  
Baybayeva M.X. – pedagogika fanlari doktori, professor  
Muxsiyeva A.T. – pedagogika fanlari doktori, professor  
Aliyev B. – falsafa fanlari doktori, professor  
Abdullayeva N. Sh. – Pedagogika fanlari doktori (DSc), professor  
Doniyorov S. M. – “Yangi O'zbekiston” va “Pravda Vostoka” gazetalari tahririyati DM bosh muharriri, O'zbekiston Respublikasida xizmat ko'rsatgan jurnalist, filologiya fanlari bo'yicha falsafa doktori (PhD), dotsent  
G'afurov D. O. – falsafa fanlari doktori (Phd)  
Shomurodov R.T. – iqtisodiyot fanlari nomzodi (PhD), dotsent  
Mirzayeva F. O. – pedagogika fanlari doktori (DSc), dotsent  
Jalilova S.X. – psixologiya fanlari nomzodi (PhD), dotsent  
Bafayev M.M. – psixologiya fanlari bo'yicha falsafa doktori (PhD), dotsent  
Usmonova D.I. – Samarqand iqtisodiyot va servis institute dotsenti  
Saifnazarov I. – falsafa fanlari doktori, professor  
Nematov Sh.E. – pedagogika fanlari nomzodi (PhD)  
Tillashayxova X.A. – psixologiya fanlari nomzodi (PhD), dotsent  
Yuldasheva F.I. – pedagogika fanlari bo'yicha falsafa doktori (PhD), dotsent  
Yuldasheva D.B. – filologiya fanlari bo'yicha falsafa (PhD) doktori, dotsent  
Tangriyev A. T. – Toshkent davlat iqtisodiyot universiteti kafedra professori  
Ashurov R. R. – psixologiya fanlari bo'yicha falsafa doktori (PhD), dotsent  
Panjiyev M. A. – Qashqadaryo viloyati Maktabgacha va maktab ta'limi boshqarmasi boshlig'ining birinchi o'rinbosari  
Xudayberganov N. A. – Xorazm Ma'mun akademiyasi Tabiiy fanlar bo'limining katta ilmiy xodimi, biologiya fanlari bo'yicha falsafa doktori (PhD)  
Vaxobov Anvar Abdusattor o'g'li – Pedagogika fanlari bo'yicha falsafa doktori, dotsent

**Muassis:** “Tadbirkor va ishbilarmon” MChJ

**Hamkorlarimiz:** O'zbekiston Respublikasi Maktabgacha va maktab ta'limi vazirligi, O'zbekiston milliy pedagogika universiteti

#### EDITOR-IN-CHIEF:

Karimova E'zoza Gapirzhanovna – Minister of Perschool and School Education of the Republic of Uzbekistan

#### DEPUTY EDITOR-IN-CHIEF:

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

#### EDITORIAL BOARD MEMBERS:

**Ibragimov X.I. – Doctor of Pedagogical Sciences, Academician**

**Shoumarov G. B. – Doctor of Psychological Sciences, Academician**

**Qirg'izboyev A. K. – Doctor of Historical Sciences, Professor**

**Jamoldinova O.R. – Doctor of Pedagogical Sciences, Professor**

**Sharipov Sh.S. – Doctor of Pedagogical Sciences, Professor**

**Shermuhhammadov B.Sh. – Doctor of Pedagogical Sciences, Professor**

**Ma'murov B.B. – Doctor of Pedagogical Sciences, Professor**

**Madraximova F.R. – Doctor of Pedagogical Sciences, Professor**

**Kalonov M.B. – Doctor of Economic Sciences, Professor**

**Nabiyev D.X. – Doctor of Economic Sciences, Professor**

**Koldoshev K. M. – Doctor of Economic Sciences, Professor**

**Ikramxanova F.I. – Doctor of Philological Sciences, Professor**

**Ismagilova F.S. – Doctor of Psychological Sciences, Professor (Russia)**

**Stoyuxina N.Yu. – Candidate of Psychological Sciences (PhD), Associate Professor (Russia)**

**Magauova A.S. – Doctor of Pedagogical Sciences, Professor (Kazakhstan)**

**Rejep O'zyurek – Doctor of Psychological Sciences, Professor (Turkey)**

**Wookyu Cha – President of the National University of Education, Korea (South Korea)**

**Polonnikov A.A. – Candidate of Psychological Sciences (PhD), Associate Professor (Belarus)**

**Mizayeva F. O. – Doctor of Pedagogical Sciences, Professor**

**Baybayeva M.X. – Doctor of Pedagogical Sciences, Professor**

**Muxsiyeva A.T. – Doctor of Pedagogical Sciences, Professor**

**Aliyev B. – Doctor of philosophy, professor**

**Abdullayeva N. Sh. – Doctor of Pedagogical Sciences (DSc), Professor**

**Doniyorov S. M. – Editor-in-Chief of the DM Editorial Office of the newspapers “Yangi O'zbekiston” and “Pravda Vostoka”, Honored Journalist of the Republic of Uzbekistan, Doctor of Philosophy (PhD) in Philology, Associate Professor**

**Gafurov D. O. – Doctor of Philosophy (PhD)**

**Shomurodov R.T. – Candidate of Economic Sciences (PhD), Associate Professor**

**Mirzayeva F. O. – Doctor of Pedagogical Sciences (DSc), Associate Professor**

**Jalilova S.X. – Candidate of Psychological Sciences (PhD), Associate Professor**

**Bafayev M.M. – Doctor of Philosophy in Psychological Sciences (PhD), Associate Professor**

**Usmonova D.I. – Associate Professor, Samarkand Institute of Economics and Service**

**Saifnazarov I. – Doctor of philosophy, professor**

**Nematov Sh.E. – Candidate of Pedagogical Sciences (PhD)**

**Tillashayxova X.A. – Candidate of Psychological Sciences (PhD), Associate Professor**

**Yuldasheva F.I. – Doctor of Philosophy in Pedagogical Sciences (PhD), Associate Professor**

**Yuldasheva D.B. – Doctor of Philosophy (PhD) in Philological Sciences, Associate Professor**

**Tangriyev A.T. – is a professor of Tashkent State University of Economics**

**Ashurov R. R. – Doctor of Philosophy (PhD) in Psychology, Associate Professor**

**Panjiyev M. A. – First Deputy Head of the Department of Preschool and School Education of the Kashkadarya Region**

**Khudaiberganov N. A. – Senior Researcher of the Department of Natural Sciences of the Khorezm Mamun**

**Academy, Doctor of Philosophy (PhD) in Biological Sciences**

**Vakhobov Anvar Abdusattor 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

O'quvchi yoshlarni muhandislik kasblariga yo'naltirishda xorij tajribasi.....	10
<a href="#">Maxamov X. T., Omondavlatova Sofiya Baxtiyor qizi</a>	
2-sinf darslarida "4K" ko'nikmalarini shakllantirish: XXI asr savodxonligi poydevori .....	14
<a href="#">Jo'rayeva Nargiza O'ktamovna</a>	
Ommaviy axborot vositalarining inson ruhiy salomatligiga ta'siri: empirik tadqiqot natijalari.....	18
<a href="#">Abdinazarova Bibixonim Rashid qizi</a>	
Talabalar uchun amaliy ko'nikmalarni shakllantirishda texnik loyihalarning o'rni .....	23
<a href="#">Axmadaliyev Mansurbek Erkaboy o'g'li, Rejabov Jaloliddin Sadiq o'g'li</a>	
Masalalarni modellashtirish metodi yordamida yechish yo'llari .....	28
<a href="#">B. B. Qarshiyev, Bekmuradov Bobur Toyloq o'g'li</a>	
Maktabgacha ta'lim tashkilotida elektron o'quv materiallaridan foydalanishning afzalliklari.....	34
<a href="#">Tog'aymurodova Marjona Yusuf qizi</a>	
Raqamli ta'lim muhitida dizaynerlik faoliyatlarini rivojlantirishning zamonaviy metodlari.....	39
<a href="#">Satvoldiyeva Malaxatxon A'zamjanovna</a>	
Metall va metallmas buyumlarga ishlov berish texnologiyasi fanidan amaliy dars mashg'ulotlarini raqamli texnologiyalar asosida o'qitish metodikasi .....	47
<a href="#">A. Safarov</a>	
Boshlang'ich sinf o'quvchilarida tanqidiy fikrlashni shakllantirish mezonlari.....	57
<a href="#">Xolmatov Doston Dilshod o'g'li</a>	
7–8-sinf biologiya darslarida kompetensiyaviy yondashuvni takomillashtirish metodikasi .....	60
<a href="#">Xolmurodova Sarvinoz</a>	
Zamonaviy adabiyotda lider ayol portreti va shaxsiy rivojlanish falsafasi.....	64
<a href="#">G'afforova Dildora Ergashevna</a>	
Boshlang'ich sinf o'qish darslarida matn ustida ishlash metodikasini takomillashtirishning pedagogik asoslari.....	69
<a href="#">Yusupova Umida Zayniddin qizi</a>	
Umumta'lim maktabida xalq hunarmandchiligi va badiiy loyihalashda kreativ yondashish texnologiyalarining mazmun-mohiyati.....	74
<a href="#">Shomirzayev Maxmatmurod Xuramovich, G'aniyeva Dilfuza A'lam qizi</a>	
Oila muhitining raqamli tadbirkorlik motivatsiyasiga ta'siri: psixologik tahlil .....	78
<a href="#">Tursunov Lutfulla Sayfullayevich, Boyqobilova Sevinch Fazliddin qizi</a>	
Maktab va muzeylar aloqadorligini ta'minlash asosida o'quvchilarni ma'naviy merosga hurmat ruhida tayyorlashning pedagogik texnologiyasi .....	81
<a href="#">Nizomxonova Nargizaposhsho Ekrixon qizi</a>	
Boshlang'ich sinf o'quvchilarida produktiv o'qish malakasini shakllantirish.....	86
<a href="#">Xurramova Sojida Abdunazar qizi</a>	
Oliy ta'lim tizimida liderlik kompetensiyalarini takomillashtirishning kompleks yondashuvlari.....	91
<a href="#">Risvayeva Charos Zaydilla qizi</a>	
Sport sohasining ommaviyligi va inklyuzivligi .....	94
<a href="#">Z. N. Urunova, M. Jaborova</a>	
Maktabgacha ta'lim tashkilotlarida psixologik muhitni swot-tahlil qilish va korreksiyalash .....	97
<a href="#">Sattorova Shirinoy San'atovna</a>	
Bo'lajak boshlang'ich sinf o'qituvchilarining kognitiv kompetentligini rivojlantirishda integrativ yondashuv ..	100
<a href="#">Buvrayev Akram Rustam o'g'li</a>	
Bo'lajak boshlang'ich sinf o'qituvchilarining kasbiy nutqiga qo'yiladigan talablar .....	104
<a href="#">Xolmuminova Dilfuza Xolmamatovna</a>	
O'qituvchining kasbiy faoliyatida ma'naviy-axloqiy fazilatlarining ahamiyati .....	107
<a href="#">Jumanazarova Dilnoza Umurzaqovna</a>	



Hadislar yordamida boshlang'ich sinf o'quvchilarida ma'naviy-axloqiy sifatlarni shakllantirish .....	111
<i>Akaboyeva Malika Raxmatovna</i>	
Boshlang'ich sinf o'quvchilarini mustaqil fikrlashga o'rgatish texnologiyasi .....	114
<i>Beshimova Muazzam Bahodirovna, To'lanboyeva Farangis Ibrohimjon qizi</i>	
Boshlang'ich sinf o'quvchilariga ona tili fanini o'qitishda kreativlik qobiliyatini rivojlantirishning pedagogik-psixologik shart-sharoitlari .....	117
<i>Xoliyeva Sevara Rustam qizi</i>	
Bo'lajak tarbiyachilarning maktabgacha yoshdagi bolalar nutqini rivojlantirishda multimedia texnologiyalaridan foydalanish kompetensiyasini tarkib toptirish .....	122
<i>Narmatova Fotima Dilshod qizi</i>	
Organizing Physics Lessons in General Education Schools Based on Gamification Elements.....	127
<i>Y. A. Mamatokhunov, U. S. Ismoilov, M. A. Muxtorjonova</i>	
Maktabgacha yoshdagi bolalarda mantiqiy tafakkurni rivojlantirishda didaktik o'yinlarning samaradorligi....	129
<i>Meyliyeva Sevinch Bozor qizi</i>	
Anoreksiyasi va bulimiyaning psixologik determinantlari hamda klinik jihatlari .....	132
<i>Askarova Nargiza Abdivaliyevna, To'raqulova Sevinch Sattorjon qizi</i>	
Koxlear implantli bolalar fonematik eshituvini shakllantirish asosida tovush talaffuzini shakllantirish .....	136
<i>Bozorov Otabek Yo'lchi o'g'li, Yakubova Asalxon Ulug'bek qizi</i>	
Qisqa masofaga yuguruvchi yosh sportchilarning kuch va tezlik-kuch ko'rsatkichlarini rivojlantirishda yillik rejalashtirish samaradorligi .....	139
<i>Eshpulatov Jamshid Nuraliyevich</i>	
Разработка модуля автопрокторинга для платформ дистанционного обучения на основе компьютерного зрения и анализа активности пользователя .....	144
<i>Дустқобилов Акмал Бобомуродович</i>	
Определение нарушений академической честности на онлайн-экзаменах на основе компьютерного зрения: алгоритм и эффективность модуля камерaproctor.....	149
<i>Дустқобилов Акмал Бобомуродович, Маматов Исломбек Ильесович</i>	
Zamonaviy ta'limda sun'iy intellekt texnologiyalari: imkoniyatlar, muammolar va istiqbollar .....	154
<i>Delov To'liqin Erkinovich, Gulmirzayeva Zulayho Ko'klanboy qizi</i>	
Ijtimoiy tarmoqlarning talaba yoshlar psixologiyasiga ta'siri .....	160
<i>Saidakbarova Nigora Abduraxim qizi</i>	
Talabalarni ijtimoiy-pedagogik faoliyatga tayyorlashning besh blokli pedagogik modeli .....	165
<i>Amonov Mirjon Namozovich</i>	
O'smirlarning raqamli texnologiyalarga qaramligi va uning psixologik salomatlikdagi o'rni.....	170
<i>Nurmatov Nurhayot Nurziyot o'g'li, Normamatova Aziza Ibroxim qizi</i>	
Qizlarda erta nikohning psixologik omillari va sabablari .....	174
<i>Sodiqova Gulbarno Odiljon qizi</i>	
Boshlang'ich sinf o'quvchilarida o'quv motivlarini shakllantirishning pedagogik imkoniyatlari .....	178
<i>Jumayeva Guzal Xayriddin qizi</i>	
Maktabgacha va kichik maktab yoshidagi bolalarda barmoqlar harakati mashqlari asosida kichik motorika va harakat koordinatsiyasini rivojlantirish .....	183
<i>Mirzakarimov Yuldashboy Abdinabiyevich</i>	
Globalashuv sharoitida yoshlar tashkilotlari orqali milliy o'zlikni anglashni shakllantirishning pedagogik strategiyalari.....	187
<i>Axralova Marg'uba Akmalxanovna</i>	
Tarbiya fani asosida o'quvchilarda huquqiy kompetentlikni rivojlantirish imkoniyatlari .....	191
<i>Jumanova Xafiza Xoliqulovna</i>	
Zamonaviy ilmiy-texnika taraqqiyoti sharoitida texnologik ta'lim mazmunini STEM yondashuvi asosida integratsiyalash va talabalarning texnik fikrlash kompetensiyasini rivojlantirish metodikasini takomillashtirish .....	196
<i>Imanov Baxtiyor Berdiyevich, Qulmamatova Xurshida Abduxamidovna, Barataliyeva Nasiba Maxmadaminovna</i>	
Ijodiy kompetensiyalarni shakllantirishga yo'naltirilgan o'quv jarayonining mazmuniy ta'minoti .....	202
<i>Kubayeva Mavluda Baxtiyor qizi</i>	

The Influence of a Competency-Based Approach on Educational Quality in Physics Instruction .....	205
<i>A. Xakimov, Yorqinjon Abduraimjanovich Mamatokhunov, M. A. Ne'matova</i>	
Umumta'lim maktablarida o'quvchilarning ekologik savodxonligini shakllantirishning amaliy holati .....	208
<i>Majitov Turg'unali Anvar o'g'li</i>	
Maktabgacha ta'lim tarbiyalanuvchilariga ingliz tilini o'rgatishning pedagogik va psixologiyistik xususiyatlari.....	214
<i>Ismoilova Muattar Ilyosovna</i>	
Sharq mutafakkirlarining yoshlarni mehnat va kasb-hunarga o'rgatish bo'yicha qarashlari.....	219
<i>Alqarov Qodir Xoimatovich, Irmatov Pirmuhammad Normat o'g'li</i>	
Metallar mavzusini interfaol metodlar asosida o'qitish orqali o'quvchilar kreativligini oshirish .....	222
<i>Murodova Sayyora Qanoatovna</i>	
Moliyaviy terminlarni tarjima qilishning metodologik muammolari.....	226
<i>Norboeva Dilafuz Djumaqulovna, Suvonov Ozodbek Jamshid o'g'li</i>	
Oliy ta'lim muassasalarida yakuniy nazorat jarayonlarini sun'iy intellekt texnologiyalari asosida tashkil etishning afzalliklari .....	230
<i>Abdunabiyeva Kamola Mansurovna</i>	
Pedagogik ta'limda AI-tutor texnologiyalaridan foydalanish: o'zaro ta'sir mexanizmi va samaradorlik tahlili .....	236
<i>Abdunabiyeva Maftunaxon Solijon qizi</i>	
Talabalarda prokrastinatsiyani kamaytirishning ijtimoiy-psixologik xususiyatlari .....	240
<i>Kozimov Sayfulloh Maxammadjon o'g'li</i>	
Kompetensiyaviy yondashuv asosida boshlang'ich sinf o'quvchilarining o'quv-bilish faoliyatini rivojlantirish.....	245
<i>Raximov Zokir Toshmirovich</i>	
Yosh voleybolchilarning umumiy va maxsus jismoniy tayyorgarliklarini oshirishning pedagogik asoslari .....	249
<i>Temirov Shoirbek Raimjonovich</i>	
Oliy ta'lim muassasalarida boshqaruv jarayonlari mexanizmlarini takomillashtirish.....	253
<i>Kimsanova Rahnamo Solijonovna</i>	
Milliy kurash vositasida yoshlarning irodaviy sifatlarini rivojlantirish.....	257
<i>Muratov Muzaffar Shermamatovich</i>	
Xavotirlanish muammosining psixologik-pedagogik adabiyotlarda o'rganilganligi va o'smirlilik davrining psixologik xususiyatlari .....	261
<i>Mutalibjonov Nurillo Iroiljon o'g'li</i>	
Bo'lajak pedagoglarda kreativ tafakkurni rivojlantirishning innovatsion va refleksiv asoslari .....	264
<i>Oblayeva Lobar Erdonovna</i>	
STEM Education Technology: Physics Teaching Methodology and Future Innovations .....	268
<i>Yorqinjon Abduraimjanovich Mamatokhunov, Odinakhon Sotvoldiyeva Abdumannob qizi</i>	
Mustaqil ta'limni tashkil etishning nazariy asoslari .....	272
<i>Qurbonova Buzaynab Nurmuxammadiyevna</i>	
Maktabgacha tarbiya yoshda bolalar kognitiv sohasining tadqiq qilinishi.....	276
<i>Raxmonova Shaxrizoda Laziz qizi</i>	
Modernization of Physics Teaching Methodology Based on Stream Integration in Vocational Schools.....	279
<i>S. Z. Zaynobiddinov, Yorqinjon Abduraimjanovich Mamatokhunov, Z. M. Orifjonova</i>	
Cultural Competence as a Core Component of Foreign Language Teaching: Theoretical Foundations and Pedagogical Integration .....	282
<i>Shahlo Obidova</i>	
Pedagogika oliy ta'lim muassasalarida talabalarning akmeologik madaniyatini rivojlantirishda ART-pedagogik texnologiyalardan foydalanish.....	286
<i>Shodmonova Shoira Saidovna, Sharifova Dildora Shavkiddin qizi</i>	
Talabalarning to'garak mashg'ulotlari orqali ijodiy qobiliyatlarini rivojlantirish yo'llari .....	290
<i>Turakulova Feruza Mamadoli qizi</i>	



Boshlang'ich sinf o'quvchilariga ona tili fanini o'qitishda kreativlik qobiliyatini rivojlantirishning pedagogik-psixologik shart-sharoitlari .....	294
<i>Xoliyeva Sevara Rustam qizi</i>	
Texnologiya darslarida raqamli texnologiyalar vositasida o'quvchilarning tadbirkorlik ko'nikmalarini shakllantirish metodikasi.....	298
<i>Xudoyberdiyeva Nilufar Raximqulovna</i>	
Umumta'lim maktablari musiqa darslarida media-kontentlardan foydalanib o'quvchilarda estetik didni shakllantirish.....	302
<i>Xudoyqulov Asilbek Aziz o'g'li</i>	
Педагогические стратегии профилактики раннего профессионального выгорания у студентов-медиков (в условиях высокой информационной нагрузки) .....	305
<i>Асророва Мафтунабегим Махаммадризо кизи</i>	
Формирование самоотношения у подростков, переживших насилие .....	308
<i>Кушакова Наргиза Исламбаевна, Азаркова Миланика Дмитриевна</i>	
Изучение развития эпистемических знаний у учащихся 5-го класса в педагогико-психологической литературе.....	311
<i>Нехочина Лола Шахобиддиновна</i>	
Когнитивные уровни читательской деятельности в заданиях PIRLS: типология, процессы понимания и система оценивания.....	314
<i>Нуруллаева Шахло Уктамовна, Александра Валерьевна Шаркова</i>	
Oila tushunchasi uning ijtimoiy ahamiyati haqida sharq mutafakkirlarining qarashlari.....	321
<i>Shokirov Xolida O'rozboq qizi, Abdurashidova Sarvinoz Akrom qizi</i>	
Boshlang'ich sinf o'quvchilarida sog'lom turmush tarzi madaniyatini shakllantirishda zamonaviy pedagogik va axborot texnologiyalarining uyg'unligi .....	325
<i>Bekmirzayev Shavkat Olim o'g'li</i>	
Global ta'lim tendensiyalari asosida maktabgacha ta'lim mazmunini transformatsiyalash mexanizmlari .....	329
<i>Haqqiyeva Fotima Olimjonovna</i>	
O'zbekiston mustaqillik taraqqiyotining turli bosqichlarida ta'lim paradigmalarning evolyutsion tahlili .....	333
<i>Usmonov Salohiddin Dushan o'g'li, Sayfullayeva Parvina</i>	
Malaka oshirish tizimida o'qituvchi-pedagoglarning hamkorlikka asoslangan yondashuvining ilmiy ahamiyati.....	338
<i>Sobirova Lobar Raximovna</i>	
Qutqaruvchilarning maxsus jismoniy tayyorgarligini oshirishda ilmiy-metodologik yondashuvning ahamiyati .....	343
<i>Abdunosir Abdurasulovich G'afurov</i>	
Maktabgacha yoshdagi bolalarda nutq buzilishi kamchiliklarini bartaraf etishda pedagogik yondashuv .....	347
<i>To'rayeva Dilbar, Zulayxo Nazarova</i>	
Maktabgacha ta'limga qo'yiladigan davlat talablarining mazmun-mohiyati .....	350
<i>Samadova Mahliyo, Zulayxo Nazarova</i>	
Harakatli o'yinlar orqali maktabgacha yoshdagi bolalarda jismoniy sifatlarni rivojlantirish .....	354
<i>Yaxyayeva Sojida Abduraximovna, Mustafayeva Dilfuza Jumanovna</i>	
Multimodal yondashuv asosida talabalarning ekologik kompetensiyalarini takomillashtirish tizimining ahamiyati.....	358
<i>O'sarova Muborak Fahriddinovna</i>	
Oliy ta'lim muassasalarida o'quv faoliyati samaradorligini monitoring qilish tizimini loyihalashning tashkiliy-pedagogik asoslari.....	362
<i>Kurbanov Dilmurat Marupjanovich</i>	
Shaxs kamolotida ijtimoiy moslashuv va ma'naviy tarbiyaning ahamiyati .....	367
<i>Nazira Axmadjonovna Dadaboyeva</i>	
Individual yondashuv asosida maktab o'quvchilarida raqamli o'rganish ko'nikmalarini shakllantirish va raqamli texnologiyalar integratsiyasi .....	371
<i>Xaydarova Zilola Normurodovna, Hasanov Samir Xayrulloevich</i>	



Tasviriy san'at mashg'ulotlarida differensial yondashuvning psixologik-pedagogik asoslari .....	375
<a href="#">Bekmuratova Shoxida Ne'matjonovna</a>	
Onlayn muloqot strategiyalarining talaba kommunikativ kompetensiyasiga ta'siri .....	379
<a href="#">Davlatova Ra'no Haydarovna, Islomova Shahlo Madat qizi</a>	
Ajrim yoqasidagi oilalarni ijtimoiy-psixologik reabilitatsiya qilish mexanizmlarini takomillashtirish .....	385
<a href="#">Tojibayeva Nargiza Keldibekovna</a>	
Raqamli muhitda yolg'izlik fenomenining nazariy tahlili.....	389
<a href="#">Turg'unboyeva Nodira Baxtiyor qizi</a>	
Психологические последствия буллинга для личности подростка и его социализации.....	392
<a href="#">Амирова Луиза Маратовна</a>	



# RAQAMLI MUHITDA YOLG'IZLIK FENOMENINING NAZARIY TAHLILI

Turg'unboyeva Nodira Baxtiyor qizi  
Oriental universiteti Magistratura bosqichi  
Psixologiya yo'nalishi 1-kurs talabasi

**Annotatsiya:** Ushbu maqolada raqamli muhitda yolg'izlik fenomeni nazariy jihatdan ko'rib chiqiladi. Unda yolg'izlik tushunchasining mazmuni, uning an'anaviy va zamonaviy talqinlari hamda raqamli texnologiyalar ta'sirida yuzaga kelayotgan o'ziga xos xususiyatlari tahlil qilinadi. Shuningdek, ijtimoiy tarmoqlar va virtual muloqotning shaxsning ichki kechinmalariga ta'siri mavjud ilmiy manbalar asosida yoritib berilgan.

**Kalit so'zlar:** yolg'izlik fenomeni, raqamli muhit, virtual muloqot, psixologik omillar, subyektiv farovonlik, kommunikatsiya, zamonaviy jamiyat, ijtimoiy qo'llab-quvvatlash, moslashuv jarayoni.

**Abstract:** This article examines the phenomenon of loneliness in the digital environment from a theoretical perspective. It analyzes the concept of loneliness, its traditional and modern interpretations, as well as the specific features emerging under the influence of digital technologies. In addition, the impact of social networks and virtual communication on an individual's inner experiences is discussed based on existing scientific sources.

**Key words:** loneliness phenomenon, digital environment, virtual communication, psychological factors, subjective well-being, communication, modern society, social support, adaptation process.

**Аннотация:** В данной статье рассматривается феномен одиночества в цифровой среде с теоретической точки зрения. Анализируется содержание понятия одиночества, его традиционные и современные интерпретации, а также специфические особенности, возникающие под воздействием цифровых технологий. Кроме того, на основе существующих научных источников освещается влияние социальных сетей и виртуального общения на внутренние переживания личности.

**Ключевые слова:** феномен одиночества, цифровая среда, виртуальное общение, психологические факторы, субъективное благополучие, коммуникация, современное общество, социальная поддержка, процесс адаптации.

## KIRISH

Zamonaviy axborot jamiyatida inson hayotining barcha jabhalari raqamli formatga o'tishi munosabati bilan shaxslararo munosabatlarning mohiyati ham transformatsiyaga uchradi. Ijtimoiy tarmoqlar, messengerlar va virtual hamjamiyatlar cheksiz muloqot imkoniyatini taqdim etsa-da, ular insonning ichki yolg'izlik hissini bartaraf etishda ojizlik qilmoqda. Aksincha, raqamli muhitda o'zini namoyon qilishga bo'lgan urinishlar ko'pincha shaxsning o'zligidan uzoqlashishiga va ijtimoiy izolyatsiyaning yangi shakllari shakllanishiga sabab bo'lmoqda. An'anaviy tushunchada yolg'izlik insonning ijtimoiy aloqalardan chetda qolishi yoki emotsional yaqinlikning yetishmasligi bilan izohlangan bo'lsa, raqamli muhitda bu holat yanada murakkab va ko'p qirrali tus olmoqda. Ijtimoiy tarmoqlarda faol bo'lgan shaxs ham o'zini ichki jihatdan yolg'iz his qilishi mumkin. Bu esa "virtual muloqot" va "real emotsional bog'liqlik" o'rtasidagi tafovutni ochib beradi.

Mazkur muammo psixologiya, sotsiologiya hamda media tadqiqotlari doirasida keng o'rganilmoqda. Jumladan, zamonaviy tadqiqotlarda raqamli texnologiyalarning inson psixikasiga ta'siri, ijtimoiy aloqalarning sifati va shaxsning subyektiv farovonligi o'rtasidagi bog'liqlik masalalari muhim o'rin egallaydi. Shu nuqtai nazardan, raqamli muhitda yuzaga kelayotgan yolg'izlik fenomenini nazariy jihatdan tahlil qilish dolzarb ilmiy masala hisoblanadi. Ushbu maqolaning maqsadi – raqamli muhitda yolg'izlik fenomenining mohiyatini ochib berish, uning kelib chiqish omillarini aniqlash hamda mavjud nazariy yondashuvlar asosida tahlil qilishdan iborat.

## MAVZUGA OID ADABIYOTLAR SHARHI

Yolg'izlik fenomeni zamonaviy psixologiya va sotsiologiyada keng o'rganilgan murakkab ijtimoiy-psixologik hodisa hisoblanadi. Ilmiy adabiyotlarda yolg'izlik shaxsning mavjud ijtimoiy aloqalari bilan u kutayotgan aloqalar o'rtasidagi tafovut natijasida yuzaga keladigan subyektiv holat sifatida ta'riflanadi. Ushbu yondashuv Perlmán va Peplau tomonidan ishlab chiqilgan bo'lib, ular yolg'izlikni ijtimoiy izolyatsiyadan ko'ra kengroq, ichki psixologik tajriba sifatida talqin etadi.

Raqamli texnologiyalar rivojlanishi bilan insonlar o'rtasidagi muloqot shakllari sezilarli darajada o'zgardi. Ijtimoiy tarmoqlarning keng tarqalishi natijasida virtual kommunikatsiya asosiy aloqa vositalaridan biriga aylandi. Shu bilan birga, ayrim tadqiqotlar ijtimoiy tarmoqlardan intensiv foydalanish shaxsning subyektiv farovonligiga salbiy ta'sir ko'rsatishi mumkinligini ko'rsatadi. Xususan, Kross va boshqalar tomonidan o'tkazilgan tadqiqotda Facebook'dan faol foydalanish hayotdan qoniqish darajasining pasayishi bilan bog'liqligi aniqlangan.

Raqamli yolg'izlikni tadqiq etgan yetakchi olimlardan biri, Massachusetts texnologiya instituti (MIT) profesori Sherri Terkl o'zining ko'p yillik kuzatuvlari asosida "Alone Together" ("Birga, lekin yolg'iz") konsepsiyasini ilgari suradi. Terklning ta'kidlashicha, raqamli qurilmalar bizga muloqot illyuziyasini beradi, biroq haqiqiy intellektual va emotsional yaqinlikni ta'minlay olmaydi. Insonlar ekran orqali muloqotda o'zlarini xavfsiz his qilishadi, chunki ular suhbatni tahrirlashi yoki to'xtatishi mumkin, ammo bu "nazorat qilinadigan muloqot" jonli suhbatning spontanligi va samimiyligini yo'qqa chiqaradi. Ijtimoiy tarmoqlar yolg'izlik hissini kuchaytiruvchi katalizator vazifasini o'tamoqda.

Leon Festingerning ijtimoiy taqqoslash nazariyasiga tayanib aytish mumkinki, foydalanuvchilar o'zlarining real hayotini boshqalarning virtual "ideal" hayoti bilan qiyoslaydilar. Ushbu jarayon "raqamli envidiya" (hasad) va o'z-o'zini yetarli emas deb hisoblash tuyg'usini uyg'otadi. Natijada, virtual do'stlar soni ko'p bo'lishiga qaramay, shaxsda ijtimoiy chetlanish va subyektiv yolg'izlik hissi ortadi.

Raqamli muhitda yolg'izlik nafaqat ijtimoiy, balki biologik asoslarga ham ega.

Tadqiqotchi Gari Small fikricha, uzoq vaqt onlayn muloqotda bo'lish miyaning ijtimoiy neyron tarmoqlarini o'zgartiradi. Jonli muloqotda sintezlanadigan oksitotsin (ishonch va yaqinlik gormoni) virtual muloqotda yetarli darajada ajralmaydi, bu esa insonni muloqotda bo'lsa-da, ruhan "to'ymagan" va yolg'iz qolishiga sabab bo'ladi.

K. Boumen o'z maqolasida zamonaviy jamiyatlarda yolg'izlikning chuqurlashuviga sabab bo'luvchi uchta kuch mavjudligi haqidagi farazni ilgari surgan. Bular:

- birlamchi guruhdagi aloqalarning kuchsizlanishi;
- oilaviy safarbarlikning ortishi;
- ijtimoiy safarbarlikning ortishidir.

J. Flanders 1982-yili yolg'izlik muammosiga yondashuvning umumiy tizimini taklif etgan. Ushbu nazariyaning asosiy g'oyasiga ko'ra, tirik organizmlarning xulq-atvori o'zida aynan bir vaqtda namoyon bo'luvchi ko'plab tizimlarning turli darajadagi qo'shilib ketgan ta'sirlarini aks ettiradi. Bunday aks ettirishning turli darajalarini oddiy hujayradan tortib, millatlararo munosabatlarga kuzatish mumkin. Shu nuqtai nazardan, yolg'izlik qayta aloqa mexanizmi bo'lib, u individ va jamiyatga insoniy aloqalarning eng samarali va barqaror darajasini saqlab qolishga yordam beradi. Tez-tez yolg'iz qolish shaxsning kim bilandir ko'rishish, suhbatlashish yoki biror ijtimoiy guruhga qayta kirish istagi bilan bog'liq shaklda namoyon bo'ladi.

## TAHLIL VA NATIJALAR

Insonning hayotda o'z o'rnini topa olmasligi, yashashdan umidini uzishi ko'plab ko'ngilsizliklarni yuzaga keltiradi, orzulari sarobga aylanadi va yolg'izlik holati yuzaga keladi, insonning ichki dunyosi larzaga keladi. Zamonaviy psixologiyada yolg'izlik muammosiga oid ikki xil qarash mavjud: ijtimoiy mavjudot sifatida insondagi yolg'izlik bilan kurashning cheklanganligi umidsizlik holatining paydo bo'lishiga olib keladi; bir tomondan, yolg'izlik holatiga fojea sifatida qaralsa, ikkinchi tomondan, tanho qolish o'z-o'zi bilan suhbatlashish, o'z-o'ziga baho berishda namoyon bo'ladi.

Faqatgina yolg'izlikda qolganda inson o'z qalbida turmushning mazmunini his qiladi. Ichki dunyosi boy, dunyoqarashi keng insonlarda yolg'izlik fojeasidan qutulish imkoniyati mavjud. Ma'naviy dunyosi boy odamlar yolg'izlik onlaridan qo'rqmaydilar, ba'zan o'z xatti-harakatlari va o'y-xayollari bilan yolg'iz qolishni istab qoladilar. Tadqiqotchilar yolg'izlikning vujudga kelishiga zamin yaratadigan quyidagi omillarni ajratib ko'rsatadilar:

### 1. Shaxsga bog'liq omillar:

- o'z-o'ziga berilgan quyi baho;
- uyatchanlik;



- o'z-o'ziga nisbatan haddan ziyod tanqidiy munosabat;
- muloqotchanlikning quyi darajasi;
- xarakterga bog'liq xususiyatlar (xudbinlik, tajovuzkorlik);

## 2. Ijtimoiy omillar:

- rad etilish, ya'ni o'smirning tengdoshlar guruhi tomonidan qabul qilinmasligi;
- "o'ziga tegishli" bo'lgan muloqot doirasining yo'qligi;

## 3. Vaziyatli omillar:

- yangi yashash joyiga ko'chib o'tish,
- maktabning almashtirilishi,
- yaqin do'stini yo'qotish va boshqalar.

## XULOSA

Raqamli muhitda yolg'izlik fenomenini nazariy tahlil qilish shuni ko'rsatadiki, mazkur hodisa zamonaviy jamiyatning dolzarb ijtimoiy-psixologik muammolaridan biri hisoblanadi. Axborot-kommunikatsiya texnologiyalarining jadal rivojlanishi insonlar o'rtasidagi muloqot imkoniyatlarini kengaytirgan bo'lsa-da, bu har doim ham shaxsning emotsional ehtiyojlarini to'liq qondira olmaydi.

Nazariy manbalar tahlili shuni tasdiqlaydiki, yolg'izlik nafaqat ijtimoiy aloqalarning yetishmasligi, balki ularning sifati va shaxsning subyektiv qoniqish darajasi bilan ham bevosita bog'liqdir. Raqamli muhitda, ayniqsa, emotsional yolg'izlik kuchayishi mumkin, chunki virtual muloqot ko'pincha chuqur va ishonchli munosabatlarni to'liq shakllantira olmaydi. Shuningdek, ijtimoiy tarmoqlardan foydalanishning ikki tomonlama ta'siri mavjudligi aniqlandi: bir tomondan, ular ijtimoiy aloqalarni kengaytirish va qo'llab-quvvatlash imkonini bersa, ikkinchi tomondan, noto'g'ri yoki ortiqcha foydalanish yolg'izlik hissining kuchayishiga olib kelishi mumkin. Bu esa raqamli texnologiyalardan foydalanish madaniyati va ongli yondashuvning muhimligini ko'rsatadi.

Umuman olganda, raqamli muhitda yolg'izlik fenomeni ko'p omilli va murakkab hodisa bo'lib, uni chuqur anglash uchun psixologik, sotsiologik hamda kommunikativ yondashuvlarni integratsiyalash zarur. Mazkur tadqiqot natijalari kelgusida ushbu muammoning oldini olish va uni kamaytirishga qaratilgan ilmiy-amaliy ishlanmalar uchun nazariy asos bo'lib xizmat qiladi.

### Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati:

1. Perlman, D., & Peplau, L. A. (1981). Toward a Social Psychology of Loneliness. In: Gilmour, R., Duck, S. (Eds.), Personal Relationships. London: Academic Press.
2. Kross, E., Verduyn, P., Demiralp, E., et al. (2013). Facebook Use Predicts Declines in Subjective Well-Being in Young Adults. PLOS ONE, 8(8).
3. Turkle, S. (2011). Alone Together: Why We Expect More from Technology and Less from Each Other. Basic Books.
4. Festinger, L. (1954). A Theory of Social Comparison Processes. Human Relations, 7(2), 117-140.
5. Small, G., & Vorgan, G. (2008). iBrain: Surviving the Technological Alteration of the Modern Mind. William Morrow Paperbacks.
6. Bowman, C. C. Loneliness and Social Change // American Journal of Psychiatry. – 1955. – Vol. 112, No. 3. – P. 194-198.
7. Flanders, J. P. A General Systems Approach to Loneliness // Review of Existential Psychology and Psychiatry. – 1982. – Vol. 18. – P. 37-51.

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



# MAKTABGACHA VA MAKTAB TA'LIMI

**Mas'ul muharrir:** Ramzidin Ashurov

**Ingliz tili muharriri:** Murod Xoliyorov

**Musahhih:** Alibek Zokirov

**Sahifalovchi va dizayner:** Iskandar Islomov

---

**2026. №5(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.**

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