



No5(5)
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. 556 sahifa,
22-may, 2026-yil.*

BOSH MUHARRIR:

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

BOSH MUHARRIR O'RINBOSARI:

Ibragimova Gulsanam Ne'matovna – Pedagogika fanlari doktori, professor

TAHRIRIYAT KENGASHI A'ZOLARI

Ibragimov X.I. – pedagogika fanlari doktori, akademik
Shoumarov G'.B. – psixologiya fanlari doktori, akademik
Qirg'izboyev A.K. – Tarix fanlari doktori, professor
Jamoldinova O.R. – pedagogika fanlari doktori, professor
Sharipov Sh.S. – pedagogika fanlari doktori, professor
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 oğlu – 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

Matematika fanini o'qitishda kommunikativ va ijtimoiy-psixologik yondashuvlar	10
<i>Esonturdiyev Mamatqobil Nurmamatovich</i>	
Geografik axborot tizimlari (GAT) texnologiyalari asosida bo'lajak geografiya o'qituvchilarining innovatsion kompetentligini rivojlantirish metodikasi	13
<i>Bahromova Muhayyo Imomqul qizi</i>	
Geografiya ta'limida sun'iy intellekt texnologiyalaridan foydalanishning nazariy-metodik asoslari	18
<i>Tuyg'unov Murodjon Salimqul o'g'li</i>	
Biologiyani o'qitishda belgili-ramziy ko'rgazmalilik vositalaridan foydalanishning o'quvchilarning tadqiqotchilik faoliyatini rivojlantirishdagi roli	22
<i>Azimov I. T., Daminova F. A.</i>	
PISA 2025 doirasida raqamli ta'lim kompetensiyalarini baholashning innovatsion mexanizmlari	25
<i>Doniyorov Muxiddin Normamatovich, Ishanov Almat Adilxanovich</i>	
Boshlang'ich sinf o'quvchilarining tabiiy savodxonligini oshirishda zamonaviy pedagogik vositalarni qo'llash	28
<i>Abdunazarov Bobir Normurodovich</i>	
Raqamli ta'lim resurslari asosida kredit-modul tizimida talabalarning o'quv faoliyatini takomillashtirish	32
<i>Jumayeva Ra'no To'ychi qizi</i>	
Oila va maktab integratsiyasining shaxs kamolotiga ta'siri	36
<i>Rasulova Dildora Shuhratovna, Raxmatova Zulxumor Alimovna</i>	
Bo'lajak o'qituvchilarda kreativ kompetensiyani shakllantirishning zamonaviy pedagogik mexanizmlari va uning ijtimoiy ahamiyati	40
<i>Sultanova Sahobar Ravshanbekovna</i>	
Boshlang'ich sinf o'quvchilarida ekologik tarbiyani shakllantirishda tabiiy fanning o'rni	43
<i>G'afforova Zarnigor Abdumo'min qizi</i>	
Umumiy o'rta ta'limda o'qituvchi va ota-onalar ijtimoiy hamkorligini rivojlantirish	47
<i>Xalikova Zaxro Mirshadmanovna, Xolbo'tayev Muzaffar Odilovich, Bozorova Xadicha Javlon qizi</i>	
Nutqida kechikish kuzatiladigan bolalarda nutqni qo'l va barmoq motorikasini rivojlantiruvchi o'yinlar orqali shakllantirish	51
<i>Ne'matova Hilola Ikrom qizi, Ahmadova Fotima Adizovna</i>	
Taym menejment asosida bo'lajak o'qituvchilarda liderlik fazilatlarini rivojlantirish	55
<i>Soliyeva Ruxsora Sharobiddin qizi</i>	
Sun'iy intellekt va NLP texnologiyalari asosida elektron ta'lim muhitida talabalarning mustaqil ta'lim kompetensiyalarini rivojlantirish	58
<i>Otakishiyeva Gulshanoy Abdulaziz qizi</i>	
Pedagogik kvalimetriya asosida bo'lajak o'qituvchilarning diagnostik madaniyatini shakllantirishning nazariy asoslari	61
<i>G'aniyeva Muattarxon Nodirbek qizi</i>	
Образовательные технологии с учётом восприятия цвета: психологические и методические аспекты	64
<i>Имамова Хурият Эргаш кизи</i>	
Yosh erkin kurashchilarda chidamlilikni rivojlantirish metodikasini takomillashtirish	69
<i>Ergashov Qaxramonjon Asqarovich</i>	
Boshlang'ich sinf o'quvchilarini mantiqiy masalalar yechishga o'rgatish usullari	76
<i>G'iyosova Dilovar Orif qizi</i>	
Haykaltaroshlik fanining metodik qo'llanilishi	80
<i>Qodirov Bobirjon Botirjonovich</i>	
Ijtimoiy xavf ostidagi bolalarni qo'llab-quvvatlashning jahon tajribasi va psixologik-pedagogik asoslari	85
<i>Manzura Qosmuratova</i>	



Jahonda art-biznes klasterlarining ahamiyati va rivojlanish tuzilmasi.....	89
A. S. Umarov	
Автоматизация решения сложных математических задач графическим методом для углублённого изучения математики в школе	92
Эргашев Серожиддин Султонмuroдович, Маматов Ислombек Ильесович	
Pedagogika darslarida raqamli va onlayn didaktik o'yinlardan foydalanish.....	97
Qodirova Feruzaxon Abdiyaminovna	
Sun'iy intellekt va tanqidiy fikrlashning kognitiv-konseptual komponenti va uni rivojlantirish metodikasi	102
Sobirova Munavvarxon Qaxramonjon qizi	
Media savodxonlik va axborot madaniyati fanida sun'iy intellekt savodxonligini rivojlantirishning pedagogik-metodik asoslari	106
Ermatov Sherzodbek Latipjonovich, Mirzayev Akramjon O'ktamjonovich	
Adabiy ta'limda kompetensiyaviy yondashuv	111
To'ychiyeva Mahfuza Umarmukulovna, Islomova Shalola Ismoil qizi	
Comparative Study of Passive Constructions in English and Their Translation Into Uzbek.....	117
Elmirzayeva Maftuna Dasmurod qizi, Mustafoyeva Nigina Shuhrat qizi	
Bo'lajak o'qituvchilarda kasbiy kompetensiyalarni rivojlantirish orqali pedagogik mas'uliyatni shakllantirishning dolzarb muammolari	122
Botirova Odinaxon Abdumutalib qizi	
Oliy ta'lim muassasalarida mustaqil ta'limni tashkil etishning pedagogik modeli va metodik asoslari	126
Haytbayeva S. R.	
Imkoniyati cheklangan bolalarni psixologik qo'llab-quvvatlash orqali intellektual imkoniyatlarini ro'yobga chiqarish imkoniyatlari.....	131
Kadirova Nigora Saxibjanovna	
Bo'lajak maktabgacha ta'lim mutaxassislarini dual ta'lim asosida kasbiy faoliyatga tayyorlashning nazariy asoslari.....	134
Samiyeva Zuleyxa Uktamovna	
Insonlar orasidagi munosabatlarda noverbal muloqotning komponentlarining ko'rinishlari	139
Soliyev Farxodjon Sodikovich, Karimov Jahongirjon Murodjon o'g'li	
Virtual texnologiyalar vositasida texnika fanlarini o'qitish mazmunini innovatsion rivojlantirish	145
Yuldasheva Dilorm Husniddin qizi	
Maktabgacha ta'lim tashkilotlarida suzish mashg'ulotlarini tashkil etish texnologiyasi.....	150
Toshpulatova Aziza Toyirovna	
Harbiy xizmatchilarda kreativ tafakkurni rivojlantirishning pedagogik va psixologik asoslari	155
Tursunov Shaxzod Ramazonovich, Mansurov Sardorbek Sirojiddin o'g'li	
O'qituvchilar ruhiy salomatligini saqlashning amaliy strategiyalari	159
Begmatov Raximkul Olimovich	
Ona tili darslarida analitik faoliyatni tashkil etish imkoniyatlari	164
Narziyeva Mastura Sunnatovna	
Maktabgacha ta'limda Project-Based learning texnologiyasi asosida tarbiyalanuvchilarning kommunikativ kompetensiyalarini rivojlantirishning pedagogik imkoniyatlari	168
Kubayeva Mavluda, Po'latova Gullola Ravshan qizi	
Talabalarda iqtisodiy savodxonlikni shakllantirishning pedagogik shart-sharoitlari	173
Qo'chqorov Nodir Bozorovich	
Boshlang'ich sinf o'quvchilarini baholash jarayonida foydalaniladigan texnologiyalar va vositalar	178
A'zamqulova Zilola Sunnat qizi	
Raqamli ta'lim muhitida kommunikativ kompetensiyani rivojlantirishning didaktik asoslari	183
Isaboyeva Dilyora Zokirjon qizi	
Kimyo fanining tarixiy rivojlanishida metodologik yondashuvlar	187
Begamov Shaxzod To'liqin o'g'li	
Sport bilan shug'ullanishda qo'l va oyoq motorikalarini rivojlantirish mezonlari	190
Imomov Asliddin Abdurazoqovich, Sattarov Qarshiboy Narqulovich	

O'zbek va ingliz tillarida zamon kategoriyasining qiyosiy tahlili.....	194
<i>Xudoyberdiyeva Dिल्фуза Alisher qizi</i>	
Hayot faoliyati xavfsizligi fani o'qituvchisining kasbiy kompetentligi va rejalashtirish faoliyati.....	198
<i>Maxmudov Baxtiyor Xayrullayevich</i>	
Dizartriya bolalarda motorikani rivojlantirish – nutqni rivojlantirishning asosiy omili	202
<i>Mamatova Muzayyana Batirovna</i>	
Expression of Lexical Economy in English and Uzbek Through Stylistic Means	205
<i>Omonov Baxtiyor Uktamovich</i>	
Boshlang'ich sinf o'quvchilarida ijodiy qobiliyatni shakllantirish.....	208
<i>Abrorxonova Kamolaxon Abrorxon qizi, Xamzayeva Sunbula Jasurovna</i>	
Xushmuomalalik strategiyalarining ijtimoiy vazifalari.....	212
<i>Alieva Navruza Xabibullayevna, Azizova Sanobarxon Valijon qizi</i>	
Bo'lajak boshlang'ich sinf o'qituvchilarida shaxslilik sifatlarining kasbiy rivojlanishdagi psixologik ahamiyati	216
<i>Dusmetova Maksuda Matnazarovna</i>	
Maktabgacha ta'lim jarayonida bo'lajak tarbiyachilarning ilustrativ yondashuv asosida kreativ va variativ faoliyat olib borish usullari va yo'llari.....	221
<i>Egamberdiyeva Madina Sharif qizi</i>	
Pragmatic Functions in Neurolinguistic Communication	224
<i>Fayziyeva Parvina</i>	
Sahro gavhari: ruslar istilosigacha bo'lgan davrda Xiva me'morchiligi tarixi	227
<i>Islomjon Xoljigitovich Mirzakulov</i>	
Moslashuvning psixologik mexanizmlari: ta'lim muhiti sharoitida shaxsning adaptatsiyasi.....	235
<i>Jaynarova Sayyora Isoqul qizi, Nuraliyeva Nasiba</i>	
Onalik psixologiyasi va o'rganishning nazariy jihatlari.....	238
<i>Kasimova Xulkar Atabayevna</i>	
Spheres of Language Use.....	243
<i>Kumakbayeva Gulbanu Kuntuarovna</i>	
Bo'lajak boshlang'ich ta'lim o'qituvchilarida kreativ tafakkurni rivojlantirishda nostandart topshiriqlar metodikasi.....	246
<i>Muxammadiyeva Dinora Tursunpulatovna</i>	
Bo'lajak boshlang'ich sinf o'qituvchilarida kasbiy-axloqiy qadriyatlarni shakllantirishning pedagogik mexanizmlari va didaktik tamoyillari.....	251
<i>N. Jurayev</i>	
Dunyo bolalari huquqlarini himoya qilish: global muammolar, tizimli kamchiliklar va tanqidiy tahlil	255
<i>Nargiza Ergasheva</i>	
Talabalarining dasturlashga oid agoritmik fikrlashini rivojlantirish orqali innovatsion faoliyatga tayyorlash usuli	259
<i>Orziqulova Barchinoy Ixtiyor qizi</i>	
Talabalarda o'z-o'zini boshqarish qobiliyatining tuzilmasi va psixologik komponentlari (motivatsion, kognitiv, irodaviy, emotsional-regulyativ komponentlar)	264
<i>Otabekova Nargiza Avazbek qizi</i>	
O'zbek va ingliz tillaridagi metaforalarda til va madaniyat uyg'unligi.....	269
<i>Rasulova Munajat Akmaljonovna</i>	
Limitlar nazariyasini kompyuter imitatsion modellar vositasida o'qitish metodikasi.....	273
<i>Safarov Abbas Abdurasul o'g'li</i>	
Ijtimoiy hamkorlik – barkamol avlodni tarbiyalash poydevori.....	278
<i>Sharipova Gulruxsor Nurkabilovna</i>	
Bo'lajak o'qituvchilarda kreativ kompetensiyani shakllantirishning zamonaviy pedagogik mexanizmlari va uning ijtimoiy ahamiyati.....	282
<i>Sultanova Sahobar Ravshanbekovna</i>	
Badiiy gimnastika mashg'ulotlarida innovatsion pedagogik texnologiyalardan foydalanish	285
<i>Tuxtayeva Azizabonu Abdurasulovna</i>	



Matematika fanini o'zlashtirishda boshlang'ich sinf o'quvchilarining semiotik yondashuvini shakllantirish ...	289
<i>Xayrullayev Ismatulla Nurullayevich</i>	
Pedagogik qadriyatlar asosida o'quvchilarni tarbiyalash mexanizmlarini takomillashtirish	293
<i>Xoliqova Inobatxon Bo'ri qizi</i>	
Umumta'lim maktabida elektron axborot-ta'lim resurslari.....	296
<i>Xolmurodov Shuxrat Okboevich, Norqobilov Hakimbek Nuriddin o'g'li</i>	
Maktabgacha ta'lim tashkilotlarida bolaning kreativligini shakllantirishda innovatsion muhit	300
<i>Xonnazarova Gulasal Yusuf qizi</i>	
Ta'lim tizimida sinf rahbari faoliyatining joriy etilishining tarixiy asoslari va zamonaviy ko'rinishlari	303
<i>Xusenova Sadoqat Botirovna</i>	
Искусственный интеллект в методике преподавания русского языка: адаптивная обратная связь и развитие коммуникативной компетенции	308
<i>Джалилова Феруза Намазовна</i>	
Образовательные технологии с учётом восприятия цвета: психологические и методические аспекты.....	312
<i>Имамова Хурият Эргаш кизи</i>	
Межкультурный диалог как инструмент воспитания гармоничной личности в школе	317
<i>Махмудхожаев Ориф Бахтиёрович</i>	
Психологические факторы успешности профессионального обучения студентов	319
<i>Рахимходжаева В. С.</i>	
Специфика восприятия окружающего мира в лирике Афанасия Фета	325
<i>Татьяна Викторовна Половинкина</i>	
Анализ разработки женских коллекций с использованием стилистических и конструктивных особенностей ретро-моды	329
<i>Абдурахманова Н., Рахматуллаева У. С.</i>	
Использование современных образовательных технологий в начальной школе как средство развития познавательной активности учащихся	333
<i>Фазилова Гулчехра Ахмедовна</i>	
Nyuman (Newman) xatolar tahlili modelining geometrik isbotlash ko'nikmalarini shakllantirishdagi ahamiyati.....	337
<i>Davletov Davronbek Egamberganovich</i>	
"Informatika" fani mavzularini taksonomik yondashuv asosida o'qitish	343
<i>Axrarov Baxtiyor Sagdullayevich</i>	
O'qituvchi faoliyatida pedagogik texnologiyalarni samarali qo'llash metodikasi	347
<i>Xomidjonov Abrorjon Olimjon o'g'li</i>	
Rus-o'zbek tarjimashunosligining zamonaviy tendensiyalari.....	351
<i>Kudratov Kamoljon Islomovich</i>	
Kompyuterga qaramlikning o'smirlarga ta'siri va uning psixologik oqibatlari.....	356
<i>Kushakova Nargiza Islambayevna, Ergasheva Sarvinoz Shavqiddin qizi</i>	
Musiqaning neyropsixologik rivojlanish va ta'lim jarayonidagi ahamiyati	360
<i>Xikmatova Shohida Xikmatovna</i>	
Innovatsion yondashuv asosida inklyuziv ta'lim o'quvchilarining yozma nutqini rivojlantirish	364
<i>Alimardanova Sitara Ikrom qizi</i>	
Comparative and Conceptological Trends in Linguoculturology	367
<i>Ablakulov Ilkhom</i>	
Boshlang'ich ta'limda kreativ ta'lim muhitini rivojlantirish asosida o'quvchilarning muammolarni hal qilish ko'nikmalarini shakllantirish	370
<i>Abdullayeva Uljalg'as</i>	
Rivojlangan mamlakatlar ta'lim tizimida talabalarni kasbiy faoliyatga tayyorlashda sun'iy intellektdan foydalanish usullari.....	373
<i>Aglamova Shahzoda Sobirovna</i>	

Bokschi qizlar texnik harakatlarining kinematik ko'rsatkichlar asosida takomillashtirish metodikasi.....	378
<i>Axmedov Latifjon G'ayrat o'g'li</i>	
O'quv jarayonida formativ baholashning evolyutsion-xronologik tahlili	383
<i>Davidova Dilnoza Tadjibayevna</i>	
Oliy ta'limda "Smart Education" texnologiyalaridan foydalanishning samaradorligi	388
<i>Dilrabo Amriddinova, Abdulxalilova Surayyo Ahad qizi</i>	
Zamonaviy ta'lim sharoitida boshlang'ich sinf o'qituvchilarini baholash kompetensiyalarini rivojlantirishning psixologik-pedagogik xususiyatlari	392
<i>Majidova Hilola Eshquvat qizi</i>	
Sun'iy intellekt texnologiyalaridan foydalanish madaniyatini shakllantirish usullari	396
<i>Mamatova Fazilat Ixtiyorovna, Xolmirzayeva Zebo Ravshan qizi</i>	
Jismoniy tarbiya o'qituvchilarini sport marketologi faoliyatiga tayyorlashning zarurati	402
<i>Samatov Javlonbek Abdukayumovich</i>	
O'zbekiston maktabgacha ta'lim tizimida strategik boshqaruvni takomillashtirish.....	406
<i>Saydullayeva Nargis</i>	
Integrating Literary Texts Into Early Foreign Language Education: A Mixed-Methods Investigation of Lexical, Cognitive, and Affective Outcomes in Primary Classrooms	410
<i>Shukurova Zamira Shodiyevna</i>	
Fizika fanini o'qitishda formativ baholash asosida tanqidiy fikrlashni rivojlantirishning metodik modeli	416
<i>Sobirov Avazbek Anvarovich</i>	
Maktabgacha yoshdagi bolalarning kichik motorikasini rivojlantirishda o'yinning ahamiyati va individual yondashuv	421
<i>Norboyeva Laylo Sapar qizi</i>	
Психологические особенности проявления творческих способностей у подростков, воспитывающихся в бикарьерных семьях.....	425
<i>Ишбобоева Гулбарчин Рустамовна</i>	
Maktabgacha yoshdagi bolalarga chet tilini vizual materiallar vositasida o'rgatishni takomillashtirish.....	433
<i>Olimova Shahlo Bahodir qizi, Inomova Mahliyo Yusuf qizi</i>	
Boshlang'ich sinf o'quvchilarida nutqiy kompetensiyani rivojlantirish metodikasining hozirgi holati va muammolari.....	439
<i>Diyoraxon To'htanazarova Zokir qizi</i>	
Turkiy xalqlarning an'anaviy sport o'yinlariga yil fasllaridagi o'zgarishlarning ta'siri.....	443
<i>Qodirova Xalimaxon Nurmuhammad qizi</i>	
Нововведения в шкале стоимости элементов и коэффициентах компонентов программы ISU на 2026 год.....	447
<i>Федорова Светлана Вячеславовна</i>	
Ingliz tilidagi conjunctionlarning grammatik tasnifi va sintaktik vazifalari hamda ESP darslarida ularni o'rgatishning kommunikativ va kontekstual usullari.....	451
<i>Mahammadiyeva Mashxura Maxmur qizi</i>	
Bo'lajak boshlang'ich sinf o'qituvchilarida lisoniy tahlil ko'nikmalarini shakllantirishning zamonaviy metodikasi	456
<i>Yo'ldashova Dilso'z Umar qizi</i>	
Voleybolchilarning sakrovchanlik ko'nikmalarini shakllantirishda harakatli o'yinlarning ahamiyati	461
<i>Artikov Xayrulla Baxtiyarovich</i>	
Effectiveness of Personalized Studying via Artificial Intelligence in Teaching English as a Second Language to Non-Native Speakers	465
<i>Irzakulova Raykhon</i>	
Texnologik ta'limda mustaqil ta'limni rivojlantirish yo'llari	469
<i>Yaxshiboyev Temur-Malik Erkin o'g'li, Jonuzoqova Charos Ziyodulla qizi</i>	
Maktabgacha yoshdagi bolalarda zamonaviy o'yin vositalarining aqliy va ruhiy rivojlanishga ta'siri.....	474
<i>Abduxamidova Dilorom Abdumuminovna</i>	



Nodavlat maktabgacha ta'lim tashkilotlarida pedagog kadrlar salohiyatini boshqarishning zamonaviy yondashuvlari tahlili	479
Mamatqulova Shohsanam Dilshodovna	
Bo'lajak ingliz tili o'qituvchilarini mustaqil ta'limni tashkil qilishga o'rgatishning pedagogik asoslari	485
Xamdamov Usmon Ergashevich	
Boshlang'ich ta'limda ona tili darslarini innovatsion texnologiyalar asosida tashkil qilish masalasi	490
Adizova Nodira Baxtiyorovna, Ibotova Shahnoza Shuxrat qizi	
Malaka oshirish tizimida sifat menejmenti: "sun'iy intellekt" va "boshqaruv mexanizmi" tushunchalarining ierarxik bog'liqligi.....	494
Allanazarova Maftuna Qobul qizi	
"Uglevodorodlar" bo'limini o'qitishni axborot kommunikatsion texnologiyalar vositasida takomillashtirish metodikasi (umumiy o'rta ta'lim maktablari 10-sinflar o'quvchilari misolida)	498
Babajanova Nilufar Pirnafas qizi	
Axborot texnologiyalari vositasida bo'lajak o'qituvchilarning kasbiy-kommunikativ ko'nikmalarini shakllantirish darajasini baholash mezonlari va ko'rsatkichlari.....	506
Junaydullayev Oxunjon Kaxorjon o'g'li	
Bo'lajak o'qituvchilarni aralash ta'lim texnologiyalaridan foydalanishga tayyorlashning pedagogik xususiyatlari va tarkibiy komponentlari	510
Kabirova Zarifa Muqaddamovna	
Maktabgacha ta'limda qoraqalpoq ertaklari orqali bolalar tilini rivojlantirishning kognitiv asoslari	516
Matjanova Gulzada Annabayevna	
Issiq sharoitiga marafonchilar va futbolchilarning fiziologik moslashuvi xususiyatlari	520
Nurbayev Baxtiyor Shirinovich	
Xorijlik talabalarning tinglab tushunishdagi qiyinchiliklarini metakognitiv strategiyalar orqali bartaraf etish ..	524
Odiljonova Nilufarxon Avduvahob qizi	
O'qituvchilarda kasbiy so'nish va psixologik stress holatlarini keltirib chiqaruvchi psixologik-pedagogik omillar	528
Usmonov Salaxdin Alikulovich, Ortiqova Malika Odiljon qizi, Xolbekova Dinora Faxriddin qizi	
Umumta'lim maktablarida texnologik kompetensiyalarni rivojlantirishning amaldagi holati va metodik muammolari	533
Qurbonmurotov Eldor Abdusaidovich	
Talabalarni kasbiy faoliyatga tayyorlashda raqamli texnologiyalar va ularning imkoniyatlari	538
Xujaniyozova G. S.	
Maktabgacha yoshdagi bolalarda ijtimoiy onglik darajasini baholash mezonlari va ko'rsatkichlari (oilaviy muhit misolida)	543
Yakubov Odiljon Tolibjon o'g'li	
Raqamli texnologiyalar davrida o'zbek tilining qo'llanilish istiqbollari	549
Yuldasheva Dilnoza Bekmurodovna	
Обучение образованию и употреблению форм числа имён существительных в школьном курсе русского языка	553
Идиева Гульмира Изомовна	

O'QITUVCHILARDA KASBIY SO'NISH VA PSIXOLOGIK STRESS HOLATLARINI KELTIRIB CHIQUVCHI PSIXOLOGIK-PEDAGOGIK OMILLAR

Usmonov Salaxdin Alikulovich

Psixologiya kafedrası professori

Mirzo Ulug'bek nomidagi O'zbekiston milliy universitetining Jizzax filiali

Ortiqova Malika Odiljon qizi

Magistratura 1-bosqich talabasi

Mirzo Ulug'bek nomidagi O'zbekiston milliy universitetining Jizzax filiali

Xolbekova Dinora Faxriddin qizi

Magistratura 1-bosqich talabasi

Mirzo Ulug'bek nomidagi O'zbekiston milliy universitetining Jizzax filiali

Annotatsiya: Ushbu ilmiy maqolada o'qituvchilarda kasbiy so'nish va psixologik stress holatlarini yuzaga keltiruvchi psixologik-pedagogik omillar ilmiy-nazariy hamda amaliy jihatdan tahlil qilingan. Tadqiqotda o'qituvchilik faoliyatiga xos bo'lgan emotsional zo'riqish, ortiqcha ish yuklamasi, pedagogik kommunikatsiya muammolari, administrativ bosim, motivatsiyaning pasayishi va professional identifikatsiya inqirozi bilan bog'liq omillar o'rganilgan. Maqolada o'qituvchilarning kasbiy faoliyati jarayonida yuzaga keladigan stress omillari, ularning psixologik salomatlikka ta'siri hamda kasbiy samaradorlikka salbiy oqibatlari yoritilgan. Tadqiqot natijalari asosida o'qituvchilarda stressni kamaytirish, emotsional barqarorlikni shakllantirish va kasbiy motivatsiyani oshirishga qaratilgan ilmiy-amaliy tavsiyalar ishlab chiqilgan.

Kalit so'zlar: kasbiy so'nish, psixologik stress, pedagogik faoliyat, emotsional zo'riqish, motivatsiya, o'qituvchi psixologiyasi, burnout syndrome, pedagogik kommunikatsiya.

Abstract: This scientific article analyzes the psychological and pedagogical factors contributing to professional burnout and psychological stress among teachers from both theoretical and practical perspectives. The study examines factors related to emotional tension, excessive workload, problems in pedagogical communication, administrative pressure, decreased motivation, and crises of professional identity inherent in teaching activities. The article highlights stress factors emerging in teachers' professional activities, their impact on psychological well-being, and their negative consequences for professional effectiveness. Based on the research findings, scientific and practical recommendations were developed to reduce stress among teachers, strengthen emotional stability, and enhance professional motivation.

Key words: professional burnout, psychological stress, pedagogical activity, emotional tension, motivation, teacher psychology, burnout syndrome, pedagogical communication.

Аннотация: В данной научной статье с теоретической и практической точек зрения проанализированы психолого-педагогические факторы, вызывающие профессиональное выгорание и психологический стресс у учителей. В исследовании рассмотрены факторы педагогической деятельности, связанные с эмоциональным напряжением, чрезмерной рабочей нагрузкой, проблемами педагогической коммуникации, административным давлением, снижением мотивации и кризисом профессиональной идентичности. В статье освещены стрессовые факторы, возникающие в профессиональной деятельности педагогов, их влияние на психологическое здоровье, а также негативные последствия для профессиональной эффективности. На основе результатов исследования разработаны научно-практические рекомендации по снижению уровня стресса у педагогов, формированию эмоциональной устойчивости и повышению профессиональной мотивации.

Ключевые слова: профессиональное выгорание, психологический стресс, педагогическая деятельность, эмоциональное напряжение, мотивация, психология учителя, синдром выгорания, педагогическая коммуникация.



KIRISH

Zamonaviy ta'lim tizimida o'qituvchi shaxsiga qo'yilayotgan talablarning ortib borishi pedagogik faoliyatning tobora murakkablashuviga olib kelmoqda. Bugungi kunda o'qituvchi nafaqat bilim beruvchi mutaxassis, balki tarbiyachi, psixolog, innovator va samarali kommunikator sifatida ham faoliyat yuritmoqda. Mazkur ko'p funktsiyali vazifalar o'qituvchilarda emotsional zo'riqish, psixologik bosim va kasbiy charchoqning kuchayishiga sabab bo'lmoqda ^[1].

So'nggi yillarda psixologiya va pedagogika fanlarida "kasbiy so'nish" ("burnout syndrome") tushunchasi keng miqyosda o'rganilmoqda. Ushbu termin ilk bor amerikalik psixolog Herbert Freudenberger tomonidan 1974-yilda ilmiy muomalaga kiritilgan bo'lib, u insonning uzoq muddat davom etuvchi emotsional zo'riqish ta'sirida kasbiy motivatsiyasining pasayishi hamda psixologik holdan toyishini ifodalagan ^[2].

Keyinchalik Christina Maslach mazkur sindromni uchta asosiy komponent orqali tavsiflagan: emotsional holdan toyish, depersonalizatsiya va kasbiy muvaffaqiyat hissining pasayishi ^[3].

Ta'lim tizimida kasbiy stressning kuchayishi bir qator omillar bilan bog'liq bo'lib, ular qatoriga yuqori pedagogik yuklama, hujjatbozlikning ortishi, ota-onalar bilan murakkab kommunikatsion jarayonlar, ma'muriy nazoratning kuchayishi, raqamli texnologiyalarga moslashish zarurati hamda pedagogik faoliyatning ijtimoiy qadrlanish darajasining nisbatan pastligi kiradi ^[4].

UNESCO ma'lumotlariga ko'ra, dunyo miqyosida o'qituvchilarning qariyb 48 foizi doimiy psixologik stress holatini boshdan kechirmoqda ^[5]. Ayniqsa, pandemiyadan keyingi davrda masofaviy ta'lim tizimining kengayishi, raqamli platformalar va onlayn nazorat mexanizmlarining joriy etilishi pedagoglarning emotsional yuklamasini sezilarli darajada oshirdi.

O'zbekistonda ham ta'lim tizimida amalga oshirilayotgan keng ko'lamli islohotlar o'qituvchilarning kasbiy faoliyatiga yangi va murakkab talablarni qo'yimoqda. Bu esa pedagoglarning psixologik moslashuv darajasi, emotsional barqarorligi hamda kasbiy motivatsiyasini ilmiy jihatdan o'rganishni dolzarb masalaga aylantirmoqda ^[6].

Kasbiy so'nish sindromining kuchayishi nafaqat o'qituvchining individual psixologik va jismoniy salomatligiga, balki ta'lim sifati hamda o'quvchilarning psixologik rivojlanishiga ham salbiy ta'sir ko'rsatadi. Tadqiqotlar natijalariga ko'ra, doimiy stress holatida faoliyat yuritayotgan pedagoglarda dars sifati pasayadi, konfliktlarga moyillik ortadi, kommunikativ muammolar kuchayadi hamda ijodkorlik va innovatsion yondashuv darajasi kamayadi ^[7].

Mazkur tadqiqotda o'qituvchilarda kasbiy so'nish va psixologik stress holatlarini yuzaga keltiruvchi psixologik-pedagogik omillarni aniqlash hamda ularning ta'lim samaradorligiga ta'sirini ilmiy tahlil qilish asosiy maqsad sifatida belgilandi.

MAVZUGA OID ADABIYOTLAR SHARHI

Kasbiy so'nish va stress muammosi psixologiya fanida XX asrning ikkinchi yarmidan boshlab keng o'rganila boshladi. Freudenberger kasbiy so'nishni "haddan tashqari emotsional talablar natijasida yuzaga keluvchi ruhiy va jismoniy holdan toyish holati" sifatida tavsiflagan. K. Maslach va S. Jackson tomonidan ishlab chiqilgan "Maslach Burnout Inventory" (MBI) modeli hozirgi kunda kasbiy so'nishni o'lchashning eng keng tarqalgan metodikasi hisoblanadi. Unga ko'ra, burnout uchta asosiy komponentdan iborat: emotsional holdan toyish, depersonalizatsiya va kasbiy samaradorlikning pasayishi. Pedagogik faoliyat bilan bog'liq stress omillari ko'plab tadqiqotlarda tahlil qilingan. Kyriacou [8] o'qituvchilarda stressni keltirib chiqaruvchi asosiy omillar sifatida vaqt yetishmasligi, intizom muammolari, ortiqcha mas'uliyat va baholash bosimini ko'rsatgan.

1-jadval: O'qituvchilarda stressni keltirib chiqaruvchi asosiy omillar

No	Omillar	Ta'sir darajasi (%)
1	Ortiqcha ish yuklamasi	82%
2	Emotsional zo'riqish	76%
3	Past motivatsiya	68%
4	Ma'muriy bosim	63%
5	Ota-onalar bilan konflikt	55%

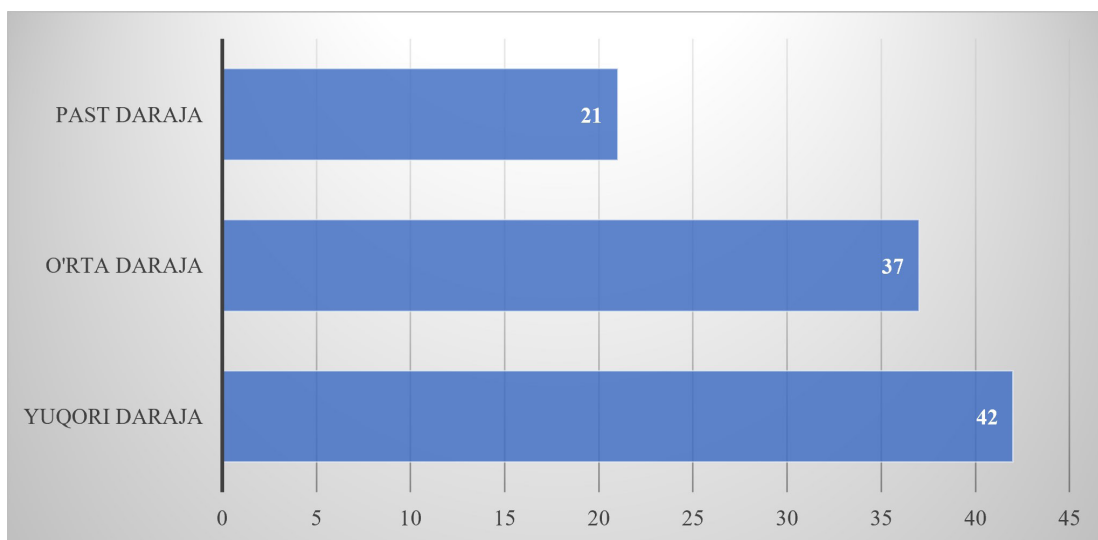
Jadval natijalari o'qituvchilarda stress va kasbiy so'nishning asosiy manbalari sifatida ortiqcha ish yuklamasi hamda emotsional zo'riqish ustun ekanini ko'rsatmoqda. Ayniqsa, pedagoglarning bir vaqtning o'zida dars berish, hujjatlar tayyorlash, elektron platformalarda hisobot topshirish va tarbiyaviy ishlar bilan shug'ullanishi psixologik zo'riqishning ortishiga sabab bo'lmoqda. Emotsional zo'riqishning yuqori darajada qayd etilishi o'qituvchining doimiy kommunikativ faoliyat bilan bog'liqligini ko'rsatadi.



Har kuni o'quvchilar, ota-onalar va ma'muriyat bilan muntazam muloqot qilish zarurati hissiy charchoqni kuchaytiradi. Tahlillar shuni ko'rsatadiki, ma'muriy bosim va nazorat tizimining kuchayishi pedagogik mustaqillikni cheklaydi. Bu esa o'qituvchilarda kasbiy qoniqishning pasayishiga olib keladi. Past motivatsiya esa, o'z navbatida, emotsional holdan toyish bilan chambarchas bog'liqdir. Demak, o'qituvchilarda kasbiy stress va burnout sindromi ko'p omilli psixologik-pedagogik jarayon bo'lib, uni faqat individual emas, balki institutsional darajada ham hal etish zarur.

TADQIQOT METODOLOGIYASI

Tadqiqot aralash metodologiya (mixed-method research) asosida olib borildi. Tadqiqotda sifat va miqdoriy tahlil usullari qo'llanildi [9]. Tadqiqot ishtirokchilari sifatida 120 nafar umumta'lim maktabi o'qituvchilari, 35 nafar kollej va texnikum pedagoglari hamda 15 nafar maktab psixologlari jalb qilindi. Tadqiqot jarayonida Maslach Burnout Inventory (MBI), psixologik stress darajasi testi, pedagogik kuzatish, intervyu va anonim so'rovnoma metodlaridan foydalanildi. Tadqiqot bir necha bosqichda amalga oshirildi. Dastlab stress va burnout darajasi aniqlandi, keyingi bosqichda psixologik-pedagogik omillar tahlil qilindi hamda yakuniy bosqichda olingan natijalar statistik qayta ishlash dasturi – SPSS yordamida tahlil etildi.



1-diagramma: O'qituvchilarda burnout sindromining darajalari

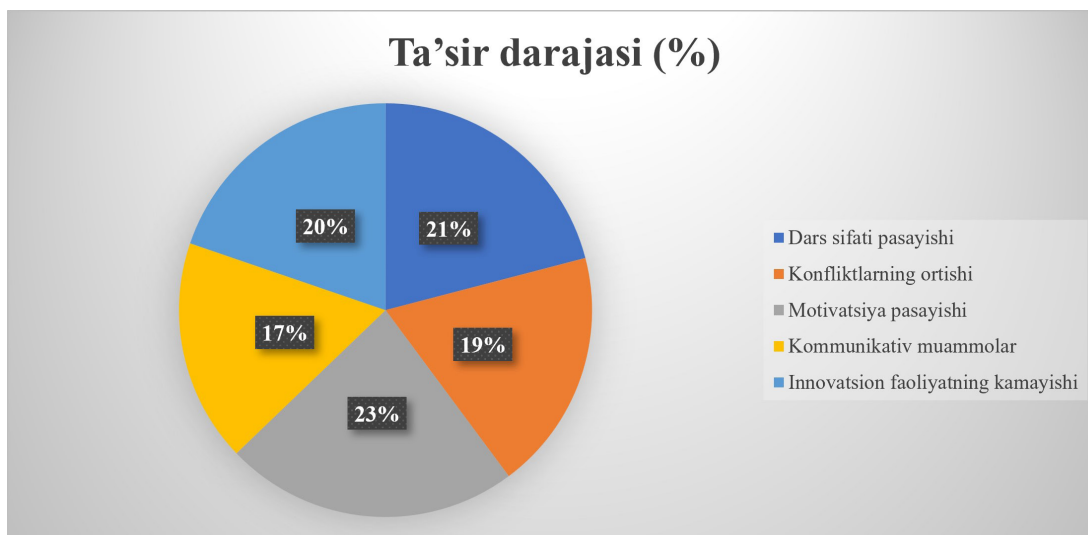
Diagramma natijalariga ko'ra, tadqiqotda qatnashgan o'qituvchilarning 42 foizida burnout sindromining yuqori darajasi aniqlangan. Mazkur ko'rsatkich pedagogik faoliyatning yuqori emotsional yuklama bilan bog'liqligini tasdiqlaydi. O'rta darajadagi stress va so'nish holati 37 foiz respondentlarda kuzatilgan. Ushbu guruhdagi pedagoglarda kasbiy charchoqning dastlabki simptomlari, jumladan motivatsiyaning pasayishi, hissiy beqarorlik va kommunikativ qiyinchiliklar aniqlangan. Past darajadagi burnout ko'rsatkichi esa atigi 21 foiz pedagoglarda qayd etilgan bo'lib, ular asosan yuqori motivatsiyaga ega hamda pedagogik faoliyatdan psixologik qoniqish oluvchi o'qituvchilar hisoblanadi.

TAHLIL VA NATIJALAR

Tadqiqot natijalari shuni ko'rsatdiki, o'qituvchilarda kasbiy so'nishning asosiy omillari ortiqcha pedagogik yuklama, emotsional zo'riqish, psixologik qo'llab-quvvatlashning yetishmasligi, kommunikativ konfliktlar hamda past ijtimoiy motivatsiya hisoblanadi.

Diagramma natijalari burnout sindromining pedagogik faoliyatga kuchli salbiy ta'sir ko'rsatishini tasdiqlaydi. Ayniqsa, motivatsiyaning pasayishi (78%) pedagogning kasbiy samaradorligini kamaytiruvchi asosiy omil sifatida namoyon bo'lgan. Dars sifati pasayishi 71 foiz holatda kuzatilgani stressning o'quv jarayoniga bevosita ta'sir ko'rsatishini anglatadi. Emotsional charchoq holatidagi pedagoglar darslarni innovatsion va kreativ tarzda tashkil etishda qiyinchilikka duch keladi. Konfliktlarning ortishi esa kommunikativ muammolar bilan bog'liq bo'lib, o'qituvchi va o'quvchi o'rtasidagi psixologik masofaning ortishiga olib keladi. Bu esa sinfdagi psixologik muhitning salbiylashishiga sabab bo'ladi.

Tahlillar shuni ko'rsatadiki, burnout sindromi individual psixologik muammo bo'lish bilan birga, ta'lim tizimining tashkiliy va pedagogik muammolari bilan ham uzviy bog'liqdir.



2-diagramma: Burnout sindromining pedagogik faoliyatga ta'siri

XULOSA

Tadqiqot natijalari shuni ko'rsatdiki, o'qituvchilarda kasbiy so'nish va psixologik stress holatlari zamonaviy ta'lim tizimining eng dolzarb psixologik-pedagogik muammolaridan biri hisoblanadi. Pedagogik faoliyatning yuqori emotsional talablar asosida tashkil etilishi, doimiy kommunikativ zo'riqish, ortiqcha yuklama va ma'muriy nazorat o'qituvchilarning ruhiy salomatligiga sezilarli ta'sir ko'rsatmoqda. Ayniqsa, o'qituvchilarning bir vaqtning o'zida ta'lim berish, tarbiyaviy ishlar olib borish, elektron platformalarda hisobot yuritish va ota-onalar bilan muntazam muloqot qilishga majbur bo'lishi stress darajasining ortishiga sabab bo'lmoqda.

Tahlillar natijasida aniqlanishicha, kasbiy so'nish sindromining asosiy komponentlari – emotsional holdan toyish, depersonalizatsiya va kasbiy muvaffaqiyat hissining pasayishi pedagogik faoliyat samaradorligiga to'g'ridan to'g'ri salbiy ta'sir qiladi. Stress holatidagi pedagoglarda dars sifati pasayadi, innovatsion metodlardan foydalanish kamayadi, kommunikativ muammolar kuchayadi hamda o'quvchilar bilan psixologik masofa ortadi. Bu esa nafaqat o'qituvchining shaxsiy kasbiy rivojlanishiga, balki ta'lim sifatiga ham salbiy ta'sir ko'rsatadi.

Empirik tadqiqot natijalari o'qituvchilarning katta qismida burnout sindromining o'rta va yuqori darajasi kuzatilganini tasdiqladi. Ayniqsa, yosh pedagoglarda kasbiy moslashuv jarayonining murakkabligi, tajribali o'qituvchilarda esa uzoq muddatli emotsional charchoq stress ko'rsatkichlarining yuqori bo'lishiga olib kelgan. Bu holat pedagogik faoliyatning psixologik jihatdan yuqori xavfli kasblardan biri ekanini yana bir bor tasdiqlaydi.

Shuningdek, tadqiqot davomida kasbiy stressning paydo bo'lishida ortiqcha pedagogik yuklama, vaqt taqchilligi, ma'muriy bosim va nazorat, pedagogik faoliyatning past ijtimoiy qadrlanishi, emotsional qo'llab-quvvatlashning yetishmasligi, konfliktli kommunikatsiya hamda raqamli texnologiyalarga moslashishdagi qiyinchiliklar ustuvor omillar ekani aniqlandi. Mazkur omillar o'zaro integrallashgan holda pedagogning psixologik holatiga ta'sir ko'rsatib, uzoq muddat davomida kasbiy deformatsiya va emotsional holdan toyishga olib keladi. Shu sababli, burnout sindromini faqat individual psixologik muammo sifatida emas, balki ta'lim tizimining tashkiliy-pedagogik muammosi sifatida ham ko'rib chiqish zarur.

Tadqiqot natijalari asosida pedagogik yuklamani optimallashtirish, psixologik xizmat tizimini kuchaytirish, motivatsion qo'llab-quvvatlash mexanizmlarini joriy etish, kasbiy rivojlanish va trening dasturlarini takomillashtirish, sog'lom pedagogik muhit yaratish hamda raqamli pedagogik moslashuvni qo'llab-quvvatlash bo'yicha ilmiy-amaliy tavsiyalar ishlab chiqildi. Xususan, o'qituvchilarning ortiqcha hujjat ishlari va byurokratik vazifalarini qisqartirish orqali ularning asosiy pedagogik faoliyatga e'tiborini kuchaytirish, ta'lim muassasalarida muntazam psixologik diagnostika va stress monitoringini tashkil etish, pedagoglarni moddiy va ma'naviy rag'batlantirish tizimini rivojlantirish muhim ahamiyat kasb etadi. Shuningdek, stressni boshqarish, emotsional intellektni rivojlantirish va kommunikativ kompetensiyalarni oshirishga qaratilgan maxsus treninglarni joriy etish ham dolzarb hisoblanadi.

Umuman olganda, o'qituvchilarda kasbiy so'nish va psixologik stress muammosi zamonaviy ta'lim tizimining barqaror rivojlanishiga bevosita ta'sir qiluvchi muhim omillardan biridir. Pedagoglarning psixologik salomatligini saqlash va kasbiy motivatsiyasini qo'llab-quvvatlash ta'lim sifatini oshirishning asosiy shartlaridan biri hisoblanadi. Shu sababli, kelgusida mazkur yo'nalishda kompleks psixologik-pedagogik dasturlar ishlab chiqish, stress profilaktikasi bo'yicha ilmiy tadqiqotlarni kengaytirish hamda ta'lim muassasalarida sog'lom emotsional muhitni shakllantirish dolzarb vazifa bo'lib qoladi.



Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati:

1. Lazarus R. S. stress and emotion: A new synthesis. – New York: Springer publishing company, 1999. – 340 p.
2. Freudenberger H. J. Staff Burnout // Journal of social issues. – 1974. – Vol. 30. – № 1. – P. 159–165.
3. Maslach C., Jackson S. E. The measurement of experienced burnout // Journal of occupational behaviour. – 1981. – Vol. 2. – № 2. – P. 99–113.
4. Kyriacou C. Teacher stress: directions for future research // Educational review. – 2001. – Vol. 53. – № 1. – P. 27–35.
5. UNESCO. Teacher well-being and educational quality report. – Paris: UNESCO publishing, 2022. – 128 p.
6. Karimova D. O'qituvchilarda kasbiy stress muammolari. – Toshkent: O'qituvchi, 2021. – 156 b.
7. Turaeva N. Pedagogik faoliyatda emotsional zo'riqish va uning psixologik xususiyatlari // Pedagogika va psixologiya ilmiy jurnali. – Samarqand, 2022. – № 3. – B. 44–52.
8. Kyriacou C. Anticipatory stress among student teachers // Cambridge journal of education. – 2003. – Vol. 33. – № 2. – P. 173–180.
9. Creswell J. W. Research design: qualitative, quantitative, and mixed methods approaches. – 4th ed. – Thousand oaks: sage publications, 2014. – 273 p.

- 
- 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



AKTABGACHA VA AKTAB TA'LIMI

Mas'ul muharrir: Ramzidin Ashurov

Ingliz tili muharriri: Murod Xoliyorov

Musahhih: Alibek Zokirov

Sahifalovchi va dizayner: Iskandar Islomov

2026. №5(5)

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

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

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