



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. 610 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)
Woogyu 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
Maxamov X. T., Omondavlatova Sofiya Baxtiyor qizi	
2-sinf darslarida "4K" ko'nikmalarini shakllantirish: XXI asr savodxonligi poydevori	14
Jo'rayeva Nargiza O'ktamovna	
Ommaviy axborot vositalarining inson ruhiy salomatligiga ta'siri: empirik tadqiqot natijalari.....	18
Abdinazarova Bibixonim Rashid qizi	
Talabalar uchun amaliy ko'nikmalarni shakllantirishda texnik loyihalarning o'rni	23
Axmadaliyev Mansurbek Erkaboy o'g'li, Rejabov Jaloliddin Sadiq o'g'li	
Masalalarni modellashtirish metodi yordamida yechish yo'llari	28
B. B. Qarshiyev, Bekmuradov Bobur Toyloq o'g'li	
Maktabgacha ta'lim tashkilotida elektron o'quv materiallaridan foydalanishning afzalliklari.....	34
Tog'aymurodova Marjona Yusuf qizi	
Raqamli ta'lim muhitida dizaynerlik faoliyatlarini rivojlantirishning zamonaviy metodlari.....	39
Satvoldiyeva Malaxatxon A'zamjanovna	
Metall va metallmas buyumlarga ishlov berish texnologiyasi fanidan amaliy dars mashg'ulotlarini raqamli texnologiyalar asosida o'qitish metodikasi	47
A. Safarov	
Boshlang'ich sinf o'quvchilarida tanqidiy fikrlashni shakllantirish mezonlari.....	57
Xolmatov Doston Dilshod o'g'li	
7–8-sinf biologiya darslarida kompetensiyaviy yondashuvni takomillashtirish metodikasi	60
Xolmurodova Sarvinoz	
Zamonaviy adabiyotda lider ayol portreti va shaxsiy rivojlanish falsafasi.....	64
G'afforova Dildora Ergashevna	
Boshlang'ich sinf o'qish darslarida matn ustida ishlash metodikasini takomillashtirishning pedagogik asoslari.....	69
Yusupova Umida Zayniddin qizi	
Umumta'lim maktabida xalq hunarmandchiligi va badiiy loyihalashda kreativ yondashish texnologiyalarining mazmun-mohiyati.....	74
Shomirzayev Maxmatmurod Xuramovich, G'aniyeva Dilfuza A'lam qizi	
Oila muhitining raqamli tadbirkorlik motivatsiyasiga ta'siri: psixologik tahlil	78
Tursunov Lutfulla Sayfullayevich, Boyqobilova Sevinch Fazliddin qizi	
Maktab va muzeylar aloqadorligini ta'minlash asosida o'quvchilarni ma'naviy merosga hurmat ruhida tayyorlashning pedagogik texnologiyasi	81
Nizomxonova Nargizaposhsho Ekrixon qizi	
Boshlang'ich sinf o'quvchilarida produktiv o'qish malakasini shakllantirish.....	86
Xurramova Sojida Abdunazar qizi	
Oliy ta'lim tizimida liderlik kompetensiyalarini takomillashtirishning kompleks yondashuvlari.....	91
Risvayeva Charos Zaydilla qizi	
Sport sohasining ommaviyligi va inklyuzivligi	94
Z. N. Urunova, M. Jaborova	
Maktabgacha ta'lim tashkilotlarida psixologik muhitni swot-tahlil qilish va korreksiyalash	97
Sattorova Shirinoy San'atovna	
Bo'lajak boshlang'ich sinf o'qituvchilarining kognitiv kompetentligini rivojlantirishda integrativ yondashuv ..	100
Buvrayev Akram Rustam o'g'li	
Bo'lajak boshlang'ich sinf o'qituvchilarining kasbiy nutqiga qo'yiladigan talablar	104
Xolmuminova Dilfuza Xolmamatovna	
O'qituvchining kasbiy faoliyatida ma'naviy-axloqiy fazilatlarining ahamiyati	107
Jumanazarova Diinoza Umurzaqovna	
Hadislar yordamida boshlang'ich sinf o'quvchilarida ma'naviy-axloqiy sifatlarni shakllantirish	111
Akaboyeva Malika Raxmatovna	
Boshlang'ich sinf o'quvchilarini mustaqil fikrlashga o'rgatish texnologiyasi	114
Beshimova Muazzam Bahodirovna, To'lanboyeva Farangis Ibrohimjon qizi	



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 Otobek Yo'ichi 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'Iqin 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 psixolingvistik xususiyatlari.....	214
<i>Ismoilova Muattar Ilyosovna</i>	
Sharq mutafakkirlarining yoshlarni mehnat va kasb-hunarga o'rgatish bo'yicha qarashlari	219
<i>Alqarov Qodir Xolmatovich, Irmatov Pirmuhammad Normat o'g'li</i>	



Metallar mavzusini interfaol metodlar asosida o'qitish orqali o'quvchilar kreativligini oshirish	222
Murodova Sayyora Qanoatovna	
Moliyaviy terminlarni tarjima qilishning metodologik muammolari	226
Norboyeva Dilafuz Djumaqulovna, Suvonov Ozodbek Jamshid o'g'li	
Oliy ta'lim muassasalarida yakuniy nazorat jarayonlarini sun'iy intellekt texnologiyalari asosida tashkil etishning afzalliklari	230
Abdunabiyeva Kamola Mansurovna	
Pedagogik ta'limda AI-tutor texnologiyalaridan foydalanish: o'zaro ta'sir mexanizmi va samaradorlik tahlili	236
Abdunabiyeva Maftunaxon Solijon qizi	
Talabalarda prokrastinatsiyani kamaytirishning ijtimoiy-psixologik xususiyatlari	240
Kozimov Sayfulloh Maxammadjon o'g'li	
Kompetensiyaviy yondashuv asosida boshlang'ich sinf o'quvchilarining o'quv-bilish faoliyatini rivojlantirish	245
Raximov Zokir Toshtemirovich	
Yosh voleybolchilarning umumiy va maxsus jismoniy tayyorgarliklarini oshirishning pedagogik asoslari	249
Temirov Shoirbek Raimjonovich	
Oliy ta'lim muassasalarida boshqaruv jarayonlari mexanizmlarini takomillashtirish	253
Kimsanova Rahnamo Solijonovna	
Milliy kurash vositasida yoshlarning irodaviy sifatlarini rivojlantirish	257
Muratov Muzaffar Shermamatovich	
Xavotirlanish muammosining psixologik-pedagogik adabiyotlarda o'rganilganligi va o'smirlik davrining psixologik xususiyatlari	261
Mutalibjonov Nurillo Iroiljon o'g'li	
Bo'lajak pedagoglarda kreativ tafakkurni rivojlantirishning innovatsion va refleksiv asoslari	264
Oblayeva Lobar Erdonovna	
STEM Education Technology: Physics Teaching Methodology and Future Innovations	268
Yorqinjon Abduraimjanovich Mamatokhunov, Odinakhon Sotvoldiyeva Abdumannob qizi	
Mustaqil ta'limni tashkil etishning nazariy asoslari	272
Qurbonova Buzaynab Nurmuxammadiyevna	
Maktabgacha tarbiya yoshda bolalar kognitiv sohasining tadqiq qilinishi	276
Raxmonova Shaxrizoda Laziz qizi	
Modernization of Physics Teaching Methodology Based on Stream Integration in Vocational Schools	279
S. Z. Zaynobiddinov, Yorqinjon Abduraimjanovich Mamatokhunov, Z. M. Orifjonova	
Cultural Competence as a Core Component of Foreign Language Teaching: Theoretical Foundations and Pedagogical Integration	282
Shahlo Obidova	
Pedagogika oliy ta'lim muassasalarida talabalarning akmeologik madaniyatini rivojlantirishda ART-pedagogik texnologiyalardan foydalanish	286
Shodmonova Shoira Saidovna, Sharifova Dildora Shavkiddin qizi	
Talabalarning to'garak mashg'ulotlari orqali ijodiy qobiliyatlarini rivojlantirish yo'llari	290
Turakulova Feruza Mamadoli qizi	
Boshlang'ich sinf o'quvchilariga ona tili fanini o'qitishda kreativlik qobiliyatini rivojlantirishning pedagogik-psixologik shart-sharoitlari	294
Xoliyeva Sevara Rustam qizi	
Texnologiya darslarida raqamli texnologiyalar vositasida o'quvchilarning tadbirkorlik ko'nikmalarini shakllantirish metodikasi	298
Xudoyberdiyeva Nilufar Raximqulovna	
Umumta'lim maktablari musiqa darslarida media-kontentlardan foydalanib o'quvchilarda estetik didni shakllantirish	302
Xudoyqulov Asilbek Aziz o'g'li	
Педагогические стратегии профилактики раннего профессионального выгорания у студентов-медиков (в условиях высокой информационной нагрузки)	305
Асророва Мафтунабегим Махаммадризо кизи	
Формирование самооотношения у подростков, переживших насилие	308
Кушакова Наргиза Исламбаевна, Азаркова Миланика Дмитриевна	
Изучение развития эпистемических знаний у учащихся 5-го класса в педагогико-психологической литературе	311
Нехочина Лола Шахобиддиновна	



Когнитивные уровни читательской деятельности в заданиях PIRLS: типология, процессы понимания и система оценивания.....	314
Нуруллаева Шахло Уктамовна, Александра Валерьевна Шаркова	
Oila tushunchasi uning ijtimoiy ahamiyati haqida sharq mutafakkirlarining qarashlari.....	321
Shokirov Xolida O'rozboq qizi, Abdurashidova Sarvinoz Akrom qizi	
Boshlang'ich sinf o'quvchilarida sog'lom turmush tarzi madaniyatini shakllantirishda zamonaviy pedagogik va axborot texnologiyalarining uyg'unligi	325
Bekmirzayev Shavkat Olim o'g'li	
Global ta'lim tendensiyalari asosida maktabgacha ta'lim mazmunini transformatsiyalash mexanizmlari	329
Haqqiyeva Fotima Olimjonovna	
O'zbekiston mustaqillik taraqqiyotining turli bosqichlarida ta'lim paradigmalarining evolyutsion tahlili	333
Usmonov Salohiddin Dushan o'g'li, Sayfullayeva Parvina	
Malaka oshirish tizimida o'qituvchi-pedagoglarning hamkorlikka asoslangan yondashuvining ilmiy ahamiyati.....	338
Sobirova Lobar Raximovna	
Qutqaruvchilarning maxsus jismoniy tayyorgarligini oshirishda ilmiy-metodologik yondashuvning ahamiyati	343
Abdunosir Abdurasulovich G'afurov	
Maktabgacha yoshdagi bolalarda nutq buzilishi kamchiliklarini bartaraf etishda pedagogik yondashuv	347
To'rayeva Dilbar, Zulayxo Nazarova	
Maktabgacha ta'limga qo'yiladigan davlat talablarining mazmun-mohiyati	350
Samadova Mahliyo, Zulayxo Nazarova	
Harakatli o'yinlar orqali maktabgacha yoshdagi bolalarda jismoniy sifatlarni rivojlantirish	354
Yaxyayeva Sojida Abduraximovna, Mustafayeva Dilfuza Jumanovna	
Multimodal yondashuv asosida talabalarning ekologik kompetensiyalarini takomillashtirish tizimining ahamiyati.....	358
O'sarova Muborak Fahriddinovna	
Oliy ta'lim muassasalarida o'quv faoliyati samaradorligini monitoring qilish tizimini loyihalashning tashkiliy-pedagogik asoslari.....	362
Kurbanov Dilmurat Marupjanovich	
Shaxs kamolotida ijtimoiy moslashuv va ma'naviy tarbiyaning ahamiyati	367
Nazira Axmadjonovna Dadaboyeva	
Individual yondashuv asosida maktab o'quvchilarida raqamli o'rganish ko'nikmalarini shakllantirish va raqamli texnologiyalar integratsiyasi	371
Xaydarova Zilola Normurodovna, Hasanov Samir Xayrulloevich	
Tasviriy san'at mashg'ulotlarida differensial yondashuvning psixologik-pedagogik asoslari	375
Bekmuratova Shoxida Ne'matjonovna	
Onlayn muloqot strategiyalarining talaba kommunikativ kompetensiyasiga ta'siri	379
Davlatova Ra'no Haydarovna, Islomova Shahlo Madat qizi	
Ajrim yoqasidagi oilalarni ijtimoiy-psixologik reabilitatsiya qilish mexanizmlarini takomillashtirish.....	385
Tojibayeva Nargiza Keldibekovna	
Raqamli muhitda yolg'izlik fenomenining nazariy tahlili.....	389
Turg'unboyeva Nodira Baxtiyor qizi	
Психологические последствия буллинга для личности подростка и его социализации.....	392
Амирова Луиза Маратовна	
Ta'lim jarayonida onlayn so'rov va refleksiya texnologiyalarining didaktik samaradorligi: nazariy va empirik tahlil	395
Majidov Anvar Tuychiyevich	
Влияние семейных кризисов на развитие личности.....	399
Туракулова И. Х.	
Комплексный подход к профилактике нарушений осанки у детей дошкольного возраста.....	403
Хасанова Галина Мамутовна	
Talabalarda milliy qadriyatlar asosida kasbiy kompetentlikni shakllantirishning psixologik-pedagogik texnologiyasi mazmuni.....	407
Xudoyqulova Zarifa Ummatqulovna	
Intellectual axborot tizimlari asosida ta'lim boshqaruvini avtomatlashtirish	413
Ernazarov Zohid Nazarovich	

MUNDARIJA СОДЕРЖАНИЕ CONTENTS

Boshlang'ich sinf o'quvchilarining nutqiy kompetensiyalarini rivojlantirishning pedagogik-psixologik xususiyatlari	418
Shaxnoza Allaberganova	
Boshlang'ich sinf o'quvchilarida ijtimoiy mas'uliyatni shakllantirishning nazariy-metodologik va falsafiy asoslari	421
Aknur Junisova	
Pedagogical Strategies for Forming Social Responsibility and Active Citizenship Competence in Primary Education.....	425
Aknur Zhunisova	
Boshlang'ich sinf o'quvchilarida ijtimoiy xavf turlarini tasniflash va ekotizimli yondashuv asosida diagnostika qilishning pedagogik imkoniyatlari	430
Manzura Qosmuratova	
Raqamli pedagogika va interaktiv innovatsiyalar asosida xorijiy til o'qitish: yangi ufqlar va ta'lim samaradorligi	437
Jumayeva Gulxan Amrullayevna	
Principles of Multilevel Assessment in Speaking.....	441
Billayeva Shohida Dilshod qizi	
Ingliz tili mutaxassslarining uslubiy kompetensiyasi va kommunikativ-metodik kompetensiyasi masalalari muammolari	444
Azimova Maxfuza Hasanovna	
Sun'iy intellektning ta'limda qo'llanilishi va talabalar qadriyatlar tizimi rivojlanishiga ijtimoiy-psixologik ta'siri	448
Boboyev Xamdani Ataxanovich	
Muloqot: shifokor va bemor muloqotining psixologik xususiyatlari	451
Isroilova O'g'li Isroil qizi, Davronov Abdurahob Turg'unboy o'g'li	
Bo'lajak o'qituvchilarni web lohiyalar va axborotlashgan ta'limdan foydalanish ko'nikmalarini shakllantirishning asosiy xususiyatlari	454
Jo'rayev Qo'ldoshjon Ismatullo o'g'li	
Maktabgacha ta'limda raqamli texnologiyalardan foydalanishning nazariy va amaliy jihatlari	460
Mirzaolimova Munira	
Raqamli ta'lim muhitida talabalarning mustaqil ta'limini tashkil etishning nazariy asoslari.....	465
Musayev Ashurali Shamshidinovich	
Ona tili ta'limida kreativ salohiyatni rivojlantirishning faoliyatli xususiyatlari	469
Qurbonova Oysha Beknazarovna, Qo'zilikuliyeva Gulshoda Baxtiyor qizi	
Boshlang'ich sinf o'quvchilarida kreativ fikrlashni rivojlantirishda zamonaviy jahon ta'lim texnologiyalarining ahamiyati	472
Sagdatdinova Maftuna Nuratdin qizi	
Ikkinchi jahon urushi davrida front ortida o'zbek xotin-qizlarining qahramonliklari (1941–1945).....	475
Saidova Iroda Xursandovna	
Maktab menejmenti: ma'muriy boshqaruvdan inson kapitalini rivojlantirishga o'tish.....	479
Tursunpo'latov Farxodjon Xoshimjon o'g'li	
Jismoniy tarbiya tizimida jismoniy tayyorgarlik sinovlari orqali salomatlikni baholashning kompleks yondashuvi	485
Usmonov Mansur Qurbonmurotovich	
Kredit modul tizimida bo'lajak tarbiya fani o'qituvchilarining fasilitatorlik kompetensiyalarini takomillashtirishning pedagogik-psixologik xususiyatlari.....	489
Xamidova Sabrina Abdurahob qizi	
Sun'iy intellekt vositalari yordamida bo'lajak o'qituvchilarning kommunikativ kompetensiyasini rivojlantirish metodikasini takomillashtirish	496
Akhmedov Hasan Uzairovich	
Slalomda eshakk eshuvchi sportchilarning psixologik xususiyatlari	502
Abdakimov O'tkirbek Abduraupovich	
O'smirlarda o'z-o'zini baholash shakllanishiga oilaviy munosabatlarning psixologik ta'siri	506
Duvlayeva Yulduz Kubayevna	
Talabalarning raqamli savodxonligini fanlararo integratsiya asosida rivojlantirishning dasturiy ta'minotini joriy etish metodikasi	511
Ergasheva Xilolaxon Muidinjonovna	



“Nofilologik oliy ta’lim muassasalarida kasbiy ingliz tili darslarida kommunikativ kompetentsiyani rivojlantirishda vaziyatli o’qitish” (Situational learning) metodlaridan samaradorli foydalanish	515
Ilhomova Sh. I.	
Sanogen tafakkurini rivojlantirishning pedagogik imkoniyatlari	522
Komilov Izzatillo Ikromjonovich	
Nikoh ajralishlarining ob’ektiv va sub’ektiv sabablari o’rtasidagi statistik tahlilni baholash	525
Shodiyeva Nodira Normamatovna	
Tinglovchilarda refleksiv ko’nikmalarni rivojlantirishdagi zamonaviy texnologiyalari	528
Usmanaliyeva Orzigul	
Shaxs tizimidagi karakterologik aksentuatsiyalar suitsidal xulq-atvorni paydo qiluvchi psixologik omil sifatida	531
Eshqulov Shavkat Rustam o’g’li	
Bo’lajak boshlang’ich sinf o’qituvchilarini tayyorlashda pedagogik innovatsiyalar xususiyatlari	536
Muxayyo G’ulomovna Muminjonova	
Maktabgacha ta’limda bolalar bilan innovatsion texnologiyalar yordamida ekologik omillarni singdirish	540
Xoldorova Mashxura G’ulomovna	
Bo’lajak boshlang’ich sinf o’qituvchilarining konfliktologik komponentlarini rivojlantirish	544
Xadicha Muxammadiyeva Karomatovna, Zaripova Xolida Baxtiyor qizi	
Boshlang’ich sinf matematika darslarida “5E” modeli asosida ta’lim jarayonini tashkil etish tamoyillari	549
Karimova Sevara Shaxriddin qizi	
XIX asr Qo’qon adabiy muhitida hajviyot badiiyati (Muqimiy, Zavqiy, Furqat, Qoriylar ijodi misolida)	552
Abduraximova Zuxroxon Soyibjon qizi	
Ta’lim tizimida pedagoglarning stressga bardoshlilikini oshirishning innovatsion yondashuvlari	557
Usanova Bahoroy Eshpo’lat qizi	
Дидактические возможности искусственного интеллекта в дифференцированном обучении младших школьников	562
Мухтарова Лобар Абдиманнабовна, Шихназарова Сайёра	
Nutq madaniyatini rivojlantirishga yo’naltirilgan mashqlar va topshiriqlar tizimi	566
Muxtarova Lobar Abdimannabovna, Chorshanbiyeva Mahliyo SHERALI qizi	
Interaktiv metodlar orqali raqamli savodxonlikni rivojlantirish	571
Jahonova Xolida G’anisher qizi	
Badiiy pedagogika va virtual muzey integratsiyasi asosida talabalarda ma’naviy-axloqiy qadriyatlar tizimini rivojlantirish	576
D. N. Adilova, M. A. Irgashova	
Badiiy matnda takror qurilmalarning qo’llanishi: “Otamdan qolgan dalalar” romani misolida	579
Gulzoda Uzoqova Ramazonovna	
Raqamli turizm texnologiyalari asosida boshlang’ich sinf o’quvchilarida madaniy-ijtimoiy ko’nikmalarni rivojlantirish modeli va metodik ta’minoti	584
Ismatova Dilorom Hotam qizi	
Ijtimoiy tarmoqlarning o’smirlar o’z-o’zini baholashiga psixologik tasiri	589
Karatayeva Zamira Zakrulla qizi, Anvarova Muslima Boburjon qizi	
Ichki va tashqi motivatsiyaning talabalar faoliyatidagi roli	594
M. K. Muradova	
Talabalarda ehtimoliy tafakkurni rivojlantirishda cheksiz o’lchamli stoxastik operatorlar dinamikasidan foydalanishning didaktik imkoniyatlari	596
Madina Rasulova	
Bo’lajak boshlang’ich sinf o’qituvchilarining kreativ fikrlashini shakllantirish metodikasi	600
Mallayeva Gulshada Maxmudjonovna, Kurbanov Fazliddin Batirovich	
O’quvchilarning mustaqil ishlash qobiliyatlarini rivojlantirish texnologiyalari	604
Mamadaliyeva Barnoxon Ibragimovna	
Tibbiy-pedagoglarda akmeologik yondashuv asosida pedagogik madaniyatni shakllantirishning tarkibiy qismlari, mezonlari va ko’rsatkichlari	606
Xayitova Shahnoza Daniyarovna	



IJTIMOYIY TARMOQLARNING O'SMIRLAR O'Z-O'ZINI BAHOLASHIGA PSIXOLOGIK TASIRI

Karatayeva Zamira Zakrulla qizi

Anvarova Muslima Boburjon qizi

Toshkent Amaliy Fanlar Universiteti
Pedagogika-psixologiya yo'nalishi talabalari

Ilmiy rahbar: Karimjanova Yoqutxon Urinbayevna

Toshkent Amaliy Fanlar Universiteti
Psixologiya kafedrası, katta o'qituvchisi
ORCID: 0000-0002-8721-5834

Annotatsiya: Mazkur maqolada ijtimoiy tarmoqlarning o'smirlar o'z-o'zini baholashiga psixologik ta'siri ilmiy-nazariy hamda empirik jihatdan tahlil qilinadi. Hozirgi globalashuv va raqamli texnologiyalar rivojlangan davrda o'smirlarning aksariyat qismi kundalik hayotining katta qismini ijtimoiy tarmoqlarda o'tkazmoqda. Ayniqsa Instagram, TikTok, Telegram va boshqa virtual platformalar o'smirlarning dunyoqarashi, emotsional holati, o'ziga bo'lgan munosabati hamda shaxs sifatida shakllanishiga sezilarli darajada ta'sir ko'rsatmoqda. Shu sababli ijtimoiy tarmoqlarning o'smirlar psixikasiga, xususan o'z-o'zini baholash jarayoniga ta'sirini o'rganish zamonaviy psixologiyaning dolzarb muammolaridan biri hisoblanadi. Tadqiqot davomida so'rovnoma metodi hamda "Stefanson uslubi" so'rovnomasining o'z-o'zini baholash shkalasi metodidan foydalanildi. Empirik natijalar shuni ko'rsatdiki, ijtimoiy tarmoqlardan haddan tashqari foydalanadigan o'smirlarda o'zini boshqalar bilan solishtirish holati kuchli kuzatiladi va bu ularning o'ziga bo'lgan ishonchi pasayishiga sabab bo'ladi. Shu bilan birga, virtual muhitdagi ideal obrazlar va ommaviy baholash tizimi ayrim o'smirlarda psixologik qoniqmaslikni shakllantirishi aniqlangan.

Kalit so'zlar: o'smirlar davri, o'z-o'zini baholash, ijtimoiy tarmoqlar, virtual muhit, psixologik ta'sir, internet qaramligi, shaxs rivojlanishi, psixologik holat, ijtimoiy taqqoslash, emotsional barqarorlik, o'ziga ishonch, kommunikativ faollik, Rosenberg shkalasi, psixologik moslashuv, virtual muloqot.

Abstract: This article scientifically, theoretically, and empirically analyzes the psychological impact of social networks on adolescents' self-esteem. In the modern era of globalization and the development of digital technologies, most adolescents spend a significant part of their daily lives on social networks. In particular, Instagram, TikTok, Telegram, and other virtual platforms significantly influence adolescents' worldview, emotional state, self-attitude, and personality formation. Therefore, studying the impact of social networks on adolescents' psyche, especially on the process of self-esteem, is considered one of the urgent problems of modern psychology. During the research, the questionnaire method and the self-esteem scale method of the "Stefanson Method" questionnaire were used. Empirical results showed that adolescents who excessively use social networks tend to compare themselves with others more strongly, which causes a decrease in their self-confidence. At the same time, it was found that ideal images in the virtual environment and the system of mass evaluation form psychological dissatisfaction in some adolescents.

Key words: adolescence, self-esteem, social networks, virtual environment, psychological impact, internet addiction, personality development, psychological state, social comparison, emotional stability, self-confidence, communicative activity, Rosenberg scale, psychological adaptation, virtual communication.

Аннотация: В данной статье научно-теоретически и эмпирически анализируется психологическое влияние социальных сетей на самооценку подростков. В условиях современной глобализации и развития цифровых технологий большинство подростков проводят значительную часть своей повседневной жизни в социальных сетях. В частности, Instagram, TikTok, Telegram и другие виртуальные платформы оказывают значительное влияние на мировоззрение подростков, их эмоциональное состояние, отношение к себе, а также на формирование личности. В связи с этим изучение влияния социальных сетей на психику подростков, в частности на процесс самооценки, считается одной из актуальных проблем современной психологии. В ходе исследования были использованы метод анкетирования и метод шкалы самооценки опросника "Метод Стефансона". Эмпирические результаты показали, что у подростков, чрезмерно использующих социальные сети, ярко наблюдается склонность сравнивать себя с другими, что приводит к снижению уверенности в себе. Наряду с этим было выявлено, что идеальные образы в виртуальной среде и система массового оценивания формируют у некоторых подростков психологическую неудовлетворенность.

Ключевые слова: подростковый возраст, самооценка, социальные сети, виртуальная среда, психологическое воздействие, интернет-зависимость, развитие личности, психологическое состояние, социальное сравнение, эмоциональная устойчивость, уверенность в себе, коммуникативная активность, шкала Розенберга, психологическая адаптация, виртуальное общение.

KIRISH

Bugungi globallashuv va raqamli texnologiyalar rivojlangan davrda ijtimoiy tarmoqlar inson hayotining ajralmas qismiga aylanib bormoqda. Ayniqsa, Instagram, TikTok, Telegram kabi platformalar o'smirlarning kundalik hayotida muhim o'rin egallamoqda. O'smirlar ijtimoiy tarmoqlar orqali muloqot qilish, o'z fikrini bildirish va o'zini namoyon etishga intiladilar. Shu sababli ijtimoiy tarmoqlarning o'smirlar psixologiyasiga, xususan, o'z-o'zini baholashiga ta'sirini o'rganish dolzarb masalalardan biri hisoblanadi. O'smirlar davri shaxs shakllanishining murakkab bosqichi bo'lib, bu davrda o'ziga bo'lgan munosabat, o'z imkoniyatlarini baholash va jamiyatdagi o'rnini anglash jarayonlari faol rivojlanadi. Ijtimoiy tarmoqlardagi ideal obrazlar, "layk" va izohlar tizimi o'smirlarda o'zini boshqalar bilan taqqoslash holatini kuchaytirib, ayrim hollarda o'ziga bo'lgan ishonchning pasayishiga olib kelmoqda.

Bugungi kunda Yangi O'zbekistonda yoshlarning har tomonlama barkamol, mustaqil fikrlaydigan va ma'naviy yetuk shaxs bo'lib voyaga yetishiga katta e'tibor qaratilmoqda. Shu nuqtai nazardan, o'smirlarda sog'lom va adekvat o'z-o'zini baholashni shakllantirish muhim psixologik-pedagogik vazifalardan biri hisoblanadi. Mazkur maqolada ijtimoiy tarmoqlarning o'smirlar o'z-o'zini baholashiga psixologik ta'siri nazariy va empirik jihatdan tahlil qilinadi.

"Yangi O'zbekiston - taraqqiyot strategiyasi" doirasida inson kapitalini rivojlantirish, ta'lim sifatini oshirish, yoshlarning intellektual va ma'naviy salohiyatini yuksaltirish ustuvor yo'nalish sifatida ko'rsatilgan. Ushbu strategik hujjatlarda yoshlarning psixologik rivoji, o'ziga bo'lgan munosabati va shaxsiy qadr-qimmatini anglash masalalari jamiyat taraqqiyotining muhim omili sifatida e'tirof etiladi. Bu esa o'smirlarda o'z-o'zini baholash muammosini ilmiy jihatdan chuqur o'rganish zaruratini yanada kuchaytiradi.

Zamonaviy psixologik tadqiqotlarda o'z-o'zini baholash shaxs tuzilmasining markaziy komponentlaridan biri sifatida qaraladi. Mahalliy psixolog olimlar tadqiqotlarida ham o'smirlar davrida o'z-o'zini baholashning shakllanishi ijtimoiy muhit, oila, ta'lim muassasasi va tengdoshlar bilan munosabatlar bilan chambarchas bog'liq ekanligi ta'kidlanadi. Biroq jamiyatda kechayotgan tezkor ijtimoiy o'zgarishlar, raqamli muhitning ta'siri hamda ijtimoiy tarmoqlarning keng tarqalishi o'smirlarda o'z-o'zini baholash jarayoniga yangi omillarni olib kirayotganligi ushbu muammoni qayta va chuqurroq tadqiq etishni taqozo etadi.

Shu nuqtai nazardan, o'smirlarda o'z-o'zini baholashning psixologik xususiyatlarini nazariy va empirik jihatdan o'rganish, uning shakllanishiga ta'sir etuvchi omillarni aniqlash hamda ijobiy o'z-o'zini baholashni rivojlantirishga qaratilgan amaliy tavsiyalar ishlab chiqish bugungi kun uchun nihoyatda dolzarb mavzu bo'lib hisoblanadi. Mazkur maqola aynan shu ehtiyojdan kelib chiqqan holda yozildi va uning natijalari ta'lim muassasalari psixologlari, o'qituvchilar hamda ota-onalar uchun amaliy ahamiyatga ega bo'lishi bilan birga, yoshlar tarbiyasiga oid davlat siyosati vazifalarini amalga oshirishga ham xizmat qiladi, deb o'ylaymiz.

MAVZUGA OID ADABIYOTLAR SHARHI

Kanadalik olim Marshall McLuhan ommaviy kommunikatsiya vositalarining inson tafakkuri va ijtimoiy ongiga ta'siri haqida tadqiqot olib borgan. U "global qishloq" konsepsiyasini ilgari surib, axborot vositalari insonning dunyoqarashi va shaxsiy identifikatsiyasiga ta'sir qilishini asoslagan.

Amerikalik psixologlar Jean Twenge va W. Keith Campbell o'smirlar orasida ijtimoiy tarmoqlar va smartfonlardan foydalanishning psixologik oqibatlarini keng tadqiq qilgan. Twenge o'zining iGen nomli tadqiqotida ijti-



moiy tarmoqlardan ortiqcha foydalanish depressiya, yolg'izlik hissi va o'z-o'zini past baholash bilan bog'liqligini empirik ma'lumotlar asosida ko'rsatgan. Tadqiqotda ayniqsa Instagram va TikTok kabi vizual platformalarda ideal obrazlarning namoyishi o'smirlarda norozilik va o'zidan qoniqmaslik hissini kuchaytirishi qayd etilgan.

Bundan tashqari, ingliz tadqiqotchisi Sarah Coyne va uning hamkorlari tomonidan o'tkazilgan ilmiy izlanishlarda ijtimoiy tarmoqlardagi "layk", izoh va virtual tasdiqlash mexanizmlarining o'smirlarning emotsional holati hamda o'z-o'zini baholashiga ta'siri o'rganilgan. Tadqiqot natijalariga ko'ra, virtual ijtimoiy qo'llab-quvvatlash vaqtinchalik ijobiy hissiyot bersa-da, unga haddan tashqari bog'lanish psixologik qaramlikni shakllantirishi mumkin.

Nemis olimi Leon Festinger tomonidan ishlab chiqilgan Social Comparison Theory ham ushbu mavzuning nazariy asoslaridan biri hisoblanadi. Olimning fikriga ko'ra, insonlar o'zlarini boshqalar bilan taqqoslash orqali baholaydilar. Ijtimoiy tarmoqlarda esa insonlar ko'pincha hayotining eng ideal tomonlarini namoyish qilgani sababli o'smirlarda o'zini yetarlicha qadrlamaslik holatlari yuzaga kelishi mumkin.

Gadjetlarning kichik bolalar va o'smirlar uchun salbiy ta'siri shu darajada batafsil hujjatlashtirilganki, texnologiyalardan voz kechish tarbiyaning asosiy maqsadlaridan biriga aylanib ulgurdi. Biroq yangi tadqiqotlar elektron qurilmalar ekrani oldida o'tkazilgan vaqt bolaning ruhiy salomatligiga ta'sir qilishi borasidagi masalani ilgari surmoqda. Yana bir tadqiqotga ko'ra, bolaga gadjetlardan foydalanishni man etish aslida yoqimsiz oqibatlariga ega bo'lishi mumkin. O'smirlar ijtimoiy tarmoqlar va video o'yinlarga ko'p vaqt sarflashlari borasida hech qanday shubha yo'q.

American Academy of Pediatrics hisob-kitoblariga ko'ra, bola elektron qurilmalarga kuniga o'rtacha yetti soat sarflaydi. Bolalarning o'zi ham vaziyat nazoratdan chiqib ketganini tan olishmoqda: 13 yoshdan 17 yoshgacha bo'lgan o'smirlarning 54 foizi telefon oldida ko'p vaqt sarflashini va 52 foizi bu vaziyatni to'g'rilashga harakat qilganini aytishgan. "Gadjetlar yonida o'tkazilgan vaqt o'smirlar farovonligini yomonlashtirishi borasidagi aniq isbotlar kam va ko'pchilik natijalar bir mamlakatda o'tkazilgan tadqiqotlarga asoslanadi, ular asosida esa aniq bo'lmagan, biroq bolalarning mashhur ko'rsatkichlari yotadi", - deydi Psychological Science jurnalidagi tadqiqotchilar.

Izlanishlarimiz jarayonida mazkur olimlar tadqiqotlarida AQSh, Buyuk Britaniya va Irlandiyadagi 5363 nafar o'smir ishtirok etgan bo'lib, ularning ishlari gadjetlar ruhiy salomatlik va bolalar farovonligiga kam ta'sir qilishini ko'rsatmoqda. Umuman olganda, tadqiqotchilar nafaqat ishtirokchilarning o'zi, balki ularning ota-onalari tomonidan berilgan ma'lumotlarni ham hisobga olishgan.

Yana bir tadqiqotni o'rganadigan bo'lsak, bolani telefon o'ynash imkoniyati bilan mukofotlash yoki jazolash qarorining to'g'riligiga shubha qilish mumkin. Unda 18 oydan 5 yoshgacha bo'lgan 62 nafar bolaning ota-onasi ishtirok etgan. Ulardan bolaning gadjetlar bilan o'tkazgan vaqtini qanday nazorat qilishlari so'ralgan. Ularning farzandlari ish kunlari 1,5 soat, dam olish kunlari esa ikki soatga yaqin vaqtni ekran oldida o'tkazadi. Yaxshi xulqi uchun kompyuter oldida o'tirishga ruxsat olgan bolalar dam olish kunlari boshqalarga qaraganda internetda 20 daqiqaga ko'proq vaqt o'tkazishgani kuzatilgan.

"Bu xuddi bolalarni shirinlik bilan mukofotlash kerak emasligiga o'xshab ketadi, chunki u tobelikni chaqirishi mumkin", - deydi oila munosabatlari va amaliy ovqatlanish professori Jess Haines.

TADQIQOT METODOLOGIYASI

Ushbu ilmiy maqolada ijtimoiy tarmoqlarning o'smir yoshidagi bolalarning psixologik rivojlanishiga, xususan, ularning o'z-o'zini baholash darajasiga ko'rsatadigan ta'siri chuqur tahlil qilinadi. Tadqiqotda ijtimoiy tarmoqlarning nafaqat salbiy oqibatlari, balki o'spirinlarning tafakkuri, til boyligi va axborotdan xabardorlik darajasini oshirishga xizmat qiluvchi ijobiy jihatlari ham yoritiladi. Raqamli makonning keskin kengayishi, internet texnologiyalarining rivojlanishi va mobil qurilmalarning ommalashuvi natijasida virtual faoliyat o'spirinlar hayotining ajralmas qismiga aylangan.

O'zbekiston va jahon miqyosidagi so'nggi ilmiy tadqiqotlar o'spirinlarning ijtimoiy tarmoqlarda ko'p vaqt o'tkazishi ularning shaxsiy identifikatsiyasi, emotsional barqarorligi hamda o'z-o'zini anglash jarayonida sezilarli o'zgarishlarga olib kelishini ko'rsatmoqda.

Zamonaviy jamiyatda axborot-kommunikatsiya texnologiyalari, jumladan, smartfonlar, planshetlar, kompyuterlar hamda ijtimoiy tarmoqlar o'smirlar hayotining ajralmas qismiga aylanib bormoqda. Ushbu vositalar ta'lim olish, axborotga tezkor ega bo'lish va muloqotni rivojlantirish imkonini bersa-da, ularning nazoratsiz va haddan tashqari qo'llanilishi o'smirlarning psixologik rivojlanishiga, xususan, o'z-o'ziga baho berish jarayoniga salbiy ta'sir ko'rsatmoqda. Shu sababli gadjetlar va ommaviy axborot vositalarining o'smirlar o'z-o'zini baholashiga ta'sirini ilmiy jihatdan tahlil qilish dolzarb masalalardan biridir.

O'smirlik davri shaxs shakllanishining muhim bosqichi bo'lib, bu davrda o'z-o'zini anglash va o'z-o'zini baholash intensiv rivojlanadi. Psixologik tadqiqotlarga ko'ra, o'smirlar o'zlarini boshqalar bilan solishtirishga moyil bo'lalilar. Ijtimoiy tarmoqlar va ommaviy axborot vositalarida namoyish etilayotgan "ideal obrazlar", muvaffaqi-

yatli hayot tarzi hamda tashqi ko'rinish standartlari o'smirlarning real imkoniyatlari bilan mos kelmasligi natijasida past o'z-o'zini baholash, norozilik va ishonchsizlik hissi yuzaga kelishi mumkin.

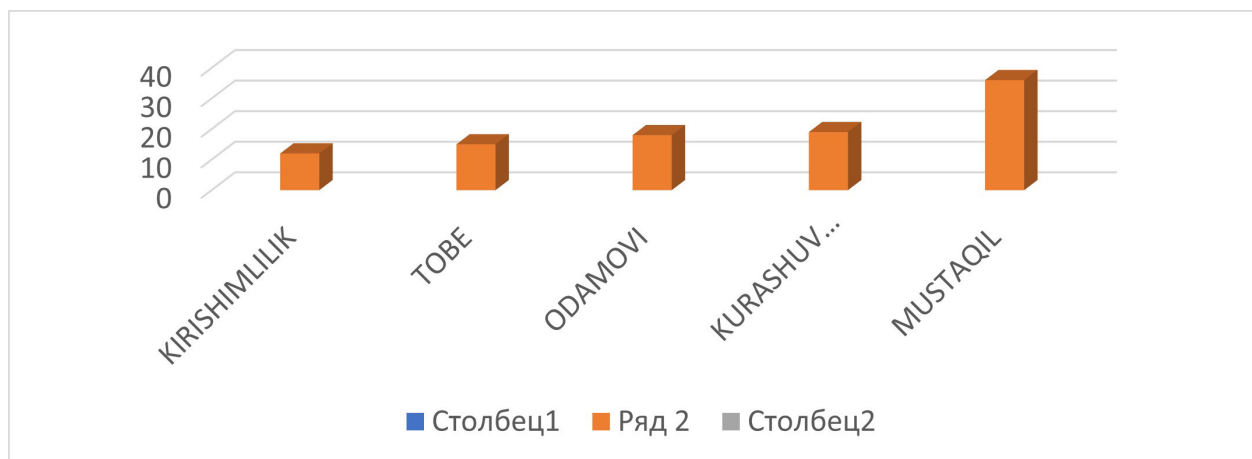
Gadjetlardan haddan tashqari foydalanish o'smirlarda virtual muloqotning real muloqotdan ustun kelishiga olib keladi. Natijada ijtimoiy ko'nikmalar yetarli darajada rivojlanmaydi, bu esa shaxslararo munosabatlarda qiyinchiliklar tug'diradi. Ushbu holat o'smirlarning o'zini jamiyatda past baholashiga, yolg'izlik va ijtimoiy chekinishga sabab bo'lishi mumkin. Shuningdek, ijtimoiy tarmoqlardagi "layk", "obunachi" va "ko'rishlar soni" kabi ko'rsatkichlar o'smirlar tomonidan shaxsiy qadr-qimmat mezoni sifatida qabul qilinmoqda. Bu esa o'z-o'zini baholashning tashqi omillarga haddan tashqari bog'lanishiga olib keladi. Psixologlar fikricha, bunday holat emotsional beqarorlik, xavotirlik va depressiv kayfiyatlarning kuchayishiga zamin yaratadi. Axborot vositalarida zo'ravonlik, agressiya va salbiy xulq-atvor namunalari ko'pligi ham o'smirlar psixikasiga salbiy ta'sir ko'rsatadi. Bu holat o'ziga nisbatan salbiy munosabatning shakllanishiga, agressiv xulq-atvor yoki past o'z-o'zini baholash bilan namoyon bo'lishi mumkin.

TAHLIL VA NATIJALAR

Ijtimoiy tarmoqlarning o'smirlarning o'z-o'zini baholashiga psixologik ta'sirini aniqlash maqsadida 30 nafar o'smir boladan onlayn tarzda "Stefanson uslubi" so'rovnomasi olindi. Ushbu "Stefanson uslubi" so'rovnomasi asosida o'tkazilgan tadqiqot natijalari gadjetlarning o'smirlardagi o'z-o'zini baholash darajasi va mustaqillik xususiyatlari o'rtasida muhim psixologik bog'liqlik mavjudligini ko'rsatdi.

"Stefanson uslubi" so'rovnomasi asosida o'tkazilgan onlayn tadqiqot natijalariga ko'ra, jami 30 nafar o'smir ishtirok etdi va natijalar 5 ta shkala bo'yicha tahlil qilindi. Olingan ma'lumotlarga ko'ra, 1-shkala (kirishimlilik) - 12%, 2-shkala - 15%, 3-shkala - 18%, 4-shkala - 19% va 5-shkala - 36% ni tashkil etdi.

Natijalar tahlili shuni ko'rsatadiki, eng yuqori ko'rsatkich 5-shkalaga to'g'ri kelib, bu o'smirlarda o'z-o'zini baholash darajasining nisbatan yuqoriligini ifodalaydi. Shunga muvofiq, o'ziga bo'lgan ishonchning yuqori darajada shakllanganligi ularning mustaqillik darajasi ortishiga bevosita ta'sir ko'rsatgan.



1-rasm: "Stefanson uslubi" so'rovnomasi asosida o'tkazilgan onlayn tadqiqot natijalari foiz ko'rsatkichlarida.

<https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSe6Abz01EkxVvTSyQiFiYNRo--lagqLTAY7bb-dqbXN8GKUuQ/view-form?usp=dialog>

Yuqorida ushbu so'rovnomaga kirish havolasi taqdim etildi. Bugungi kunda ijtimoiy tarmoqlar o'smirlar hayotining muhim qismiga aylanganligi sababli, ular o'z-o'zini baholash jarayoniga ham sezilarli ta'sir ko'rsatmoqda.

Ijtimoiy tarmoqlardagi ideal obrazlar, ommaviy baholash, "layk" va izohlar tizimi ayrim o'smirlarda o'zini boshqalar bilan taqqoslash holatini kuchaytiradi. Natijada ularda ishonchsizlik, xavotirlik va psixologik qoniqmaslik yuzaga kelishi mumkin. Biroq tadqiqot natijalari shuni ham ko'rsatdiki, o'z-o'zini baholash darajasi yuqori bo'lgan o'smirlar virtual muhit ta'siriga nisbatan psixologik jihatdan barqarorroq bo'ladilar.

XULOSA VA TAKLIFLAR

Yuqoridagi tadqiqotlar natijasiga ko'ra, yuqori o'z-o'zini baholash o'smirlarda mustaqillik, ijtimoiy faollik va erkin fikrlashning shakllanishiga ijobiy ta'sir ko'rsatishi aniqlandi. Bu esa oilaviy muhit, ta'lim va psixologik qo'llab-quvvatlashning o'smir shaxsining rivojlanishidagi muhim o'rnini yana bir bor tasdiqlaydi.



Psixologik tavsiyalar: o'smirlarda ijtimoiy tarmoqlardan foydalanish madaniyatini shakllantirish lozim. Ota-onalar va pedagoglar tomonidan o'smirlarni doimiy psixologik qo'llab-quvvatlash muhim hisoblanadi. O'smirlarni boshqalar bilan emas, o'z imkoniyatlari bilan taqqoslashga o'rgatish zarur. Psixologik treninglar orqali o'ziga ishonch va adekvat o'z-o'zini baholashni rivojlantirish tavsiya etiladi. Ijtimoiy tarmoqlarda o'tkaziladigan vaqtni me'yorlashtirish ham psixologik salomatlikni saqlashda muhim omil hisoblanadi.

Xulosa qilib aytganda, o'smirlar davrida o'z-o'zini baholash shaxs rivojlanishining muhim psixologik omillaridan biri hisoblanadi. Tadqiqot natijalari o'smirlarda o'z-o'zini baholash va mustaqillik o'rtasida ijobiy bog'liqlik mavjudligini ko'rsatdi. Shu bilan birga, ijtimoiy tarmoqlar o'smirlarning psixologik holati va o'ziga bo'lgan munosabatiga kuchli ta'sir ko'rsatishi aniqlandi.

Farzandning yutuqlarini e'tirof etish va kichik muvaffaqiyatlarini ham qadrlash, oilada sog'lom psixologik muhitni - hurmat, ishonch, ochiq muloqotni yaratish o'z-o'zini baholash rivojiga ijobiy ta'sir ko'rsatadi. Ota-onalar o'z xulqi orqali namuna bo'lishlari zarur, chunki o'smirlar ko'proq kuzatish orqali o'rganadi.

Shuning uchun o'smirlarda sog'lom va adekvat o'z-o'zini baholashni shakllantirish, ularni virtual muhitning salbiy ta'siridan himoya qilish hamda psixologik jihatdan qo'llab-quvvatlash bugungi kunning muhim vazifalaridan biri hisoblanadi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati:

1. Umumiy psixologiya / P.I. Ivanov, M.E. Zufarova. - Toshkent: O'zbekiston faylasuflari milliy jamiyati nashriyoti, 2008. - 480 b.
2. Psixologiya / E.G'. G'oziyev. - Toshkent: O'qituvchi, 2008. - 352 b.
3. A. Bandura. Social Learning Theory. - New Jersey: Prentice Hall, 1977.
4. Sh. A. Do'stmuhamedova. Yosh va pedagogik psixologiya. - Toshkent: Tafakkur Bo'stoni, 2013.
5. D. Myers. Social Psychology. - New York: McGraw-Hill Education, 2010.
6. Jean Piaget. The Psychology of Intelligence. - London: Routledge, 1950.
7. Coyne S. et al. Social Media Use and Adolescent Mental Health // Journal of Adolescence. - 2020.
8. Yurevna, S. N., & Yulbarsova, A. L. (2022). Psychological research by early twentieth-century scientists on the role of the doll in the development of the image of motherhood in children. International Journal of Early Childhood Special Education, 14(3).

- 
- 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.