“FAN VA TEXNOLOGIYALARNING DOLZARB MUAMMOLARI”

MAVZUSIDAGI

XALQARO ILMIY-AMALIY ANJUMAN MATERIALLARI TO‘PLAMI

IV SHO‘BA VI QISM

Qarshi shahri, 2026-yil 8-10-oktabr



O‘ZBEKISTON RESPUBLIKASI
OLIY TA’LIM, FAN VA INNOVATSIYALAR VAZIRLIGI

IQTISODIYOT VA PEDAGOGIKA UNIVERSITETI

PANCASAKTI TEGAL UNIVERSITETI

KARABÜK UNIVERSITETI

QOZON FEDERAL UNIVERSITETI

QARSHI DAVLAT UNIVERSITETI

QARSHI DAVLAT TEXNIKA UNIVERSITETI

FAN VA TEXNOLOGIYALARNING DOLZARB MUAMMOLARI

mavzusidagi

XALQARO ILMIY-AMALIY ANJUMAN MATERIALLARI TO‘PLAMI

IV SHO‘BA (GUMANITAR FANLAR SHO‘BASI 6- QISM)

Qarshi shahri, 2026-yil 8-10-oktabr

Veb-sayt: https://conference.ipu-edu.uz/

QARSHI
“ILM-FAN-MA’NAVIYAT” NASHRIYOTI
2026

UO‘K: 001 (063)
KBK: 72я43
F 24
Fan va texnologiyalarning dolzarb muammolari.
Xalqaro ilmiy-amaliy anjuman materiallari to‘plami/
– Qarshi: «Ilm-fan-ma’naviyat» nashriyoti, 2026.

Ushbu to‘plam O‘zbekiston respublikasi oliy ta’lim, fan va innovatsiyalar vazirligi, Iqtisodiyot va pedagogika universiteti, Pancasakti tegal universiteti, Karabük universiteti, Qozon federal universiteti, Qarshi davlat universiteti hamda Qarshi davlat texnika universiteti hamkorligida “Fan va texnologiyalarning dolzarb muammolari” mavzusida 2026 yil 8-10 oktabr kunlari o‘tkazilgan xalqaro ilmiy-amaliy anjuman ma’ruzalari asosida tayyorlangan nashr hisoblanadi.

To‘plamga kiritilgan maqolalarda aniq fanlar (matematika, fizika, informatika, statistika va ma’lumotlar tahlili, amaliy matematika va matematik modellashtirish), muhandislik fanlari (axborot-kommunikatsiya texnologiyalari, neft va gaz sanoatidagi ilg‘or texnologiyalar, energetika tizimlari va energiya tejamkor texnologiyalar, konlarni o‘zlashtirish va qatlam muhandisligi, sanoat xavfsizligi, xavflarni baholash va ishonchlilik muhandisligi), tabiiy fanlar (fizika va zamonaviy fizik texnologiyalar, kimyo va kimyoviy texnologiyalar, neft-gaz sektorida atrof-muhitni muhofaza qilish va barqaror rivojlanish, biologiya, biotexnologiya va bioinformatika, neft va gaz konlarini qidirish va qatlamlarni tavsiflash), ijtimoiy-gumanitar fanlar (Iqtisodiyot va ijtimoiy-iqtisodiy rivojlanish, pedagogika va zamonaviy ta’lim texnologiyalari, psixologiya va ijtimoiy jarayonlar, falsafa, sotsiologiya va fanlararo tadqiqotlar, filologiya, lingvistika va madaniyatshunoslik) mavzularidagi masalalar qamrab olingan.

To‘plamni nashrga tayyorlovchi tahrir hay’ati tarkibi:

Bozorov O.N. - tahrir hay’ati raisi, universitet rektori;
Farmonov J.B. - rais o‘rinbosari , ilmiy ishlar va innovatsiyalar bo‘yicha prorektor;
Muminov F.SH. - a’zo, yoshlar masalalari va ma’naviy-ma’rifiy ishlar bo‘yicha birinchi prorektor;
Raxmatov E.A. - a’zo, o‘quv ishlari bo‘yicha prorektor;
Boltayev Z.B. - a’zo, IPU Samarqand kampusi o‘quv ishlari bo‘yicha prorektori
Kamolov D.P. - a’zo, “Tarix va ijtimoiy fanlar” kafedrasi professori;
Uzoqov G‘.N. - a’zo, QarDTU Ilmiy ishlar va innovatsiyalar bo‘yicha prorektori;
Bekpulatov I.R. - a’zo, QarDU Ilmiy ishlar va innovatsiyalar bo‘yicha prorektori;
Raximov X.A. - a’zo, aniq fanlar sho‘basi raisi;
Tog‘ayeva M.A. - a’zo, tabiiy fanlar sho‘basi raisi;
Bozorov J.T. - a’zo, muhandislik fanlari sho‘basi raisi;
Yo‘ldoshev J.T. - a’zo, gumanitar fanlar sho‘basi raisi;
Rahimov A.N. - a’zo, “Iqtisodiyot” kafedrasi mudiri;
Eshmatov B.E - a’zo, “Matematika” kafedrasi mudiri;
Sunatov J.T. - a’zo, “Axborot tizimlari va texnologiyalari” kafedrasi katta o‘qituvchisi;
Suropov B. - a’zo, “Axborot tizimlari va texnologiyalari” kafedrasi mudiri;
Batirov Z.L. - a’zo, “Pedagogika va o‘qitish metodikasi” kafedrasi mudiri;
Xalilov J.A. - a’zo, “Neft va gaz ishi” kafedrasi mudiri;
Xazratov A.N. - a’zo, “Neft va gaz ishi” kafedrasi dotsenti;
Fayziyeva K.A. - a’zo, “Fakultetlararo xorijiy tillar” kafedrasi mudiri;
Rahmatillayeva Sh.Z. - a’zo, “O‘zbek tili va adabiyoti” kafedrasi mudiri;
Eshonqulov R.T. - a’zo, “Xorijiy tillar” kafedrasi mudiri;
Choriyeva Z.T. - a’zo, “Maktabgacha ta’lim” kafedrasi mudiri;
Xushmanova G.I. - a’zo, “Rus tili va adabiyoti” kafedrasi mudiri;
Mamatov Z.U. - a’zo, IPU Samarqand kampusi “Iqtisodiyot va muhandislik fanlari” kafedrasi mudiri;
Usmonov F.N. - a’zo, IPU Samarqand kampusi “Psixologiya va ijtimoiy-gumanitar fanlar” kafedrasi mudiri;
Turaqulov I.R. - a’zo, IPU Samarqand kampusi “Pedagogika” kafedrasi mudiri;
Berdiev H.X. - a’zo, IPU Samarqand kampusi “O‘zbek va rus tillari” kafedrasi mudiri;
Qurbonov U.E. - a’zo, IPU Samarqand kampusi “Xorijiy tillar” kafedrasi mudiri;
Sharifov Sh.S. - a’zo, IPU Samarqand kampusi “Iqtisodiyot va kompyuter injirining” kafedrasi mudiri.

Mas’ul muharrir: t.f.f.d., dots. Farmonov J.B.
Mas’ul kotib t.f.d., prof. Komolov D.P.
Muharrirlar p.f.f.d., dots. Raximov X.A., b.f.f.d. dots. Tog‘ayeva M.A., t.f.f.d., dots. Bozorov J.T. t.f.f.d., dots. Bozorov J.T., p.f.f.d., dots.Yo‘ldoshev J.T.

To‘plamga kiritilgan materiallardagi ma’lumotlar to‘g‘riligi uchun mualliflar javobgardirlar.

Xalqaro ilmiy-amaliy anjuman materiallari to‘plami Iqtisodiyot va pedagogika universiteti Ilmiy Kengashida muhokama qilingan va chop etishga tavsiya etilgan.

ISBN 978-9910-321-13-9
© Iqtisodiyot va pedagogika universiteti, 2026 yil.
© «Ilm-fan-ma’naviyat» nashriyoti, 2026 yil.

MUNDARIJA

1	**Психолого-педагогические условия инклюзивного образования детей с ограниченными возможностями в системе школьного и семейного взаимодействия** Женисова А. С.	**5**
2	**Ролевой конфликт современного студента: учеба и работа одновременно как новая норма** Атаманский Д. Р., Алиев Р. А., Сизиков Н. А., Тютюнникова Г. В.	**10**
3	**Роль семьи в поддержке ребёнка с особыми образовательными потребностями** Адильханова И. К.	**14**
4	**Актуальные педагогические проблемы в контексте цифровой трансформации высшего образования** Турсынбеков Е. К.	**18**
5	**Социальное пространство как среда личностно-профессионального развития** Мингбоева О. А., Тошева Х. Б.	**22**
6	**Психолого-педагогические возможности подготовки будущих учителей к профориентации студентов** Нурова К. С.	**26**
7	**Олий таълим тизимини инсонийлаштириш ва инсонпарварлаштириш муаммолари** Мардонов Р. С.	**31**
8	**O‘spirinlarda huquqiy ong shakllanishida ta’sir qiluvchi psixologik omillarning o‘rni** Jurayev B.	**38**
9	**Oliy ta’lim muassasalarida psixologik xizmat ko‘rsatishning ilmiy-amaliy talqini** Beknazarova L. S.	**41**
10	**Ilm-fan taraqqiyotida ijodiy-innovatsion ta’lim samaradorligini oshirishning psixologik omillari** Beknazarova L. S.	**45**
11	**Формирование профессиональных компетенций будущих специалистов в области обеспечения безопасности жизнедеятельности** Батиров З. Л., Махмудов Ё. Э.	**49**
12	**Бўлажак мутахассисларнинг педагогик-психологик компетенцияларини шакллантириш методикаси** Батиров З. Л., Лутфуллаева З. З.	**54**
13	**Yangi O‘zbekistonda jismoniy tarbiya ta’limini raqamlashtirish: innovatsion pedagogik texnologiyalar va barqaror rivojlanish istiqbollari** Karimov D. K., Isayeva M.	**60**
14	**Ayollarning boshqaruvdagi roli va gender tafaovutlar sharoitida ayol rahbarlarning ustun jihatlari** Maxatova N. I.	**64**
15	**Boshlang‘ich sinf o‘qituvchilari kasbiy-pedagogik mahoratini rivojlantirishning psixologik xususiyatlari** Maksadova M. S.	**67**
16	**Boshlang‘ich sinf o‘quvchilarida tanqidiy fikrlashni rivojlantirishning yosh-psixologik xususiyatlari** Tosheva M. Y., Normurodova N. Sh.	**71**

17	**Digital overload and academic stress in adolescents: the protective role of adaptive coping strategies** Tosheva M. Y.	**75**
18	**Ilk o‘spirinlik davri o‘quvchilarida ijtimoiy tarmoqlarga tobelik** Ibragimova Z. O.	**80**
19	**Ilk o‘spirinlik yoshida ijtimoiy tarmoqlar orqali amalga oshiriladigan psixologik bosim va uning viktimologik aspektlari** Ibragimova Z. O.	**84**
20	**Internet addiktsiyasiga moyil o‘spirinlarda o‘z-o‘zini nazorat qilish xususiyatlari** Obloqulov J. J.	**88**
21	**O‘smirlar emotsional intellektini rivojlanishining neyropedagogik xususiyatlari** Alisherova Z. T.	**96**
22	**Professional ta’lim muassasalarida gustativ va olfaktor idrok kanallarini rivojlantirishning neyropedagogik metodikasi** Yusupova T. B.	**98**
23	**Raqamli muhitda o‘smirlarning stressga barqarorligi: ijtimoiy tarmoqlar, akademik bosim va koping strategiyalarining o‘zaro bog‘liqligi** Tosheva M. Y.	**103**
24	**Ta’lim texnologiyalari integratsiyasi va XXI asr ko‘nikmalari** Xaydarova O. K.	**106**
25	**Ta’limda akmeologik rivojlanishga erishishda rag‘batlantirish metodining o‘rni** Axmedova D. X.	**110**
26	**Talabalarda axborot ortiqchaligi va psixologik zo‘riqishning namoyon bo‘lishi** Tosheva M. Y., Azizova K. S.	**114**
27	**Umidsizlikdan umid sari - yoshlar ruhiy salomatligini qo‘llab-quvvatlash** Yaxyayeva U. Sh.	**118**
28	**Zamonaviy boshqaruv faoliyatida gender tafaovutlarning ijtimoiy-etnik xususiyatlari** Maxatova N. I.	**124**
29	**Деструктив хулқ-атворнинг когнитив-аффектив механизмлари** Урунов А. Ш.	**127**
30	**Ўз-ўзини сафарбар қилишни ривожлантиришнинг психологик технологиялари** Мустафаева Ш. Ф.	**130**
31	**O‘spirinlarda kiberxavfsiz xulq-atvorni shakllantirishda tafakkur jarayonlarining o‘rni** Husanov A. M.	**133**
32	**Bolalar iqtidorining namoyon bo‘lishi, aniqlanishi va rivojlanish omillari: psixologik-pedagogik tadqiqotlar tahlili** Toshxo‘jayeva N. R., Nishonova J. A.	**136**
33	**Bir uyda, ikki begona: hissiy uzoqlashuvdan ajrimgacha - oilaviy nizolarning sabablari va oqibatlari** Karimov F. T.	**138**
34	**Bo‘lajak o‘qituvchilarning kasbiy ish faoliyatidagi stresslarni oldini olishning psixologik-pedagogik metodlari** Boltayeva G. R.	**146**
35	**Bo‘lajak tarbiyachilarda 4K ko‘nikmalarini shakllantirishning pedagogik-psixologik asoslari**	**149**

	Abdusattarova S. N.	
36	**Bolalar adabiyotida epitetlarning psixolingvistik va pragmatik vazifalari** Axmedova D. A.	**152**
37	**Bolalarning hissiy intellektual rivojlanishi** Ergasheva M. J.	**155**
38	**Diniy qadriyatlarning o‘smirlarda ma’naviy-axloqiy sifatlar shakllanishiga psixologik ta’siri** Bekkiyeva N. R.	**157**
39	**Emotsional intellekt asosida talabalarda moslashuvchanlik ko‘nikmalarini shakllantirishning pedagogik-psixologik asoslari** Kuchkorova N. B.	**160**
40	**Harbiy xizmatchilar oilalarida ayollarning yangi ijtimoiy muhitga moslashuvida shaxsiy va oilaviy omillarning o‘zaro ta’siri** Ibragimova X. X.	**163**
41	**Kichik yoshdagi o‘quvchilarga ingliz tilini o‘rgatishda o‘yin texnologiyalarining psixologik-pedagogik jihatlari** Sunatov J. T., Navruzova Z. U.	**167**
42	**Kollaborativ ta’lim asosida bo‘lajak boshlang‘ich sinf o‘qituvchilarining yetakchilik qobiliyatlarini rivojlantirish: tajriba-sinov natijalari** Nasirdinova G. D.	**171**
43	**Kompyuter o‘yinlariga tobelikning psixologik xususiyatlari** Turopova M. S., Ashurova S. E.	**173**
44	**Kreativ fikrlash va metakognitiv ongning rivojlanish dinamikasi: yosh-psixologik tahlil** Xonzafarov O. O.	**178**
45	**Ma’naviy tushkunlikka qarshi tasavvufiy muolajalar** Ulug‘ov J. N., Mamatqulova Sh. Z.	**181**
46	**Milliy o‘zlikni anglashning ijtimoiy-psixologik determinanti** Temirov A. I.	**185**
47	**Moliyaviy xavf-xatarni qabul qilish va onlayn qimorga tobelik: psixologik determinantlarning nazariy tahlili** Fatidinova D. M.	**188**
48	**Nikoh arafasidagi yoshlarning oilaviy hayotga shaxsiy-psixologik tayyorgarligi** Turobova M. A.	**191**
49	**Noto‘liq oilalarning ijtimoiy-psixologik xususiyatlari** Turopova M. S., Jumayeva M. I.	**195**
50	**O‘quv faoliyatida talabalarning irodaviy sifatlarini shakllantirish omillari** Avezova B. X.	**200**
51	**O‘smir xulq-atvoridagi salbiy o‘zgarishlarning ijtimoiy-psixologik determinantlari** Axmatova G. X.	**204**
52	**O‘smir xulq-atvoridagi salbiy o‘zgarishlarning individual-psixologik mexanizmlari** Axmatova G. X.	**207**
53	**O‘smirlar xulq-atvorida impulsivlik va axloqiy nazoratning psixologik xususiyatlari** Axmatova G. X.	**211**
54	**O‘smirlarda emotsional beqarorlik va agressiv xulq shakllanishining psixologik mexanizmlari** Axmatova G. X.	**216**

55	**O‘smirlarda oilaviy munosabatlarda adaptatsiya va dezadaptatsiya omillari** Suleymanova X. U.	**220**
56	**O‘smirlik davrida abyuz xulq namoyon bo‘lishiga ta’sir etuvchi omillarning nazariy va amaliy tahlili** O‘skanov M. A.	**223**
57	**O‘smirlik davrida agressiv xulq-atvorning shaxs psixologik rivojlanishiga ta’siri** Eshpulatova Sh. A.	**227**
58	**O‘spirinlik davrida oilaviy baxt haqidagi tasavvurlar shakllanishining psixologik xususiyatlari** Turobova M. A., Umarova O. O.	**229**
59	**Oila dinamikasi: noto‘liq oilalarda farzand xulq-atvorining psixologik xususiyatlari** Baratova D. O.	**234**
60	**Oiladagi zo‘ravonlik tushunchasi va xususiyatlari** Sultanova N.	**236**
61	**Oilaviy munosabatlarda oila psixologiyasining ahamiyati** Ibodova Z. X.	**242**
62	**Oliy ta’lim jarayonida talabalarning subyektiv faolligini rivojlantirish** Keldiyorova M. G‘.	**245**
63	**Oliy ta’limda mustaqil rangtasvir faoliyatini o‘z-o‘zini boshqarib o‘rganish asosida tashkil etish modeli** Nurmurodova S. A.	**250**
64	**Pedagogik va psixologik yordam ko‘rsatish tartibini o‘rganish va maishiy zo‘ravonlikdan jabrlangan bolalarni reabilitatsiya qilishning avzalliklari** Sultanova N.	**254**
65	**Pedagogikada zamonaviy raqamli texnologiyalar va interaktiv usullarni qo‘llashning samaradorligi** Qoraqulova M. T.	**258**
66	**Psychological and pedagogical factors in human capital development for overcoming pre-competition anxiety among adolescent wrestlers in the context of continuous education** Sa’dullayev A. A.	**261**
67	**Raqamli ijtimoiy muhit sharoitida noto‘liq oilalardagi o‘smirlar xulq-atvorining psixologik determinantlari** Baratova D. O., Sanaqulova M. E.	**264**
68	**Ta’lim jarayonida savollarga asoslangan yondashuv orqali o‘quvchilarda mustaqil fikrlashni rivojlantirish** Magdiyeva I. Sh.	**268**
69	**Talabalarda deviant xulq-atvorning namoyon bo‘lishiga ta’sir etuvchi pedagogik-psixologik omillar** Raximova N. Sh.	**270**
70	**Talabalarda kasbiy identifikatsiya va shaxsiy rivojlanishning psixologik determinantlari** Babayeva N. A.	**273**
71	**Talabalarda mustaqil fikrlashni shakllantirishning kognitiv-psixologik xususiyatlari** Turobova M. A., Ochilova O. Z.	**278**
72	**Talabalarning o‘quv-bilish kompetensiyasini rivojlantirishda refleksiv yondashuvning ahamiyati** Raximov Sh. T.	**283**

73	**Tarbiyalanuvchilarning hissiy bilish jarayonini rivojlantirish metodikasi** Ulasheva M. Sh.	**288**
74	**To‘liq bo‘lmagan oilalarda tarbiyalanayotgan o‘smirlarning ijtimoiy-psixologik xususiyatlari** Jumayeva M. I.	**290**
75	**Verbal agressiyaning psixologik-pedagogik xususiyatlari hamda profilaktikasining ma’naviy manbalari va vositalari** Jo‘rayeva G. M.	**294**
76	**Xarakterologiya - ijtimoiy-falsafiy va psixologik tadqiqotlar usuli** Xudoyberdiyev R. Z.	**297**
77	**Yevropa Kengashida gender masalalari va odil sudlov** Kamalova X. M.	**300**
78	**Yosh xotin-qizlarda o‘quv va kasbiy stressning ijtimoiy-psixologik xususiyatlari** Amirova G. B.	**304**
79	**Zamonaviy jamiyatda inson psixologiyasi va ijtimoiy munosabatlarning o‘zaro ta’siri** Turdiqulova L. Z.	**307**
80	**Психологические особенности формирования эмпатических отношений у студентов в процессе профессиональной подготовки** Саъдуллаев А. А., Отажонова К. Р.	**310**
81	**«Қаровсиз бола» ва «қаровсиз ўсмир» тушунчаларининг тарихий моҳияти ва мазмуни** Муродова М. Х.	**317**
82	**O‘spirinlarda prokrastinatsiyaning oldini olish psixokorreksion usullarining nazariy tahlili** Islamova S. S.	**321**
83	**Zamonaviy ta’lim jarayonida talabalarning ingliz tilida gapirishdan qo‘rquvi va o‘ziga bo‘lgan ishonch: psixologik to‘siqlar va ularni bartaraf etish yo‘llari** Ergashev Q. T.	**327**
84	**Virtual ijtimoiy muhit ta’sirida talaba-yoshlarda psixologik zo‘riqishning namoyon bo‘lishi** Mustafayeva D. Q.	**329**
85	**Internet axborot muhitining o‘spirinlar xulq-atvoriga ta’sirining psixologik determinantlari** Bobirov D. B.	**334**
86	**Talabalar jamoasidagi ijtimoiy-psixologik muhitning kasbiy shakllanishga ta’siri** Ag‘ayeva D. Z.	**340**
87	**Pedagogik faoliyatga tayyorgarlik tushunchasining psixologik mazmuni va tarkibiy tuzilishi** Ag‘ayeva D. Z.	**344**
88	**Психологические механизмы влияния социальной среды на формирование уверенности в себе у футболистов юношеского возраста** Абдихоликов Б. А.	**349**
89	**Tibbiyot xodimlari kasbiy faoliyatidagi ijtimoiy-psixologik xususiyatlari** Dadaxodjayeva D. M.	**353**
90	**O‘smirlarni kasbga yo‘naltirishning ijtimoiy-psixologik jihatlari** Maxmatqulova I. Sh.	**355**
91	**Insultdan keyingi psixik o‘zgarishlar va shaxs rivojlanishiga doir Sharq va G‘arb olimlarining ilmiy qarashlari**	**359**

	Atajanova L. U.	
92	**Axborotlashgan jamiyat subyektlarining kognitiv faoliyati va virtual muhitdagi xulq-atvor transformatsiyalarini ijtimoiy-psixologik modellashtirish** Jurayeva G. M.	**361**
93	**O‘smirlarning kasb tanlashida o‘quv motivatsiyasining psixologik determinantlari** Bashirov B. A.	**365**
94	**Rahbarning emotsional intellekti va jamoa samaradorligi o‘rtasidagi psixologik bog‘lanish** Qo‘ldosheva S. Z.	**370**
95	**The impact of artificial intelligence use on university students’ critical thinking and independent decision-making** Tolipov M. O.	**375**
96	**O‘smirlarda kiberbulling tajribasi va stressni yengish strategiyalarining o‘zaro aloqasi** Tolipov M. O.	**380**
97	**Mikrosikl mashg‘ulot jarayonlarini takomillashtirishga qaratilgan metodlar (yengil atletika sport turi misolida)** Ro‘ziqulov B.B. Abdullayev M.J.	**384**
98	**Antropometrik ko‘rsatkichlar orqali kurashchilarning jismoniy rivojlanishini baholash** Bobomurodov N.Sh.	**390**
99	**Talabalarni funksional tayyorgarlik ko‘rsatkichlarini rivojlanish dinamikasi (yengil atletikachilar misolida)** Ro‘ziqulov B.B. Mo‘minov F.I.	**395**
100	**Bolalar jismoniy faolligini noan’anaviy yondashuvlar asosida tarbiyalash** Xaydarov T.B. Xalmatova N.B	**398**
101	**Kompleks pedagogik texnologiyalarni 3P-Interactive, SMART-Coach va Digital Coaching integratsiyalash metodikasi** Boltayev Z.B.	**401**
102	**Maktablarda va universitetlarda jismoniy madaniyat fanlarini o‘qitishdagi o‘zaro farqli jihatlar.** Boymuradov I.X.	**404**
103	**Yosh futbolchilarning chidamlilik sifatlarini rivojlantirish usullari** Vardiashvili I.R.	**407**
104	**Jismoniy tarbiya darslarida o‘quvchilarning jismoniy sifatlarini rivojlantirish** Xalmatova N.B.	**410**
105	**Gimnastika vositalari orqali talabalarini kasbiy ko‘nikmalarni va shaxsiy sifatlarini rivojlantirish** Quvatov E.H.	**416**
106	**Jismoniy tarbiya darslarida harakatli o‘yinlardan foydalanish samaradorligi** Saitmurodova X.Sh, Abdualimov R.U.	**419**
107	**Boshlang‘ich sinf o‘quvchilarining jismoniy rivojlantirish uchun darsdan tashqari mashg‘ulotlarida axloqiy qadriyatlarni rivojlantirishga qaratilgan “autotraining”larni foydalanish** Xalmatova N.B.	**422**
108	**Jismoniy tarbiya mashg‘ulotlari asosida 5-6 yoshli bolalarning harakat faolligini oshirish metodikasi**	**429**

	Ziyatov M.N.	
109	**Bolalarning jismoniy va nutqiy rivojlanishida badantarbiya va harakatli o‘yinlarning ahamiyati** Xalmatova N.B., Sharipov B.	**432**
110	**Yengil atletika bilan shug‘ullanuvchilarning jismoniy tayyorgarligini tahlil qilish** Baxtiyorov M. S., Abdualimov R. U	**435**
111	**Jismoniy tarbiya darslarida harakatli o‘yinlardan foydalanish orqali 5–7-sinf o‘quvchilarining jismoniy tayyorgarlik ko‘rsatkichlarini takomillashtirish** Abdualimov R.U., Saitmurodova X. Sh.	**438**
112	**O‘yinli texnologiyalar va ularning turlari** Qo‘qonboyeva Sh. R.	**441**
113	**Oliy ta’lim muassasalarida tahsil olayotgan talabalarni gimnastika mashg‘ulotlarida jismoniy sifatlarini rivojlantirish usullari** Karimov B.B.	**444**
114	**Xalqaro voleybol qoidalari** Karimov B.B.	**447**
115	**Kurashchi qizlarga qo‘li va bo‘ynidan ushlab beldan oshirib tashlash usulini o‘rgatish uslubiyati** Turakulov I.R.	**450**
116	**Method of improving the physical fitness of students through untraditional exercises** Turakulov I.R.	**453**
117	**Xalqaro basketbol chempionatlarini o‘tkazish qoidalari** Davranov E.O.	**456**
118	**Maktabgacha ta’lim va boshlang‘ich sinflarda jismoniy tarbiya darslarini tashkil qilish parametrlarining xususiyatlari** Davranov E.O.	**459**
119	**Mobil ilovalar yordamida jismoniy madaniyat fanlarini o‘zlashtirish** Husanov G’.U.	**464**
120	**Milliy sport o‘yinlarining global madaniyatdagi o‘rni** To‘xtayev J.J.	**467**
121	**Jismoniy madaniyat fanlarini o‘rganishda xorijiy tajribalardan foydalanish** Jurayev A.X.	**469**
122	**Xalqaro gandbol sportining qoidalari** Husanov G’.U.	**473**
123	**O‘rta-maxsus ta’lim muassasalarida jismoniy madaniyat fanlarini o‘qitish strategiyalari** Jurayev A.X.	**476**
124	**Kurashchilarda asosiy jismoniy sifatlar va ularni rivojlantirish** Turakulov I.R.	**479**
125	**Jismoniy madaniyat fanlarini o‘rganish strategiyalari** Amirkulov O.I.	**484**
126	**“Sport faoliyatida psixologik tayyorgarlikni takomillashtirish: innovatsion texnologiyalar va amaliy yondashuvlar”** Sa’dullayev A. A.	**487**
127	**O‘zbek ajdodlarida jismoniy madaniyatni paydo bo‘lishi haqida ayrim fikirlar** Rasulov Z.O‘.	**490**

128	**O‘zbekistonda imkoniyati cheklangan shaxslar sportini rivojlantirishning huquqiy tizimi va uning davrlashtirilishi** Ochilov T.B.	**494**
129	**Kurashchilarning musobaqa jarayonidan so‘ng yuzaga keladigan fiziologik o‘zgarishlari** Yo‘ldosheva M.B.	**497**
130	**Malakali kurashchilarning musobaqa jarayonlarini tayyorgarlik bosqichlari asosida tashkil qilinishining ahamiyati** Yo‘ldosheva M.B.	**501**
131	**Basketbol o‘yini davomida to‘pni to‘g‘ri uzatish qoidalari** Hakimov D.Q.	**504**
132	**Dopingga qarshi kurashning xalqaro tizimi** Rajapov G‘.	**507**
133	**Yuqori malakali 400-metrga yuguruvchi xotin-qizlarning jismoniy tayyorgarligini aniqlash** Nazarov N.B.	**510**
134	**Current issues of science and technology in physical education** Yusupov A.A.	**513**
135	**Xalqaro futbol chempionatlarini tashkil etish qonun-qoidalari** Choriyev U.S.	**517**
136	**Harakatlarda namoyon bo‘ladigan tezkor-kuch qobiliyatlari: nazariy tahlil va amaliy ahamiyati** Xushvaqtov Sh.M.	**520**
137	**Futbolchilar organizmining morfofunksional xususiyatlarini hisobga olgan holda o‘quv mashg‘ulotlarini tashkil qilish** Sultonov V. M.	**523**
138	**Futbolchilarning jismoniy sifatlarini rivojlantirishni o‘ziga xos xususiyatlari** Suyunov T. N.	**529**
139	**Malakali sportchilar modelini yosh yengil atletikachilar tayyorgarligiga moslashtirish muammolari** Xalimov N. N.	**533**
140	**Sport tayyorgarligini modellashtirishning nazariy asoslari va yengil atletikada qo‘llanilishi** Xalimov N. N.	**537**
141	**O‘spirinlarda huquqiy ong shakllanishida ta`sir qiluvchi psixologik omillarning o‘rni** Jurayev B.	**542**
142	**Sociolinguistic features of uzbek–english bilingualism in the context of globalization** Tursunova M.Kh., Panjieva N. N.	**545**
143	**New transformations in the organization of environmental education of preschool children based on steam technology** Kulmaganbet A. Mankesh A.	**548**
144	**Dasturlashtirish va robototexnika nisolida uzluksiz steam ta’limini raqamli texnologiyalar va kompyuter dasturlari muhitida shakllantirish va takomillashtirish** Yunusova G. N.	**554**
145	**AI-driven management: systems, structures and procedures for human-centric organizational development** Supriya P. Suman K. D. Rama P. B.	**565**
146	**Pedagogical and psychological aspects of organizing support for academic mobility** Tokashova G. Zh.	**574**

147	**Білім беруді цифрландыру және білім беру сапасы** Саметова Ф.Т., Айтбаева Н.К.	**578**
148	**Перспективы развития автомобильной промышленности Узбекистана** Киямов А. З. Курасов В. С. Музаффаров С. А.	**582**
149	**Нравственный выбор послевоенного человека в произведениях русских писателей** Хушманова Г. И.	**588**
150	**Usmon Azim she‘riyatida lingvopoetik xususiyatlar** Norova G. M. Mirzayeva S. M.	**593**
151	**Династия аштарханидов и формирование государственности в центральной азии: исторический анализ** **Бердиев Х. А. Абдуллаева Д. Х.**	**597**
152	**Педагогика сотрудничества как основа эффективного взаимодействия между преподавателем и студентами** Рафибаева Н. И.	**601**
153	**O‘zbekcha-Inglizcha kollokatsion lug‘at maqolasida muqobil tanlash va dalilni kodlash tamoyillari** Hamdamov H. A.	**605**
154	**Non-verbal communication in the professional activities of internal affairs officers** Kenjaeva F. T.	**613**
155	**Trends in the use of artificial intelligence among accounting and auditing students in Kazakhstan** Khanatov T.	**617**
156	**O‘zbek xalq allalarining gender aspektlari: mazmun va ifoda tahlili** Husanova Sh. E.	**622**
157	**Modern methods of working with text in the development of reading literacy of younger schoolchildren** Toibazarova N. Sagatbekkyzy Zh.	**624**
158	**A new form of development of research competencies of teachers-psychologists in the context of inclusive education** Kabakova M. B. A. S. Kuatovna	**630**
159	**Adabiyot nazariyasining talabalar tanqidiy tafakkurini rivojlantirishdagi ilmiy-didaktik salohiyati** Akabirova M. B.	**635**
160	**Basic principles of forming the concept of personality in kindergarten children** Khassanova A. Zh.	**641**
161	**Development of financial literacy of children in preschool through play** Zh. Mamash	**646**
162	**Features of working with students with special educational needs in inclusive education: a comparative study of kazakhstan and finland** Zhussupbekova Z. D. A. Zhartybayeva	**652**
163	**Fizika fanini o‘qitishda sun’iy intellekt texnologiyalaridan foydalanishning metodik imkoniyatlari** A. G. Gaibov	**654**
164	**Hududiy sanoat parklarining samaradorligini oshirish va ularni boshqarishning zamonaviy iqtisodiy modellari** Utaganova X. X.	**658**
165	**Ichki ishlar xodimlarida huquqiy savodxonlik va huquqiy madaniyatni shakllantirishning psixologik aspektlari** Safarov X. J.	**665**

166	**Internet axborot muhitining o‘spirinlar xulq-atvoriga ta’sirining psixologik determinantlari** Bobirov D.B.	**670**
167	**Investigation of the flocculation performance of polyaspartamide-based flocculants for the treatment of high-turbidity water** A.Mammadova, O. Teshaev, S. Teshaev, G. Bozorov	**676**
168	**Iqtisodiyotda moliya bozorining ahamiyati** A.S.Xusrov	**681**
169	**Linguocultural Aspects Of Translating Culture-Specific Concepts: Problems And Strategies** Ibragimova N. A. Sharipova A. A. I. L. Ilyicheva	**685**
170	**Maktabgacha yoshdagi bolalarda shaxslararo faollik darajasiga ichki oilaviy muhit omillarining ta’siri** Rajabova M. Y.	**688**
171	**Markaziy Osiyoda tasavvufning shakllanishi va Xoja Ahmad Yassaviy** Eshdavlatova A. U.	**694**
172	**O‘smirlarning kasb tanlashida o‘quv motivatsiyasining psixologik determinantlari** Bashirov B. A.	**696**
173	**O‘spirinlarda prokrastinatsiyaning oldini olish psixokorreksion usullarining nazariy tahlili** Islamova S. S.	**701**
174	**Uzbek Text Normalization: A Systematic Review and Hybrid Framework for Morphologically Rich and Mixed-Script Text** Elov B. B. Sobirova N. G.	**707**
175	**Yengil atletika maxsus mashqlari orqali o‘quvchilarning jismoniy tayyorgarligini oshirishning ilmiy-pedagogik asoslari** Bahodirova F. B.	**714**
176	**Virtual ijtimoiy muhit ta’sirida talaba-yoshlarda psixologik zo‘riqishning namoyon bo‘lishi** Mustafayeva D. Q.	**718**
177	**Zamonaviy iqtisodiyotda inson kapitali va sun’iy intellekt integratsiyasi: boshqaruv usullari va strategik ustuvorliklar** Saidakbarov J.N.	**722**
178	**Алгоритмы оптимизации и ускорения больших языковых моделей** Мухамадиева К. Б.	**724**
179	**Двусторонняя межъязыковая интерференция при одновременном изучении английского и русского языков: процессы трансфера в устной и письменной речи узбекской молодёжи** Носирова П.	**728**
180	**Интеллектуальные технологии как основа объективизации и автоматизации систем оценивания** Азамов О. Р.	**736**
181	**Информационные технологии как средство повышения интереса учащихся к обучению во внеурочной деятельности** Тошева Х.Б., Мингбоева О.А.	**739**
182	**Использование чертежной графики в развитии пространственного воображения у студентов** Шагатаева З.Е., Касымханкызы Д., Жаксибекова А.К	**742**
183	**Казахстанско-Узбекские отношения: современная динамика и перспективы стратегического партнерств** Асанов С. С.	**752**
184	**Роль игр в стимулировании познавательной активности учащихся на уроках трудового обучения**	**758**

	Бобозода Х. Г.	
185	**Психолого-педагогические возможности подготовки будущих учителей к профориентации студентов** Нурова К. С.	**761**
186	**Символические границы «русскости»: современные исследовательские подходы** Муха В. Н.	**765**
187	**Социальное пространство как среда личностно-профессионального развития** Мингбоева О.А., Тошева Х.Б	**768**
188	**Психолого-педагогические условия инклюзивного образования детей с ограниченными возможностями в системе школьного и семейного взаимодействия** Женисова А. С.	**771**
189	**Ўсмирларни касбга йўналтиришнинг ижтимоий-психологик жиҳатлари** Maxmatqulova I. Sh.	**777**
190	**Қазақтың ұлттық ойындарының оқушылардың дене тәрбиесіндегі рөлі** Кекилбекова М.К., Темірбай А.М.	**781**
191	**Abdulla Qahhorning “o‘jar” hikoyasida ma’no ko‘chish usullari** Sadinova Sh. X.	**784**
192	**Xorijiy universitetlar bilan hamkorlik asosida talabalar innovatsion loyihalarini rivojlantirish mexanizmlari** Nosirova P. A.	**787**
193	**Tohir Malik asarlarida argotizmlar (“Shaytanat” asari asosida)** Abdullayeva A. A.	**799**
194	**Maktabdan universitetga o‘tish davrida mustaqil ta’lim ko‘nikmalarining yetishmasligi va uning birinchi kurs talabasining akademik natijalariga ta’siri** Umrzoqova M.	**807**
195	**Alisher Navoiyning “Mezon ul-avzon” asari bo‘yicha qilingan tadqiqotlar** Abdullayeva A. A.	**816**
196	**Mudin shaharchasining shakillanish tarixi** Ataqulova N. D.	**818**
197	**Labor market dynamics in south africa: economically active population, unemployment, and employment rate (2015–2024)** M. Eshboyeva	**820**
198	**Youth employment promotion and regional labour market development in the republic of south africa: a policy framework** M. Eshboyeva	**824**
199	**2030-yilgacha kasbiy ta’limni rivojlantirishda xorijiy dasturlarni ixtisosliklarga moslashtirishning qiyosiy-mezonli yondashuvi** Kurbonov Sh.X.	**829**
200	**2030-yilgacha texnikum va sanoat korxonalari hamkorligida dual ta’limni joriy etishning tashkiliy-boshqaruv mexanizmi** Kurbonov Sh.X.	**831**

Ilmiy-nashr

FAN VA TEXNOLOGIYALARNING DOLZARB MUAMMOLARI

Mavzusidagi

XALQARO ILMIY-AMALIY ANJUMAN MATERIALLARI TO‘PLAMI

Qarshi shahri, 2026-yil 8-10-oktabr

Muharrir: B. Musayev
Texnik muharrir: I. Tog‘ayev
Musahhih: F. Akramova
Kompyuterda sahifalovchi: K. Qudratova

Tasdiqnoma. 210934, 23.01.2024.
Terishga berildi: 11.08.2026 y.
Bosishga ruxsat etildi: 03.10.2026 y.
Ofset qog‘oz. Qog‘oz bichimi: 60x84 1/16.
“Cambria” gar. Ofset bosma.
Hisob nashriyot t.: 47,75. Shartli b. t.: 47,66.
Adadi: 20 nusxa. Buyurtma №413

«Ilm-Fan-Ma’naviyat» nashriyotida tayyorlandi.
Qarshi sh, Bunyodkor MFY Mustaqillik ko‘chasi 10/28-30-uy
“Photo Express” I. Ch. korxonasida chop etildi.
Qarshi sh, Mustaqillik ko‘chasi 22-uy
Telefon 91-466-80-32.



ISBN 978-9910-321-13-9

yasash kabi faoliyatlar orqali iqtidorni rivojlantirish samaraliroq bo‘ladi. Maktab yoshida esa mantiqiy topshiriqlar, muammoli vaziyatlar, kichik tadqiqotlar va loyihaviy ishlar muhim ahamiyat kasb etadi.

Tahlil qilingan manbalar shuni ko‘rsatadiki, bolalar iqtidori bir yoqlama emas, balki ko‘p qirrali hodisadir. Iqtidorning namoyon bo‘lishi faqat intellekt darajasi bilan belgilanmaydi, balki motivatsiya, mustaqillik, ijodkorlik, ijtimoiy muhit va pedagogik qo‘llab-quvvatlash bilan chambarchas bog‘liq. Tadqiqotlar iqtidorni aniqlashda kompleks yondashuv zarurligini tasdiqlaydi: kuzatish, suhbat, test va amaliy topshiriqlar birgalikda qo‘llanilganda natija ancha ishonchli bo‘ladi. Muhokama jarayonida yana bir muhim jihat aniqlanadi: iqtidorli bola ham oddiy bola kabi emotsional qo‘llab-quvvatlashga muhtoj. Unga doimiy yuqori talab qo‘yish yoki tengdoshlar bilan qiyoslash ijobiy natija bermaydi. Aksincha, bolaning qiziqishi va ehtiyojiga mos vazifalar, rag‘batlantirish va erkin ijod qilish imkoniyati uning salohiyatini to‘liq ochishga yordam beradi. Shu sababli pedagogik amaliyotda individual yondashuvni kuchaytirish, oila va ta’lim tashkiloti hamkorligini yo‘lga qo‘yish hamda iqtidorli bolalar uchun rivojlantiruvchi muhit yaratish zarur.

XULOSA

Yuqoridagi tahlillar shuni ko‘rsatadiki, bolalar iqtidori murakkab, ko‘p qirrali va dinamik hodisadir. Uning rivojlanishi tug‘ma imkoniyatlar, ijtimoiy muhit va faoliyat tajribasining o‘zaro ta’sirida yuzaga keladi. Iqtidorli bolalarni erta aniqlash, ularga individual yondashuvni tashkil etish va rivojlantiruvchi muhit yaratish ta’lim tizimining muhim vazifalaridan biridir. Shu bois kelajak tadqiqotlarida diagnostika mezonlarini yanada takomillashtirish, pedagoglar malakasini oshirish va oila-ta’lim muassasasi hamkorligini kuchaytirish muhim ahamiyatga ega.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR:

1. Nishonova Z.T. Iqtidorli bolalar psixologiyasi. –T.: O‘zbekiston Faylasuflari milliy jamiyati nashriyoti, 2014.
2. Davletshin M.G. Qobiliyat va iqtidor psixologiyasi. –T.: TDPU, 2002.
3. G‘oziyev E.G‘. Umumiy psixologiya (1-2 kitoblar). –T.: O‘zbekiston faylasuflari milliy jamiyati, 2010.
4. Shodmonova Sh.S. Iqtidorli va qobiliyatli bolalar bilan ishlashning pedagogik tizimi. –T.: Fan va texnologiya, 2020.
5. Yusupova F.I. Maktabgacha yoshdagi bolalarda iqtidor belgilarini aniqlash va rivojlantirishning pedagogik shart-sharoitlari // «Pedagogik ta’lim» ilmiy-amaliy jurnali, 2018. 3-son.

BIR UYDA, IKKI BEGONA: HISSIY UZOQLASHUVDAN AJRIMGACHA - OILAVIY NIZOLARNING SABABLARI VA OQIBATLARI

Karimov Farxod Toshtemirovich

f.karimov8282@gmail.com

Alisher Navoiy nomidagi Toshkent davlat o‘zbek tili va adabiyoti universiteti

“Psixologiya va sotsiologiya” kafedrasi katta o‘qituvchisi

Annotatsiya. *Mazkur maqolada zamonaviy oilalarda yuzaga kelayotgan nizolarning tashqi ko‘rinishidan ko‘ra, ularning ichki - psixologik va ijtimoiy mexanizmlariga e’tibor qaratiladi. Xususan, er-xotin o‘rtasidagi muloqotning kamayishi, hissiy begonalashuv, o‘zaro ishonchning susayishi, iqtisodiy va maishiy muammolar, qarindoshlarning oilaviy hayotga ortiqcha aralashuvi, gender rollari borasidagi kelishmovchiliklar, xiyonat, zo‘ravonlik hamda farzand tarbiyasiga oid qarashlarning turlicha bo‘lishi oilaviy nizolarning muhim omillari sifatida tahlil qilinadi. Maqolada O‘zbekiston Respublikasida nikohdan ajralish bo‘yicha rasmiy statistik ma’lumotlar, xorijiy va mahalliy tadqiqotchilarning qarashlari hamda oilaviy munosabatlarni tushuntiruvchi psixologik nazariyalardan foydalanilgan. John Gottman, John Bowlby, Murray Bowen, Salvador Minuchin,*

Frank Fincham va Steven Beach kabi olimlarning ilmiy qarashlari asosida oiladagi nizoning oddiy kelishmovchilikdan hissiy uzilish va ajralishgacha bo‘lgan bosqichlari ko‘rsatib beriladi. Shuningdek, ajrimning nafaqat er-xotin, balki farzandlar, qarindoshlik tizimi va jamiyatga ta’siri muhokama qilinadi. Tadqiqot natijasida oilaviy nizolarni faqat “ajrashish yoki ajrashmaslik” masalasi sifatida emas, balki oiladagi hissiy aloqalar, muloqot madaniyati va ijtimoiy qo‘llab-quvvatlash tizimi bilan bog‘liq murakkab jarayon sifatida ko‘rish zarurligi asoslanadi.

Kalit so‘zlar: *oila, oilaviy nizo, hissiy uzoqlashuv, nikoh, ajrim, er-xotin munosabatlari, oilaviy muloqot, psixologik moslashuv, farzand, oilaviy qadriyatlar.*

Аннотация. *В данной статье основное внимание уделяется не внешним проявлениям конфликтов, возникающих в современных семьях, а их внутренним — психологическим и социальным механизмам. В частности, анализируются такие важные факторы семейных конфликтов, как сокращение общения между супругами, эмоциональное отчуждение, снижение взаимного доверия, экономические и бытовые проблемы, чрезмерное вмешательство родственников в семейную жизнь, разногласия относительно гендерных ролей, супружеская неверность, насилие, а также различия во взглядах на воспитание детей. В статье используются официальные статистические данные Республики Узбекистан о расторжении браков, взгляды зарубежных и отечественных исследователей, а также психологические теории, объясняющие особенности семейных отношений. На основе научных взглядов таких учёных, как Джон Готтман, Джон Боулби, Мюррей Боуэн, Сальвадор Минухин, Фрэнк Финчам и Стивен Бич, рассматриваются этапы развития семейного конфликта — от обычных разногласий до эмоционального разрыва и развода. Кроме того, обсуждается влияние развода не только на супругов, но и на детей, систему родственных отношений и общество в целом. В результате исследования обосновывается необходимость рассматривать семейные конфликты не только как вопрос «разводиться или не разводиться», но и как сложный процесс, связанный с эмоциональными связями в семье, культурой общения и системой социальной поддержки.*

Ключевые слова: *семья, семейный конфликт, эмоциональное отчуждение, брак, развод, супружеские отношения, семейное общение, психологическая адаптация, ребёнок, семейные ценности.*

Abstract. *This article focuses on the internal psychological and social mechanisms underlying conflicts in modern families rather than merely examining their external manifestations. In particular, the study analyzes reduced communication between spouses, emotional alienation, weakening mutual trust, economic and domestic problems, excessive interference of relatives in family life, disagreements regarding gender roles, infidelity, violence, and differences in approaches to child-rearing as significant factors contributing to family conflicts. The article draws upon official statistical data on divorce in the Republic of Uzbekistan, the views of foreign and local researchers, as well as psychological theories explaining marital and family relationships. Based on the scientific perspectives of researchers such as John Gottman, John Bowlby, Murray Bowen, Salvador Minuchin, Frank Fincham, and Steven Beach, the stages of family conflict—from ordinary disagreements to emotional separation and divorce—are examined. The article also discusses the consequences of divorce not only for spouses but also for children, the kinship system, and society as a whole. The study substantiates the need to view family conflicts not merely as a matter of “divorcing or staying together,” but as a complex process associated with emotional bonds within the family, communication culture, and systems of social support.*

Keywords: *family, family conflict, emotional distancing, marriage, divorce, marital relationships, family communication, psychological adjustment, children, family values.*

KIRISH:

Oila inson hayotidagi eng qadimiy va eng muhim ijtimoiy institutlardan biridir. Insonning shaxs sifatida shakllanishi, hissiy ehtiyojlarining qondirilishi, ijtimoiy qadriyatlarni o‘zlashtirishi va kelajak avlod tarbiyasi ko‘p jihatdan oiladagi munosabatlarning sifatiga bog‘liq. Shu sababli oilaning

mustahkamligi faqat ikki kishining shaxsiy masalasi emas, balki jamiyatning ijtimoiy barqarorligi bilan bog‘liq hodisadir.

Biroq oilaviy hayot har doim ham o‘zaro mehr, tushunish va hamjihatlikdan iborat bo‘lavermaydi. Dastlab arzimas ko‘ringan kelishmovchiliklar vaqt o‘tishi bilan takrorlanuvchi nizolarga, nizolar esa hissiy uzoqlashuvga olib kelishi mumkin. Eng murakkab jihati shundaki, er-xotin bir uyda, hatto bir xonadonda yashayotgan bo‘lsa ham, bir-biridan ruhiy jihatdan uzoqlashib borishi mumkin.

Shunday holatda oilaning tashqi shakli saqlanib qoladi, ammo uning ichki mazmuni zaiflashadi. Bir dasturxon atrofida ovqatlanish, bir uyda yashash, farzandlarni birgalikda tarbiyalash kabi tashqi belgilar mavjud bo‘lsa-da, o‘zaro suhbat, hissiy qo‘llab-quvvatlash, ishonch va samimiylik kamayadi. Natijada “bir uyda ikki begona” holati vujudga keladi.

Oilaviy nizo va ajrim masalasi O‘zbekiston uchun ham dolzarb ijtimoiy muammolardan biridir. O‘zbekiston Milliy statistika qo‘mitasi ma’lumotlariga ko‘ra, 2010-yilda mamlakatda 17 794 ta nikohdan ajralish qayd etilgan bo‘lsa, 2021-yilda bu ko‘rsatkich 39 349 taga, 2022-yilda 48 733 taga, 2023-yilda 49 198 taga yetgan. 2024-yilda 45 135 ta, 2025-yilda esa 46 914 ta ajrim qayd etilgan [1].

Mazkur raqamlarning o‘zi oilalarning nima sababdan buzilayotganini tushuntirib bermaydi. Statistik raqam — natijani ko‘rsatadi, ammo uning ortida turgan psixologik jarayonni ko‘rsatmaydi. Masalan, nikohdan ajralish hujjatlarda bir kunda qayd etilishi mumkin, ammo unga olib kelgan hissiy uzoqlashuv ko‘pincha oylar yoki yillar davomida shakllanadi.

Shu nuqtai nazardan, mazkur maqolada oilaviy ajrimning yakuniy bosqichidan ko‘ra, unga olib boruvchi yo‘lga e’tibor qaratiladi: **kelishmovchilik → takroriy nizo → muloqotning buzilishi → hissiy uzoqlashuv → o‘zaro begonalashuv → oilaviy inqiroz → ajrim.**

TADQIQOT METODOLOGIYASI VA USULLARI

Mazkur tadqiqot nazariy-tahliliy xarakterga ega bo‘lib, unda oilaviy nizolarni o‘rganishga doir psixologik va sotsiologik yondashuvlardan foydalanildi.

Tadqiqotning metodologik asosini quyidagi yondashuvlar tashkil etadi:

1. **Tizimli yondashuv** — oilani o‘zaro bog‘langan shaxslar tizimi sifatida o‘rganish;
2. **Psixologik yondashuv** — er-xotin o‘rtasidagi hissiy bog‘liqlik, muloqot va konfliktlarni tahlil qilish;
3. **Sotsiologik yondashuv** — oilaviy nizolarning iqtisodiy, ijtimoiy va madaniy omillarini o‘rganish;
4. **Qiyosiy tahlil** — turli olimlarning oilaviy munosabatlarga oid qarashlarini solishtirish;
5. **Statistik tahlil** — O‘zbekistonda nikoh va ajrimlar bo‘yicha rasmiy ma’lumotlarni tahlil qilish;
6. **Tizimli-kontent tahlil** — ilmiy adabiyotlarda oilaviy nizolarning sabablari va oqibatlariga berilgan izohlarni umumlashtirish.

Oilaviy munosabatlarni tizim sifatida ko‘rish Murray Bowen va Salvador Minuchin kabi olimlarning yondashuvlarida muhim o‘rin tutadi. Bowen oiladagi bir shaxsning hissiy holati boshqa oila a’zolarining holatiga ta’sir qilishini ta’kidlagan bo‘lsa, Minuchin oilani o‘zaro munosabatlar va chegaralar mavjud bo‘lgan tizim sifatida ko‘rib chiqqan [2; 3].

John Bowlbyning bog‘lanish nazariyasi esa insonning yaqin munosabatlarda xavfsizlik, yaqinlik va emotsional tayanchga bo‘lgan ehtiyojini tushuntirishga yordam beradi [4]. Mazkur yondashuv er-xotin munosabatlarida ham o‘zaro hissiy mavjudlikning ahamiyatini tushunishga imkon beradi.

NATIJALAR

1. Oilaviy nizo birdaniga paydo bo‘lmaydi

Oilaviy nizo ko‘pincha bir martalik voqea emas, balki bir-biriga bog‘liq bo‘lgan ko‘plab omillarning yig‘indisidir.

Oilada dastlab kichik kelishmovchilik paydo bo‘ladi. Masalan, uy yumushlarini taqsimlash, pul sarflash, qarindoshlar bilan munosabat, farzand tarbiyasi yoki bo‘sh vaqtni qanday o‘tkazish masalasidagi fikrlar farqi janjalga sabab bo‘lishi mumkin.

Agar tomonlar muammoni konstruktiv tarzda muhokama qilsalar, nizo munosabatlarni buzmasdan hal qilinishi mumkin. Aksincha, muammo muhokama qilinmasa, aybni bir-biriga yuklash odat tusiga kirsa, nizo takrorlanadi.

Shu sababli oilaviy nizoni faqat “janjal” bilan tenglashtirish noto‘g‘ri. Ba’zan eng xavfli nizo — ovoz baland ko‘tariladigan nizo emas, balki **gaplashish to‘xtab qolgan nizo**dir.

Er-xotin bir-biriga baqirmasligi mumkin. Ular hatto bir-birini hurmat qilayotgandek ko‘rinishi ham mumkin. Ammo suhbatlar faqat “bolani olib kel”, “ovqat tayyor”, “pul kerak” kabi maishiy buyruq va xabarlardan iborat bo‘lib qolsa, munosabatlarning hissiy qismi zaiflashadi.

Demak, oilaviy nizoning muhim belgilaridan biri — **muloqotning mazmunan qisqarishi**.

2. Hissiy uzoqlashuv - ajrimdan oldingi ko‘rinmas bosqich

Hissiy uzoqlashuv - er-xotinning bir uyda yashagan holda ham bir-birining ichki dunyosiga qiziqmay qo‘yishi, hissiyotlarini bo‘lishmasligi va o‘zaro psixologik tayanch sifatida bir-biridan foydalanmasligidir.

Bunday vaziyatda insonning ichki savoli o‘zgaradi:

“U meni tushunadimi?” degan savol asta-sekin “Unga aytishdan nima foyda?” degan fikrga aylanadi.

Bu juda muhim psixologik burilishdir.

Chunki munosabatlarda muammo bo‘lishining o‘zi doimo ajrimga olib kelmaydi. Muammoni birgalikda hal qilishga bo‘lgan istakning yo‘qolishi esa munosabatlarni yanada zaiflashtiradi.

John Gottman va uning hamkasblarining ko‘p yillik tadqiqotlarida er-xotin nizolaridagi muloqot uslublari oilaviy barqarorlik bilan bog‘liqligi ko‘rsatilgan. Gottman tadqiqotlarida tanqid, himoyalanish, mensimaslik va muloqotdan butunlay chekinish kabi xatti-harakatlar munosabatlar uchun xavfli konflikt shakllari sifatida o‘rganilgan [5].

Ayniqsa, sherikni mensimaslik munosabatlarning hissiy poydevorini yemiradi. Chunki tanqid “sen noto‘g‘ri ish qilding” degan mazmunga ega bo‘lsa, mensimaslik “sen o‘zing yomon odamsan” degan shaxsiyatga qaratilgan signalga aylanishi mumkin.

Shu sababli oiladagi nizoda muammo va shaxsni bir-biridan ajratish muhimdir.

3. Oilaviy nizolarning asosiy sabablari

Tahlillar asosida oilaviy nizolarning sabablarini bir necha guruhga ajratish mumkin.

3.1. Muloqot yetishmasligi

Muloqot oilaviy munosabatlarning asosiy mexanizmlaridan biridir. Er-xotin bir-birining ehtiyojlarini, xavotirlarini va kutishlarini bilmasa, noto‘g‘ri talqinlar ko‘payadi.

Masalan, erning ishdan charchab kelib, suhbatlashmasligi ayol tomonidan “u menga qiziqmaydi” deb qabul qilinishi mumkin. Aksincha, ayolning sukut saqlashi er tomonidan “u mendan norozi” tarzida tushunilishi mumkin.

Shu tariqa fakt va uning talqini o‘rtasida farq paydo bo‘ladi.

3.2. Iqtisodiy va maishiy muammolar

Oilaviy byudjet, uy-joy, kredit, ishning yo‘qligi, daromadlarning yetarli emasligi va kundalik xarajatlar oiladagi stressni oshirishi mumkin.

Bunday sharoitda iqtisodiy muammo ko‘pincha bevosita psixologik muammoga aylanadi. Pulning o‘zi haqida boshlangan bahs vaqt o‘tishi bilan “sen oilaga yetarlicha e’tibor bermaysan” yoki “sen meni tushunmaysan” kabi shaxsiy ayblovlarga aylanib ketishi mumkin.

Shu sababli oiladagi iqtisodiy muammoni faqat moliyaviy masala sifatida emas, balki hissiy va kommunikativ omil sifatida ham ko‘rish zarur.

3.3. Qarindoshlarning oilaviy hayotga ortiqcha aralashuvi

Oila ikki insonning nikohidan iborat bo‘lsa-da, amalda ko‘pincha ikki katta qarindoshlik tizimi ham unga ta’sir ko‘rsatadi.

Qaynona-kelin munosabatlari, qaynota-qayni, opa-singil yoki aka-ukalarning oilaviy masalalarga haddan tashqari aralashuvi er-xotin o‘rtasidagi chegaralarni zaiflashtirishi mumkin.

Bu holatda asosiy muammo ko‘pincha “kim haq?” degan savolga borib taqaladi. Aslida esa muhimroq savol: **“Er-xotin muammoni o‘zaro hal qilish imkoniga egami?”**

3.4. Oilaviy rollarning noto‘g‘ri taqsimlanishi

Zamonaviy oilada er va ayolning iqtisodiy hamda ijtimoiy rollari o‘zgarib bormoqda. Ayolning ishlashi, erkakning uy yumushlarida ishtiroki, farzand tarbiyasidagi mas’uliyatni bo‘lishish kabi masalalar yangi kelishuvlarni talab qiladi.

Agar nikohdan oldingi kutishlar va nikohdan keyingi real hayot o‘rtasida katta farq yuzaga kelsa, norozilik paydo bo‘lishi mumkin.

3.5. Ishonchning buzilishi

Ishonch oilaviy munosabatlarning eng muhim resurslaridan biridir. Yolg‘on, xiyonat, moliyaviy sirlarni yashirish yoki muhim qarorlarni sherikdan yashirin qabul qilish ishonchni zaiflashtiradi.

Ishonch buzilgandan keyin oddiy voqealar ham shubha uyg‘otishi mumkin. Natijada munosabatlarda “tekshirish — izohlash — oqlanish” sikli yuzaga keladi.

3.6. Zo‘ravonlik

Oiladagi zo‘ravonlikni oddiy “er-xotin janjali” sifatida talqin qilish mumkin emas. Jismoniy, ruhiy, iqtisodiy yoki boshqa ko‘rinishdagi zo‘ravonlik insonning xavfsizligi va farovonligiga tahdid soladigan jiddiy muammodir.

Jahon sog‘liqni saqlash tashkiloti ma’lumotlariga ko‘ra, yaqin sherik tomonidan sodir etiladigan zo‘ravonlik ayollarning ruhiy salomatligiga jiddiy ta’sir ko‘rsatishi, depressiya va xavotir kabi muammolar xavfini oshirishi mumkin [6].

Shuning uchun oilani saqlab qolish masalasi insonning xavfsizligidan ustun qo‘yilmasligi kerak.

4. O‘zbekistonda ajrimlar dinamikasi: statistika nimani ko‘rsatadi?

O‘zbekiston Milliy statistika qo‘mitasi ma’lumotlari oilaviy ajrimlar masalasining miqyosini tushunish imkonini beradi.

Yil	Ajrimlar soni
2010	17 794
2015	29 647
2020	28 233
2021	39 349
2022	48 733
2023	49 198
2024	45 135
2025	46 914

Manba: O‘zbekiston Respublikasi Milliy statistika qo‘mitasi, SIAT ma’lumotlari [1].

Ushbu raqamlar bir nechta muhim xulosalarni beradi. Birinchidan, ajrimlar soni 2010-yilga nisbatan 2025-yilda sezilarli darajada yuqori bo‘lgan. Ikkinchidan, 2022–2023-yillarda ajrimlar soni 48–49 ming atrofida bo‘lgan bo‘lsa, 2024-yilda 45 135 taga kamaygan, 2025-yilda esa 46 914 taga yetgan.

Biroq bu raqamlarni “har bir ajrimning sababi bir xil” tarzida talqin qilish mumkin emas. Statistika ajrim faktini qayd etadi, ammo har bir oilaning psixologik tarixini ochib bermaydi.

Ayniqsa e’tiborli jihat - 2024-yilda qayd etilgan ajrimlarning 48,1 foizi farzandsiz oilalarga, 28,6 foizi bir farzandli oilalarga va 23,3 foizi ikki yoki undan ortiq farzandli oilalarga to‘g‘ri kelgan [7].

Bu holat oiladagi farzandning mavjudligi o‘z-o‘zidan ajrimning oldini oluvchi omil degan qarashni ehtiyotkorlik bilan ko‘rib chiqishni talab qiladi. Farzand oilani birlashtirishi mumkin, ammo er-xotin o‘rtasidagi chuqur nizolarni avtomatik ravishda bartaraf eta olmaydi.

5. Ajrimning farzandlarga ta’siri

Oilaviy ajrimning eng muhim ijtimoiy oqibatlaridan biri uning farzandlarga ta’siridir.

Judith Seltzer nikohning buzilishi va ota-onalar alohida yashashi sharoitida farzandlarning iqtisodiy, ijtimoiy va emotsional ehtiyojlari qanday o‘zgarishini tahlil qilgan [8].

John Gottman va boshqa tadqiqotchilar ham ota-onalar o‘rtasidagi doimiy konflikt bolalarning emotsional holatiga salbiy ta’sir ko‘rsatishi mumkinligini ko‘rsatgan [9].

Bu yerda muhim bir farq mavjud: **ajrimning o‘zi va ajrim oldidan davom etgan destruktiv konflikt bir xil hodisa emas.**

Ayrim hollarda bola doimiy janjal, qo‘rqitish, haqorat yoki zo‘ravonlik mavjud bo‘lgan oilaviy muhitda yashashdan ko‘ra, xavfsiz va barqaror muhitga muhtoj bo‘lishi mumkin.

Shuning uchun “farzand uchun har qanday holatda ham birga yashash kerak” degan sodda xulosadan ko‘ra, bolaning xavfsizligi, ruhiy holati, ota-onalar bilan munosabatining davom etishi va tarbiya sharoitini kompleks baholash muhimdir.

Ajrimdan keyingi asosiy vazifa ota-ona bo‘lish rolini bekor qilish emas, balki er-xotinlik munosabati tugagan taqdirda ham ota-onalik mas’uliyatini imkon qadar sog‘lom shaklda davom ettirishdir.

6. Olimlar nazariyalarida oilaviy nizo

John Bowlby: hissiy bog‘lanish

John Bowlby tomonidan ishlab chiqilgan bog‘lanish nazariyasi insonning yaqin munosabatlarda xavfsizlik va hissiy tayanchga ehtiyojini tushuntiradi [4].

Mazkur nazariya nuqtayi nazaridan qaralganda, er-xotin o‘rtasidagi munosabat faqat huquqiy yoki iqtisodiy sheriklik emas. U hissiy xavfsizlikni ham o‘z ichiga oladi.

Agar inson turmush o‘rtog‘i yonida o‘zini eshitilmagan, qadrsiz yoki doimiy ravishda tanqid ostida his qilsa, u asta-sekin hissiy jihatdan chekinishi mumkin.

John Gottman: konfliktning “to‘rt otliq” modeli

Gottman oilaviy konfliktlarda tanqid, himoyalanish, mensimaslik va muloqotdan chekinish kabi xatti-harakatlarga alohida e’tibor bergan [5].

Uning tadqiqotlari oilaviy munosabatlarda faqat konfliktning mavjudligi emas, balki konfliktning **qanday kechishi** muhim ekanini ko‘rsatadi.

Demak, “biz hech qachon janjallashmaymiz” degan holat har doim sog‘lom munosabat belgisi emas. Ba’zan janjal qilmaslik muammoni ochiq muhokama qilishdan butunlay voz kechish bilan bog‘liq bo‘lishi mumkin.

Murray Bowen: oilaviy tizim

Bowen oilani hissiy jihatdan o‘zaro bog‘langan tizim sifatida ko‘radi [2].

Bu yondashuvga ko‘ra, bir kishining stressi yoki hissiy beqarorligi boshqalarga ham ta’sir qiladi. Masalan, erning ishdagi stressi xotinga, xotinning xavotiri farzandga, farzanddagi xulq o‘zgarishi esa yana ota-onaga ta’sir qilishi mumkin.

Natijada oilada “stress aylanishi” vujudga keladi.

Salvador Minuchin: oilaviy chegaralar

Minuchinning strukturaviy oilaviy terapiya yondashuvida oiladagi chegaralar alohida ahamiyatga ega [3].

Er-xotin tizimi bilan ota-ona va farzand tizimi o‘rtasidagi chegaralarning buzilishi oilaviy nizolarni kuchaytirishi mumkin.

Masalan, farzandni er-xotin o‘rtasidagi nizoga vositachi qilish yoki ota-onalardan birining noroziligini bolaga muntazam ravishda aytish bolaning psixologik yukini oshirishi mumkin.

7. “Bir uyda, ikki begona” holatining psixologik mexanizmi

Oilaviy munosabatlarda eng xavfli jarayonlardan biri — konfliktning yo‘qligi emas, **aloqaning yo‘qolishi**dir.

Jarayonni shartli ravishda besh bosqichga ajratish mumkin:

1-bosqich - kelishmovchilik. “Sen buni boshqacha qilishing kerak edi.”

2-bosqich - takroriy ayblash. “Sen doim shunday qilasan.”

3-bosqich - hissiy chekinish. “Endi gapirishdan foyda yo‘q.”

4-bosqich - begonalashuv. “Men o‘z muammolarimni undan boshqa odamlar bilan gaplashaman.”

5-bosqich - oilaviy uzilish. “Biz faqat hujjatda er-xotinmiz.”

Shu jihatdan ajrim ko‘pincha jarayonning boshlanishi emas, balki uzoq vaqt davom etgan munosabatlar inqirozining huquqiy yakunidir.

Bu fikr oilaviy ajrimni faqat sud yoki FHDYO jarayoni sifatida emas, balki psixologik jarayon sifatida o‘rganish zarurligini ko‘rsatadi.

MUHOKAMA

Tadqiqot natijalari shuni ko‘rsatadiki, oilaviy nizolarni faqat bitta sabab bilan tushuntirish ilmiy jihatdan yetarli emas. Ajrimga olib keluvchi omillar odatda bir-birini kuchaytiradigan tizimni hosil qiladi.

Masalan, iqtisodiy qiyinchilik o‘z-o‘zidan ajrimga sabab bo‘lmasligi mumkin. Ammo iqtisodiy bosim → stress → muloqotning kamayishi → o‘zaro ayblash → ishonchning pasayishi → hissiy uzoqlashuv zanjirini shakllantirishi mumkin.

Xuddi shuningdek, qarindoshlarning aralashuvi ham bevosita ajrimga olib kelmasligi mumkin. Ammo er-xotin o‘zaro chegaralarni belgilay olmasa, uchinchi tomonning doimiy aralashuvi juftlikning mustaqil qaror qabul qilish qobiliyatini susaytirishi mumkin.

Oilaviy nizolarni o‘rganishda yana bir muhim masala — **gender stereotiplari**dir. “Er hech qachon his-tuyg‘usini ko‘rsatmasligi kerak” yoki “ayol barcha uy ishlarini bajarishi shart” kabi qat’iy stereotiplar ayrim oilalarda rollar bo‘yicha ziddiyatlarni kuchaytirishi mumkin.

Shu sababli zamonaviy oilada vazifalarni aniq va o‘zaro kelishilgan tarzda taqsimlash, ehtiyojlarni ochiq ifodalash va qarorlarni birgalikda qabul qilish muhim.

Bundan tashqari, oilaviy nizolarning oldini olish faqat ajrimga yaqinlashgan oilalar bilan ishlashni anglatmasligi kerak. Profilaktika nikohdan oldingi davrdan boshlanishi mumkin.

Yoshlarni oilaviy hayotga tayyorlashda quyidagi mavzularni amaliy tarzda o‘rgatish maqsadga muvofiq:

- nizoni konstruktiv hal qilish;
- hissiyotlarni to‘g‘ri ifodalash;
- faol tinglash;
- moliyaviy mas’uliyat;
- oilaviy chegaralarni belgilash;
- qarindoshlar bilan munosabat;
- farzand tarbiyasidagi mas’uliyat;
- oilaviy rollarni kelishib olish;
- stressni boshqarish;
- zo‘ravonlik va sog‘lom munosabat o‘rtasidagi farqni anglash.

John Gottman tadqiqotlari ham er-xotin o‘rtasidagi barcha muammolarni yo‘q qilish emas, balki muammolar bilan qanday yashash va ularni qanday boshqarish muhimligini ko‘rsatadi [5; 10].

Demak, oilaning mustahkamligi “umuman nizosiz yashash” bilan emas, balki **nizoni insonning qadr-qimmatini buzmagan holda hal qila olish qobiliyati** bilan ham bog‘liq.

XULOSA

Oilaviy ajrimni bir kunlik qaror sifatida ko‘rish ko‘pincha uning psixologik mohiyatini yashirib qo‘yadi. Hujjatlarda ajrim bir sana bilan qayd etiladi, ammo munosabatlarning ichki buzilishi ko‘pincha ancha oldin boshlanadi.

“Bir uyda, ikki begona” holati ana shu jarayonning eng muhim belgilaridan biridir. Er-xotin jismonan birga yashab, hissiy jihatdan bir-biridan uzoqlashishi mumkin. Muloqotning kamayishi, o‘zaro ishonchning susayishi, doimiy tanqid, iqtisodiy bosim, oilaviy rollardagi kelishmovchilik, qarindoshlarning haddan tashqari aralashuvi va boshqa omillar ushbu jarayonni kuchaytirishi mumkin.

O‘zbekiston statistikasida 2025-yilda 46 914 ta nikohdan ajralish qayd etilgani oilaviy munosabatlarni ilmiy va amaliy jihatdan chuqurroq o‘rganish zarurligini ko‘rsatadi [1].

Biroq statistik raqamning ortida har bir oilaning o‘z tarixi mavjud. Shu sababli ajrimlarning oldini olishga qaratilgan ishlar faqat nikohni saqlab qolish maqsadiga emas, balki oiladagi sog‘lom muloqot, hissiy yaqinlik, o‘zaro hurmat va xavfsiz muhitni shakllantirishga qaratilishi kerak.

Tadqiqot natijasida oilaviy nizolarni quyidagi ketma-ketlikda tushunish mumkin:

kelishmovchilik → hal qilinmagan konflikt → muloqotning buzilishi → hissiy uzoqlashuv → begonalashuv → oilaviy inqiroz → ajrim.

Shu bilan birga, har bir nizo ajrim bilan yakunlanmaydi va har bir ajrimning sababi bir xil emas. Ayniqsa zo‘ravonlik mavjud bo‘lgan vaziyatlarda “oilani har qanday narxda saqlash” emas, balki insonning xavfsizligi va farzandlarning manfaatlarini ta’minlash ustuvor masala bo‘lishi kerak.

Shunday qilib, oilani mustahkamlashning eng muhim yo‘llaridan biri — ajrim sodir bo‘lgandan keyin uning oqibatlarini bartaraf etish emas, balki **ajrimga olib borishi mumkin bo‘lgan hissiy uzoqlashuv va destruktiv nizolarni imkon qadar erta aniqlash**dir.

Oila bir tom ostida yashaydigan ikki insonning yig‘indisi emas. Oila — bu o‘zaro ishonch, mas’uliyat, hissiy yaqinlik va hamkorlik orqali muntazam ravishda qayta qurib boriladigan munosabatlar tizimidir.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR

1. **O‘zbekiston Respublikasi Milliy statistika qo‘mitasi.** Nikoh va ajrimlar bo‘yicha demografik statistika. SIAT — Statistika ma’lumotlari bazasi. 2010–2025-yillar.
2. **Bowen M.** Family Therapy in Clinical Practice. — New York: Jason Aronson, 1978.
3. **Minuchin S.** Families and Family Therapy. — Cambridge, MA: Harvard University Press, 1974.
4. **Bowlby J.** Attachment and Loss. Vol. 1: Attachment. — New York: Basic Books, 1969.
5. **Gottman J.M.** The Seven Principles for Making Marriage Work. — New York: Crown Publishers, 1999.
6. **World Health Organization.** Preventing intimate partner violence improves mental health. — WHO, 2022.
7. **O‘zbekiston Respublikasi Milliy statistika qo‘mitasi.** Demographic situation in the Republic of Uzbekistan, January–December 2024. — Toshkent, 2025.
8. **Seltzer J.A.** Consequences of Marital Dissolution for Children // Annual Review of Sociology. — 1994. — Vol. 20. — P. 235–266.
9. **Gottman J.M.** Psychology and the Study of Marital Processes // Annual Review of Psychology. — 1998. — Vol. 49. — P. 169–197.
10. **Gottman J.M., Levenson R.W.** The timing of divorce: Predicting when a couple will divorce over a 14-year period // Journal of Marriage and Family. — 2000.
11. **Fincham F.D., Beach S.R.H.** Conflict in Marriage: Implications for Working with Couples // Annual Review of Psychology. — 1999. — Vol. 50. — P. 47–77.
12. **Furstenberg F.F. Jr.** Divorce and the American Family // Annual Review of Sociology. — 1990. — Vol. 16. — P. 379–403.
13. **Avloniy A.** Turkiy guliston yoxud axloq. — Toshkent: O‘qituvchi.
14. **Alisher Navoiy.** Mahbub ul-qulub. — Toshkent: Adabiyot va san’at nashriyoti.

SNOSKALAR

1. O‘zbekiston Respublikasi Milliy statistika qo‘mitasi ma’lumotlariga ko‘ra, O‘zbekistonda ajrimlar soni 2010-yildagi 17 794 tadan 2025-yilda 46 914 taga yetgan.

2. Bowen M. oilani hissiy jihatdan o‘zaro bog‘langan tizim sifatida izohlaydi. Uning yondashuvida oilaning bir a’zosidagi hissiy zo‘riqish boshqa a’zolarga ham ta’sir qilishi mumkin.

3. Minuchin S. oilaviy munosabatlarni strukturaviy tizim sifatida tahlil qilib, oiladagi chegaralar, quyi tizimlar va rollarning ahamiyatini ko‘rsatgan.

4. Bowlby J. tomonidan ishlab chiqilgan bog‘lanish nazariyasi insonning yaqin munosabatlarda xavfsizlik va hissiy tayanchga bo‘lgan ehtiyojini tushuntiradi.

5. Gottman J.M. er-xotin o‘rtasidagi konfliktlarda tanqid, himoyalanish, mensimaslik va muloqotdan chekinish kabi xatti-harakatlarni oilaviy munosabatlarning barqarorligi bilan bog‘liq holda o‘rgangan.

6. World Health Organization ma’lumotlariga ko‘ra, yaqin sherik tomonidan sodir etiladigan zo‘ravonlik ayollar ruhiy salomatligiga jiddiy ta’sir ko‘rsatishi va depressiya hamda xavotir xavfini oshirishi mumkin.

7. O‘zbekiston Milliy statistika qo‘mitasining 2024-yilgi ma’lumotlariga ko‘ra, ajrimlarning 48,1 foizi farzandsiz, 28,6 foizi bir farzandli va 23,3 foizi ikki yoki undan ortiq farzandli oilalarga to‘g‘ri kelgan.

8. Seltzer J.A. nikohning buzilishi natijasida bolalarning iqtisodiy, ijtimoiy va emotsional ehtiyojlarida yuzaga keladigan o‘zgarishlarni tahlil qilgan.

9. Gottman J.M. va boshqa tadqiqotchilar oilaviy konfliktning davomiyligi va xarakteri bolalarning psixologik holatiga ta’sir ko‘rsatishi mumkinligini o‘rgangan.

10. Gottman tadqiqotlarida oilaviy munosabatlarda muammolarning barchasini yo‘q qilishdan ko‘ra, ularni konstruktiv boshqarish va nizodan keyingi “tiklovchi” muloqotlarning mavjudligi muhimligi ta’kidlanadi.

BO‘LAJAK O‘QITUVCHILARNING KASBIY ISH FAOLIYATIDAGI STRESSLARNI OLDINI OLISHNING PSIXOLOGIK-PEDAGOGIK METODLARI

Boltayeva Gulbahor Rustamovna

Buxoro davlat pedagogika instituti o‘qituvchisi

Buxoro 200100, Piridastgir ko‘chasi, 2-uy, O‘zbekiston,

e-mail:lazizovadurdona@gmail.com

Annotatsiya: Maqolada bo‘lajak o‘qituvchilarning kasbiy faoliyatida duch keladigan stress holatlari, ularning kelib chiqish sabablari va oldini olishning psixologik-pedagogik metodlari tahlil qilingan. Talabalarda emotsional turg‘unlikni shakllantirish, o‘z-o‘zini boshqarish ko'nikmalarini rivojlantirish hamda pedagogik faoliyatga tayyorgarlik jarayonida stressga qarshi kurashish yo'llari yoritib berilgan.

Kalit so‘zlar: *bo‘lajak o‘qituvchi, kasbiy stress, psixologik-pedagogik metodlar, emotsional turg‘unlik, o‘z- o‘zini boshqarish,muloqot,shaxsiy omil, mas’uliyat, refleksiya, trening*

Аннотация В статье анализируются стрессовые состояния, возникающие в профессиональной деятельности будущих учителей, причины их возникновения и психолого-педагогические методы профилактики. Освещены пути формирования эмоциональной устойчивости у студентов, развития навыков саморегуляции и преодоления стресса в процессе подготовки к педагогической деятельности.

Ключевые слова: *будущий учитель, профессиональный стресс, психолого-педагогические методы, эмоциональная стабильность, самоорганизация, коммуникация, личностный фактор, ответственность, рефлексия, обучение*

Abstract The article analyzes the stress states encountered in the professional activities of future teachers, the causes of their occurrence, and psychological and pedagogical methods of prevention. It highlights ways to form emotional stability in students, develop self-regulation skills, and cope with stress during preparation for pedagogical activities.

Keywords: *future teacher, professional stress, psychological and pedagogical methods, emotional stability, self-management, communication, personal factor, responsibility, reflection, training*

KIRISH