



ISSN: 3060-4613



MAKTABGACHA
VA MAKTAB
TA'LIMI VAZIRLIGI



O'zbekiston
Milliy Pedagogika
Universiteti



№6(3)

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. 246 sahifa,
9-iyun, 2026-yil.

BOSH MUHARRIR:

Karimova E'zoza Gapijranovna – 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'zbek bolalar folklorining etnopsixologik jihatlarini o'rganishning ahamiyati.....	10
<i>Alimbayeva Shaxlo Tursunovna</i>	
The Convergence of Educational Paradigms: Policy Borrowing, Adaptability, and Institutional Reform in Uzbekistan's Modern School System	15
<i>Lola Rakhmonovna Djurakulova, Karina Eduardovna Bushevskaya</i>	
Bo'lajak jismoniy tarbiya o'qituvchilarida valeologik kompetensiyalarni rivojlantirish	21
<i>Xudoyberdiyev G'iyosiddin Baxtiyor o'g'li, Mamatqulov Davronbek Abdig'apparovich</i>	
Autizm spektridagi buzilishlarga ega bolalar rivojlanishida STEAM ta'lim texnologiyasining pedagogik ahamiyati.....	25
<i>Ne'matova Hilola Ikrom qizi, Ahmadova Zuhra Adizovna</i>	
Ozodlikdan mahrum qilingan shaxsning jazoni ijro etish muassasasidagi moslashuvining psixologik xususiyatlari	30
<i>Saydullayeva Muxabbat Abdullayevna</i>	
Boshlang'ich sinflarda o'quvchilarning ijodiy qobiliyatini rivojlantirishning pedagogik ahamiyati.....	33
<i>Shodiyeva Gulruh Xayrullayevna, Ergasheva Farog'at</i>	
Boshlang'ich sinf o'quvchilarida gamifikatsion topshiriqlar asosida divergent fikrlashni shakllantirishning didaktik mexanizmlari.....	37
<i>Jalilov Muhammadali Abdumutalibovich, Saloydiovva Sevaraxon Mahammadsharif qizi</i>	
Darsdan tashqari mashg'ulotlarda boshlang'ich sinf o'quvchilarining ijodiy faoliyat tajribasini shakllantirish	41
<i>Sayfiddinova Muxlisa Sayfiddinovna</i>	
Harbiy xizmatchilar oilalarida inqirozlarni profilaktika qilishda ijtimoiy-psixologik xizmatlarning o'rni	45
<i>Sh. S. Kurbanova</i>	
Yosh onalarning pedagogik kompetensiyalariga oid ilmiy-nazariy yondashuvlar	49
<i>Yuldasheva Zulayxo Sadullayevna</i>	
Роль нарративно-экспозиционной терапии при работе с детьми, репатрированными из ЗОН вооружённых конфликтов	53
<i>Юлдашев Санжар Рузимуродович</i>	
Boshlang'ich sinf texnologiya darslarida zamonaviy pedagogik texnologiyalar: muammo va uning yechimlari.....	57
<i>Mamatova Karomat Ilhomjonovna</i>	
Bitiruvchi sinf o'quvchilarini kasb-hunarga yo'naltirish jarayonlarida individual yondashuvning ahamiyati ...	61
<i>Asilova Sanobar Xatamboyevna</i>	
Optika bo'limini o'qitishning didaktik asoslari.....	66
<i>Avulova Zamira Tursunmurodovna, Nomozova Dilnoza Mamarajab qizi, Shomurodova Maftuna Tolibjon qizi, Rayimova Muazzam Xolbobo qizi</i>	
Bo'lajak informatika o'qituvchilarida kompyuter grafikasiga oid kompetensiyalarni rivojlantirish uchun Gamified Project-Based Learning asosidagi integrativ metodika ishlab chiqish	69
<i>D. Y. Pulatova, G' R. Berdiyev</i>	
Psixologik savodxonlikning o'smirlar akademik savodxonligiga ta'siri.....	76
<i>Fayzullayev Mirzaodil Mirzamurodovich</i>	
Umumiy o'rta ta'lim maktablarida fizika darslarida loyihaviy ta'limni qo'llashning pedagogik asoslari	81
<i>Ismonov Turgunpulat To'liqinovich</i>	
Maktabgacha yoshdagi bolalarning tabiatga oid kompetensiyalarini rivojlantirishda mashg'ulot, ekskursiya va sayrlardan foydalanish metodikasi.....	84
<i>Maripova N. X.</i>	
Individual yondashuvga asoslangan pedagogik mexanizmlarni amaliyotga joriy etish metodikasi	88
<i>Nurova Malika Abduzairovna</i>	



Communicative Learning as a Basis for Critical Thinking Development	92
<i>Petrosyan Nelya Valerevna, Khalilova Farangiz Khoshimovna</i>	
Nikohdan oldingi hissiy-emotsional kompetentlikni rivojlantirishning ijtimoiy-psixologik omillari	97
<i>Raximova Gulxayo Alisherovna</i>	
Talabalarda chidamkorlikni rivojlantirishning ahamiyati	100
<i>Shaalimov Muxtorsha Atxamovich</i>	
Maktabgacha katta yoshdagi bolalarda ertaklar orqali tarbiya berish usullari	105
<i>X. Sh. Ochilova</i>	
Bo'lajak tarbiyachilarning ijtimoiy kompetensiyasini rivojlantirishda interfaol ta'lim texnologiyalarining samaradorligi	109
<i>Xalilova Dilnoza Furkatovna</i>	
Bo'lajak boshlang'ich sinf o'qituvchilarida kitobxonlik madaniyatini kreativ yondashuvlar asosida shakllantirish imkoniyatlari	112
<i>Xolyigitova Bahoroy Kimsanboyevna</i>	
Bo'lajak buxgalleriya hisobi va audit sohasidagi talabarning kasbiy kompetensiyalarini rivojlantirishning nazariy asoslari	117
<i>Arziyeva Visola Namozovna</i>	
Boshlang'ich ta'lim mazmunini tizimlashtirishning didaktik va aksiologik tamoyillari	121
<i>Shabbazova Dilfuza Ruzikulovna</i>	
Munis Xorazmiy devonining o'rganilishi va uning tarixiy-etimologik tahlili	125
<i>Sharopova Durdona Azim qizi</i>	
Raqamli texnologiyalar asosida pedagogik kompetensiyalarni takomillashtirish asoslari	129
<i>Tashmatova Gulzoda</i>	
Maktabgacha ta'limda steam yondashuvining didaktik imkoniyatlari	133
<i>To'xtaboyeva Maftunaxon G'aniyevna</i>	
Raqamli pedagogikaning zamonaviy ta'lim rivojlanishidagi o'rni	137
<i>Tojiyeva Asila Abdimannon qizi, Pardayeva Ra'no Eshboyevna</i>	
Talabalar jamoasida uchraydigan nizoli vaziyatlarning diagnostik tahlili	142
<i>Vaxobova Muxtabar Nurmuhimmat qizi</i>	
Kreativ yondashuv asosida talabalarining kasbiy sifatlarini shakllantirish	146
<i>Xolmatova Gulhayo Ulug'bekovna</i>	
Maktabgacha yoshdagi bolalar tarbiyasining psixologik asoslari	151
<i>Xurvaliyeva Tarmiza Latipovna</i>	
Umumta'lim maktab direktorlarining boshqaruv samaradorligini oshirishda media va axborot savodxonligini rivojlantirish modelini takomillashtirish	156
<i>Abdulxakimova Ziyoda Latibjon qizi</i>	
Boshlang'ich sinf o'quvchilarining darsda muammoli STEAM loyihalarini yaratish ko'nikmalarini rivojlantirish	161
<i>M. S. Achilova</i>	
Optik tushunchalarni shakllantirish metodikasi	165
<i>Avulova Zamira Tursunmurodovna, Nomozova Dilnoza Mamarajab qizi, Cho'liyeva Sofiya Sobirjon qizi, Shog'dorova Moxinur Bobomurot qizi</i>	
PHET simulyatsiyalari yordamida optikani o'rgatish	169
<i>Avulova Zamira Tursunmurodovna, Nomozova Dilnoza Mamarajab qizi, Toshmirzayeva Buvioysha Panji qizi, Ruziyeva Jasmina Sirojiddin qizi</i>	
Boshlang'ich sinf o'quvchilari ijodiy fikrlashini o'ziga xos jihatlari	173
<i>Gafurova Shoxista Erali qizi</i>	
O'zbekiston hududlarida yengil atletika infratuzilmasi va sportchilar tayyorlash tizimini tashkiliy-boshqaruv asoslari	178
<i>Hakimova Mushtariybonu Hamidovna, Tursunpolatova Ziyoda Jahongir qizi</i>	
O'zbekistonda mustaqil fikrlash muammosi bo'yicha olib borilgan tadqiqotlar tahlili	181
<i>Tursunova Dilbar Zafarovna</i>	

Methodology for Developing Competencies in Primary Education and the Communicative Analysis of Oral Speech.....	184
Turumbetova Aygul Yusupbaevna	
Bo'lajak boshlang'ich sinf o'qituvchilarini "Tarbiya" darslarida o'quvchilarning mantiqiy fikrlash qobiliyatini rivojlantirishga o'rgatish metodikasi.....	189
Ummatkulova Sayyora Shovkatovna	
Boshlang'ich sinflarda matematika ta'limini tashkil etish.....	191
Saydullayeva Shabbona Ashraf qizi, Axtamqul Azamqulov, Anvar Yusupov	
Metakognitiv xabardorlik ko'rsatgichlarining ta'lim shakliga bog'liqligi.....	195
Ermatova Robiya Bekjonali qizi	
The Integration of Artificial Intelligence Technologies in Esp Instruction: Enhancing Professional Communicative Competence in Higher Education.....	199
Ismailova Shaira Ferdausovna	
Intercultural Communicative Competence in English Language Teaching: Preparing Global Learners	204
Maqsudova Gulnoz Olimovna	
Teaching Reading Through Multimodal Texts: Enhancing Comprehension and Engagement in EFL Classrooms.....	208
Norboyeva Shahnoza Jo'rabek qizi	
Digital Technologies and Cognitive Competence Development in English Language Teaching.....	212
Sharipova Muhabbat Erkinovna	
Raqamli ta'lim muhitida sun'iy intellektga asoslangan elektron o'quv resurslarini loyihalashning konseptual-pedagogik asoslari va didaktik muammolar tahlili.....	216
Shirinov Feruzjon Shuxratovich, Raxmonov Ziyodillo Xusanovich	
Boshlang'ich ta'limda timss mezonlari: kontekstli muammolarga yondashuv	222
Yo'ldoshev Farhodjon Baxtiyor o'g'li	
O'qituvchilarning qadriyatlari va stressga barqarorlik o'rtasidagi o'zaro bog'liqlikning psixologik tahlili	227
Yuldashova Dilafuz Shavkatovna	
Bo'lajak o'qituvchilarning kasbiy kompetensiyasini shakllantirish pedagogik muammo sifatida	229
Safarova Madina Azamat qizi	
Социально-психологические особенности отношения студентов к использованию искусственного интеллекта chatgpt в образовательной деятельности.....	233
Аскарова Гулрух Оринбасаровна	
Диалог культур в произведениях русскоязычных писателей Узбекистана XXI века	239
Чернова Татьяна Алексеевна, Отакулов Фолиб	
Русский язык как пространство межкультурной коммуникации в литературе Узбекистана	242
Чернова Татьяна Алексеевна, Имамов Жавлонбек, Абдурахмонов Элбек	



O'QITUVCHILARNING QADRIYATLARI VA STRESSGA BARQARORLIK O'RTASIDAGI O'ZARO BOG'LIQLIKNING PSIXOLOGIK TAHLILI

Yuldashova Dilafuz Shavkatovna

O'zMPU "Amaliy psixologiya" kafedrası p.f.b.f.d (PhD), dotsent v.b.

Annotatsiya: Mazkur maqola ta'lim jarayonida pedagoglarning shaxsiy va professional qadriyatları, ularning ishlash uslublari, o'quvchilarga bo'lgan yondashuvi va ta'limda muvaffaqiyatlarga erishish uchun zarur bo'lgan motivatsiya darajasi bevosita stressga barqarorlikka ta'sir qiladi. O'qituvchining stressni boshqarish qobiliyati uning professional faolligi va ta'lim sifatiga ta'sir ko'rsatadi, shuning uchun bu masala nafaqat o'qituvchilarning, balki butun ta'lim tizimining samarali ishlashida muhim ahamiyatga ega.

Kalit so'zlar: Pedagoglarning shaxsiy va professional qadriyatları, ta'limda muvaffaqiyatlarga erishish, stressni boshqarish, stressning ta'lim sifatiga ta'siri, faollik.

Abstract: This article examines how teachers' personal and professional values, their working styles, their approach to students, and the level of motivation required for educational success directly affect their resilience to stress in the teaching process. A teacher's ability to manage stress affects their professional engagement and the quality of education, so this issue is important not only for teachers but also for the effective functioning of the entire education system.

Key words: Teachers' personal and professional values, achieving success in education, stress management, the impact of stress on the quality of education, engagement.

Аннотация: В данной статье утверждается, что в образовательном процессе личные и профессиональные ценности учителей, их стиль работы, подход к ученикам и уровень мотивации, необходимый для достижения успехов в образовании, напрямую влияют на их стрессоустойчивость. Способность учителя справиться со стрессом влияет на его профессиональную вовлеченность и качество образования, поэтому этот вопрос имеет решающее значение не только для учителей, но и для эффективного функционирования всей системы образования.

Ключевые слова: Личные и профессиональные ценности учителей, достижение успехов в образовании, управление стрессом, влияние стресса на качество образования и вовлеченность.

KIRISH

Bugungi kunda Prezidentimiz tomonidan ta'lim tizimini modernizatsiya qilish va o'qituvchilarning professional sifatlarini oshirishga qaratilgan turli tashabbuslar va dasturlar amalga oshirilmoqda. O'zbekistonning ta'lim sohasida olib borilayotgan islohotlar doirasida o'qituvchilarni malakasini oshirish, ularning psixologik va emosional holatini yaxshilash, stressni boshqarish va unga qarshi kurashish masalalariga alohida e'tibor qaratilmoqda. Bu islohotlar Prezidentimizning ta'lim tizimining rivojlanishiga bo'lgan alohida yondashuvi, o'qituvchilarning qadriyatlarini shakllantirish va ularga stressga barqarorlikni oshirishga yordam berishga qaratilgan. O'zbekiston Respublikasi Prezidentining "Oliy ta'lim muassasalarining rahbar va pedagog kadrlarini qayta tayyorlash va malakasini oshirish tizimini yanada takomillashtirish chora-tadbirlari to'g'risida"gi 2015-yil 12-iyundagi № 4732-sonli Farmoni. Ushbu Farmonda oliy o'quv yurtlari professor-o'qituvchilarining kasb darajasi va malakasini muttasil oshirib borish, ularni zamonaviy talablar muvofiq muntazam qayta tayyorlashning takomillashtirilgan tizimini joriy etish asosida yuqori malakali mutaxassislar tayyorlash sifatini tubdan oshirish maqsadida: quyidagilar oliy ta'lim muassasalarining rahbar va pedagog kadrlarini qayta tayyorlash va malakasini oshirish tizimini yanada takomillashtirishning muhim yo'nalishlari deb belgilab qo'yildi.

Hozirgi kunda Prezidentimiz tomonidan ta'lim tizimini modernizatsiya qilish va o'qituvchilarning professional sifatlarini oshirishga qaratilgan turli tashabbuslar va dasturlar amalga oshirilmoqda. O'zbekistonning ta'lim sohasida olib borilayotgan islohotlar doirasida o'qituvchilarni malakasini oshirish, ularning psixologik va emosional holatini yaxshilash, stressni boshqarish va unga qarshi kurashish masalalariga alohida e'tibor qaratilmoqda. Bu islohotlar Prezidentimizning ta'lim tizimining rivojlanishiga bo'lgan alohida yondashuvi, o'qituvchilarning qadriyatlarini shakllantirish va ularga stressga barqarorlikni oshirishga yordam berishga qaratilgan.

O'zbekiston Respublikasi Prezidentining "Oliy ta'lim muassasalarining rahbar va pedagog kadrlarini qayta tayyorlash va malakasini oshirish tizimini yanada takomillashtirish chora-tadbirlari to'g'risida"gi 2015-yil 12-iyundagi № 4732-sonli Farmoni. Ushbu Farmonda oliy o'quv yurtlari professor-o'qituvchilarining kasb darajasi va malakasini muttasil oshirib borish, ularni zamonaviy talablarga muvofiq muntazam qayta tayyorlashning takomillashtirilgan tizimini joriy etish asosida yuqori malakali mutaxassislar tayyorlash sifatini tubdan oshirish maqsadida: oliy ta'lim muassasalarining rahbar va pedagog kadrlarini qayta tayyorlash va malakasini oshirish tizimini yanada takomillashtirishning muhim yo'nalishlari deb belgilab qo'yildi.

MAVZUGA OID ADABIYOTLAR SHARHI

Stress muammosi psixologiya fanida xorijiy, rus hamda o'zbek olimlari tomonidan turli yo'nalishlarda tadqiq etilgan. Xorijiy psixologlardan G.Selye stressning biologik va psixofiziologik asoslarini ishlab chiqqan bo'lsa, R.Lazarus va S.Folkman stressni kognitiv baholash hamda koping strategiyalari orqali izohlab berganlar. Shuningdek, D.Richardson, F.Milman, Dj.V.Rotter, R.Mak-Kray va Dj.D.Parker kabi tadqiqotchilar shaxsning individual-psixologik xususiyatlari, stressga moslashuv ta'sirini ilmiy jihatdan o'rganganlar.

TADQIQOT METODOLOGIYASI

Tadqiqotning metodologik asosini G.Selyening stressning umumiy adaptatsion sindromi nazariyasi, R.Lazarus va S.Folkmaning stressni kognitiv baholash hamda koping strategiyalari konsepsiyasi, V.Myasishevning shaxs munosabatlari konsepsiyasi, M.Seligmaning optimizm va "o'rganilgan nochorlik" nazariyasi xizmat qilgan.

TAHLIL VA NATIJALAR

Hech bir shaxs hayoti, shuningdek hech bir pedagogning hayoti o'zi istaganidek tekis va ravon kechmaydi. Shunday ekan, pedagogik faoliyat davrida o'quv va hayot faoliyati bilan bog'liq holda o'ziga xos bo'lgan, "yengib bo'lmas (yoki shaxs shunday deb Xqabul qiladigan)" qiyinchiliklar, muammolar ham mavjud bo'ladi, albatta. Bunday holatlarning doimiy ravishda yuz berishi, takrorlanib turishi yoki uzoq vaqt mobaynida davom etishi talabalarning stressga tushishiga sabab bo'lishi borasidagi mulohazalar keltirib o'tildi. Tadqiqot ishi aynan pedagogdagi kasbiy stress xususiyatlari bilan bog'liq bo'lganligi bois unda pedagoglar o'rtasida muayyan tajriba, empirik tadqiqotlar o'tkazilishi ko'zda tutiladi.

Stress va stressga barqarorlik masalalarini tadqiq etish yuzasidan olib borilgan tadqiqotlar ikki asosiy natijaga erishuviga sabab bo'lgan: birinchidan insonning stressga barqarorlik ko'rsatkichlarini, ya'ni yuqori, o'rta va past ko'rsatkichlarni aniqlash imkonini beruvchi testologik instrumentlar ishlab chiqilgan; ikkinchidan, shaxsning har qanday faoliyati uning stressga barqarorligi bilan bevosita yoki bilvosita bog'liq ekanligi asoslab berilgan. Boshqacharoq aytganda, shaxsning stressga barqarorligi qanchalik yuqori bo'lsa, faoliyat samaradorligi ham shunchalik yuqori bo'ladi, aksincha, stressga barqarorlik ko'rsatkichining pastligi esa shaxsning stress vaqtida o'z energiya va zaxiralarini salbiy psixologik holatlarni bartaraf etishga sarflashi bilan belgilanadi.

XULOSA VA TAKLIFLAR

Maktab o'qituvchisining qadriyatlarini uning stressga barqarorligi darajasiga bevosita va bilvosita ta'sir ko'rsatadi. O'qituvchilik kasbi ijtimoiy, emotsional va intellektual bosimlarga boy bo'lgan, doimiy psixologik zo'riqishni talab qiladigan faoliyat turi hisoblanadi. Shunday murakkab sharoitda faoliyat yuritayotgan pedagoglar uchun ichki tayanch sifatida qadriyatlar juda muhim omil bo'lib xizmat qiladi.

Qadriyatlar – bu shaxsning hayotiy yo'nalishi, ichki e'tiqodi, maqsadi va jamiyatga bo'lgan munosabatini belgilab beruvchi asosiy psixologik tuzilmalardan biridir. Qadri insoniy sifatlar – mas'uliyat, halollik, mehr, sabr, adolat, vatanparvarlik, hurmat va o'zini qadrlash – o'qituvchi kasbiy faoliyatida namoyon bo'lsa, u stressli vaziyatlarga nisbatan bardoshlilik, muvozanat va ijobiy yo'nalishda hal qilish ko'nikmalarini shakllantira oladi.

Tadqiqot davomida aniqlanishicha, yuqori darajadagi ma'naviy qadriyatlarga ega bo'lgan o'qituvchilar o'zlarining hissiy holatini nazorat qilish, stress manbalarini aniqlash va ularga qarshi kurashishda ancha faol bo'ladi. Shuningdek, maktab muhitining o'zi, ya'ni rahbariyatning yondashuvi, o'qituvchilar o'rtasidagi hamkorlik, oilaviy muhit, moddiy ta'minot va jamiyatda o'qituvchi mavqeyining qadrlanishi kabi omillar ham stress darajasiga ta'sir ko'rsatadi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati:

1. Shavkat Miziyoyev o'qituvchi va murabbiylarga tabrigi gazeta.uz 2023.09.29
2. Ismoilova.N.Z. Yoshlarda kuzatiladigan informatsion stressni keltirib chiqaruvchi manbalar // Inter Education & Global Study. - 2025. - №2.
3. Амелина А.Н. Стресс и защита от стресса. - М.: Смарт, 2018. - 202 с.
4. Андреева Г.М. Социальная психология: учебник для высших учебных заведений. - М.: Аспект Пресс, 2001.
5. Бодров.В.А. Информационный стресс: учебное пособие для вузов. - М.: ПЕР СЭ, 2000. - 352 с.
6. Бодров.В.А. Психологический стресс: развитие и преодоление. - М.: ПЕР СЭ, 2006.

- 
- 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. №6(3)

© 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.