

# PSIXOLOGIYADA QO'RQUV MUAMMOSINING ILMIY TADQIQ ETILISHI

**Qodirova Malikaxon Kaxramonovna, JDPU, katta o'qituvchi**

**Nasimov Doston Sobir o'g'li, JDPU, magistr**

**Annotasiya:** Maqolada qo'rquv, qo'rquvning olimlar tomonidan tahlil qilinishi, qo'rquvni keltirib chiqaruvchi holatlar, fobiya, fobiya turlari, fobiyaning inson nerv tizimiga ta'siri masalalari hamda ota-onalar, o'qituvchilar, psixologlar uchun muhim tavsiyalar keltirilgan.

**Kalit so'zlar:** qo'rquv, fobiya, stenik, astenik, affekt, hissiyot, irsiyat, o'ziga baho, nerv sistemasi, moyillik, o'z-o'zini tarbiyalash, psixologik muammolar, bola tarbiyasi, individual yondoshuv, muammo, ruhiy rivojlanish.

Insonlar ko'pincha qo'rquv holatini xavf-xatar vaqtida, ba'zan biror bir shaxs oldida, muhim ish va muhim uchrashuvlardan oldin, nizoli vaziyatlarda, ishda muvaffaqiyatsizlikka duch kelganda, jamoa oldida so'zga chiqqanda, kutilmaganda sodir bo'ladigan cho'chituvchi vaziyatlarni boshdan kechiradilar. Ko'pincha psixologik adabiyotlarda qo'rquv muammosi taniqli olimlar tomonidan keng doirada tahlil qilinib, bu borada ilmiy-nazariy ta'riflar ishlab chiqilgan. Keng tarqalgan ta'riflarga ko'ra: Qo'rquv - sub'yekt o'zining xotirjam hayot kechirishiga ziyon yetishi mumkinligi xaqida, unga taxdid solayotgan yoki taxdid solishi mumkin bo'lgan xavf-xatar xaqidagi xabarni olishi bilan paydo bo'ladigan salbiy hissiy holatdir. Kishi qo'rquv hissiyotiga berilganda muvaffaqiyatsizlikka uchrashi mumkinligini faqat ehtimoliy tarzda biladi va ushbu (ko'pincha yetarlicha ishonarli bo'lmagan) taxminga binoan harakat qiladi.

Qo'rquv hissiyoti stenik tusda ham, astenik tusda ham bo'lishi yoki ruxda astoydil tushkunlikka berilgan va xavotirlangan tarzda yoki affektiv holatga tushgan tarzda kechishi mumkin.

Qoʻrquv - odamning oʻziga yoki yaqin kishilariga taalluqli boʻlgan xaqiqiy yoki xayoliy xavf-xatarga nisbatan qaytaradigan emotsional reaksiyasidir. Qoʻrquv yuzning oqarishi, badanning titrashi va boshqa bir qancha ixtiyorsiz tovushlar, harakatlar bilan ifodalanadi. Qoʻrquv xavf-xatardan qochish yoki harakatsiz turib qolish holatida ham namoyon boʻlishi mumkin.

Qoʻrquv holati shaxsda psixik jarayonlarning normal kechishiga katta taʼsir koʻrsatadi. Bu jarayonda sezuvchanlikning oʻta oshib ketishi yoki pasayishi vaziyatning mohiyatini tushunmaslik, idrok etishning yomonlashuvi kabi holatlarni kuzatish mumkin. Qoʻrquv tafakkur jarayoniga ham taʼsir koʻrsatib, baʼzi insonlarda fikrlashning ravonlashuvi va vaziyatdan tezroq chiqib ketishga intilish bilan namoyon boʻlsa, boshqalarda, aksincha, taffakur mahsuldorligining pasayishi, nutq va harakatlarda mantiqsizlik aks etadi. Juda koʻp holatda irodaviy soha zaiflashib, inson biror qaror qabul qilishga, vaziyatni nazorat qilishga oʻzida kuch topa olmay qoladi. Qoʻrquv vaqtida koʻpincha nutq buzilib, tovushda titroq paydo boʻladi. Qoʻrquv va xavotirlik diqqat jarayoniga ham katta taʼsir koʻrsatadi. Odatda, diqqat juda tarqoqlashib, inson oʻz diqqat eʼtiborini bir yerga toʻplay olmay qoladi va baʼzan, aksincha diqqatining barqarorligi oshib, aynan bir obʼyektga tomon yoʻnaltirilganligini ham koʻrish mumkin.

A.Kempinski qoʻrquvni keltirib chiqaruvchi holatlarni 4 guruhga ajratadi: hayol uchun bevosita xavfli taʼsir koʻrsatuvchi omillar, ijtimoiy taxdidlar, faollikni shaxsan tanlash imkoniyatining mavjud emasligi hamda ijtimoiy muhit bilan oʻzaro munosabatlardagi buzilishlar. Kelib chiqish sabablariga koʻra qoʻrquvni biologik, ijtimoiy, ruhiy va dezintegratsion turlarga boʻlish mumkin.

Qoʻrquv xavf-xatardan himoyalaniishga va undan qochish yoʻllarini izlashga undovchi normal emotsional holat xisoblanadi. Hech qachon qoʻrquvni his qilmaslik mumkin emas, xolbuki qoʻrquv va xavotirlikning yoʻqligi ham psixik buzilish belgisidir. Ammo baʼzi insonlarda maʼlum bir vaziyat va holatga nisbatan noadekvat reaksiyalar bilan ifodalanuvchi yopishqoq qoʻrquvlar va fobiyalar ham uchrab turadi. Fobiyaga duchor boʻlgan inson qoʻrquvning asossiz ekanligini

tushunib yetadi, ammo qoʻrquvdan xalos boʻla olmaydi. Yopishqoq qoʻrquvlarning paydo boʻlish ehtimoli xar bir insonda mavjud. Shuning uchun ham fobiyalar yetarlicha keng tarqalgan.

Fobiya - biror vaziyat, hodisa predmetga nisbatan vujudga keladigan birmuncha turgʻun va asossiz qoʻrquvdir. Fobiya bilan aziyat chekuvchilar qoʻrquvlariga sabab boʻluvchi predmet yoki vaziyat xaqida xatto oʻylaganlarida ham ularni vahima qamrab oladi. Fobiya insonlarning normal hayot kechirishlariga tuskinlik qilib, shaxsiy, ijtimoiy va kasbiy faoliyatlariga salbiy taʼsir koʻrsatishi mumkin.

Fobiya qoʻrquvdan kuchli va turgʻun holda namoyon boʻlishi, qoʻrquv uygʻotuvchi obʻyektdan qochish istagining yuqoriligi bilan ajralib turadi.

Maʼlumotlarga qaraganda yer yuzi aholisining 10-11 % turli xil fobiyalardan aziyat chekadi. Bu holat insonda kutilmaganda va anglanmagan sababga koʻra paydo boʻlishi mumkin. Ayniqsa, bolalarda qoʻrquv va fobiyalar ularning jamiyatga, oʻrab turgan olamga moslashish jarayonlarida koʻproq uchraydi. Koʻrsatilishicha, fobiyalar fantaziyasi yaxshi rivojlangan, xavotirlanuvchan xarakterga ega boʻlgan, oʻziga ishonmaydigan, oʻziga past baho beradigan, muloqatga kirishish malakalari yaxshi shakllanmagan insonlarda koʻproq kuzatilar ekan. Bu jarayonga irsiyat hamda tarbiya ham katta taʼsir koʻrsatadi. Fobiya erkaklarga qaraganda ayollarda koʻproq uchraydi. Bu holat ayollarning hissiyotga beriluvchanliklari va koʻpincha agressiyaning obʻyektiga aylanib qolishlari bilan bogʻliqdir.

Fobiyaning juda ham koʻp turlari mavjud: odamlar biror xayvondan, xashoratdan, balandlikdan, yolgʻiz qolishdan, kasalikka chalinishdan, ochiq yoki berk boʻshliqdan qoʻrqadilar. Xatto insonlarda fobofobiya, yaʼni biror fobiyaga duchor boʻlishdan qoʻrqish kabi turi xam uchraydi. Odamlarning doimo qoʻrquv hissini koʻzgʻatuvchi vaziyatdan qochishlari fobiyaning belgisidir.

Fobiyalar vaqtida inson qoʻrquv obʻyektiga nisbagan vegetativ nerv sistemasidagi koʻzgʻalishlar natijasida 2 xil usulda javob reaksiyasini koʻrsatishi mumkin:

1 - holatda, simpatik nerv sistemasi qoʻzgʻalib, yurak urishining tezlashuvi, qon bosimining koʻtarilishi, terining qizarishi kabi belgilar kuzatilsa, 2 - holatda esa parasimpatik nerv sistemasining qoʻzgʻalishi natijasida yurak urishining sekinlashuvi, qon bosimining pasayishi, teri rangining oqarishi, sovuq ter chiqishi kabi holatlar namoyon boʻladi.

Maʼlumotlarda koʻrsatilishicha, fobiya nasldan-naslga oʻtadi. Ota-onada biror fobiya mavjud boʻlgan boʻlsa, farzandga ham shu holatga nisbatan moyillik nasliy yoʻl bilan uzatiladi, ammo bu moyillik aynan shu fobiya turiga nisbatan boʻlmasligi mumkin.

Fobiyalar inson hayoliy faoliyatining deyarli hamma jabxalarida uchrashi mumkin:

1) Insonning uyda boʻlish, xoʻjalik ishlari, shaxslararo munosabatlar va xokazolar bilan bogʻliq fobiyalar: yongʻin chiqishidan, gaz bilan zaxarlanishdan, tok zarbasidan (urishidan), suv bosib ketishidan, balandlikdan, ifloslikdan, yuvish vositalaridan, dorilardan, maishiy asboblarni portlab ketishidan, uyning qulab tushishidan, yolgʻizlikdan yoki qorongʻulikdan qoʻrqish.

2) Ish faoliyati bilan bogʻliq fobiyalar (hamkasblar va boshliqlar bilan munosabatlardan, atrof - muhitdan va xokazolardan qoʻrqish): ishni boshlashdan, ishni yoʻqotib qoʻyishdan, yangi mutaxassisligiga mos boʻlmaslikdan, ish joyida shikastlanish yoki baxtsiz xodisadan, nafaqaga chiqishdan, hamkasblari bilan oʻzaro bir-birini tushuna olmaslikdan, boshliqlardan, nazorat — tekshiruvchi tashkilotlardan, muhim muzokaralardan, masʼuliyatni oʻz zimmasiga olishdan qoʻrqish.

3) Insonning shaxsiy, jinsiy hayoti bilan bogʻliq fobiyalar: homiladorlikdan, farzandsizlikdan, zoʻrlanishdan, jinsiy yuqumli kasalliklar yuqishidan, turli

kasalliklar bilan kasallanishdan, qarilikning qiyin kechishidan, soch to'kilishidan, allergik reaksiyalardan qo'rqish va boshqalar.

4) Yashirin fobiyalar: qarama - qarshi jins vakillaridan; biror illatga berilib qolishdan; alkogol, narkotik mahsulotlariga, dori vositalariga va boshqa xil tobelik yuzaga kelishidan; omadsizlikning takrorlanishidan, kimningdir joniga qasd qilishdan; o'ldirilishdan; yolg'iz joylardan, binolardan, o'zini o'ldirishdan, boyligini yo'qotishdan, aqldan ozishdan, o'zga sayyoraliklar bilan uchrashuvdan, turli ranglardan, rux va arvohdardan qo'rqish.

5) Ota-onalarda kechadigan fobiyalar: o'z bepushtligidan, homiladorlikdan homilaga zarar yetishdan, tug'ruq og'riqlaridan, turmush o'rtog'i bolani sevmasligidan, bolada qandaydir illat aniqlanishidan, unga ziyon yetkazishlaridan qo'rqish.

Yuqorida keltirib o'tilgan fobiyalardan tashqari bolalar va o'smirlar, yigit va qizlar, erkaklar va ayollar uchun xos bo'lgan juda ko'p fobiya turlari mavjud. Ta'kidlab o'tilganidek, bu holatlarning oddiy qo'rquv yoki xavotirlik sifatida namoyon bo'lishi tabiiy xol. Ammo shu kabi o'y - fikrlarning inson miyasini band etishi, biror narsadan qattiq qo'rqish, xatto uchgan narsaning nomini eshitish yoki suratini ko'rishning o'zi ham insonning daxshatga tushishiga sabab bo'lishi va eng asosiysi bu qo'rquvlardan odam o'z iroda kuchi yordamida xalos bo'la olmasligi fobiyaning xarakterli xususiyatlaridandir.

Fobiyalar ma'lum vaziyatlar, hodisalar va tasavvurlar bilan bog'liq bo'lgan doimiy xavotirlar va qo'rquvlar asosida tez va sezilarsiz shakllanishi hamda og'ir psixopatologik asoratlar darajasigacha o'sib keladigan qiynoqli ruhiy kechinmalarga ham sabab bo'lishi mumkin.

Havotirlik, qo'rquv va fobiyalar kechishning davomiyligi bilan ajralib turadi, o'sib rivojlanishga ortib borishga, o'z shakllarini o'zgartirib, boshqa qat'iy vaziyatlar, predmetlar shakllariga aylaiishga moyil bo'ladi. Ular doimiy tushkunlik, g'amginlik, xolsizlik yoki agressiya holatlarining vujudga kelishiga sabab bo'ladi. Bir odamning o'zida bir necha fobiyalar kuzatilishi mumkin. Bunda

inson o'z kasalligining barcha ko'rinishlarini tanqidiy idrok etishi to'liq saqlanib, bu xol uning ruhiy azoblarini yanada kuchaytiradi.

Fobiyalar inson xulqining ba'zi noodatiy holatiga ham sabab bo'lishi, atrofdagilarning nomuvofiq reaksiyasiga olib kelishi mumkin. Masalan, fobik qo'rquvlar sodir bo'lishi timsoli mavjud bo'lgan baxtsizlikdan himoyalaniish maqsadida o'tkaziladigan butun boshli marosimgacha bo'lgan harakatlar, ko'pincha sog'lom fikr nuqtai nazaridan bo'lgan xulq-atvor ko'rinishida namoyon bo'lishi mumkin.

Yuqoridagilardan kelib chiqqan holda shuni aytish mumkinki, fobiya-insonlar emotsional sohasini patalogik holati bo'lib, asossiz ravishdagi kuchli qo'rquv ko'rinishida namoyon bo'ladi.

Keltirib o'tilgan xulosalarga asoslangan holda hamda turli salbiy oqibatlarining oldini olish maqsadida va insonni tarbiyalash g'oyasiga tayangan holda quyidagi tavsiyalar keltirildi.

Ota-onalar uchun:

- Bola xulq-atvoridagi faqat salbiy jihatlarga e'tibor bermay, balki ijobiy taraflarini ham ko'ra olish;
- bola qiyinchilikka duch kelganida unga ruhan ko'mak berish, qo'llab-quvvatlash, yutuqqa erishganida esa hech bo'lmaganda og'zaki rag'batlantirish;
- bolani hadeb tanqid qilavermaslik;
- bolaga o'z imkoniyatlarini erkin namoyish eta olishi uchun shart-sharoit yaratib berishlari;

Ta'lim muassasalarida:

- o'quvchilarning isge'dod va qobiliyaglarini rivojlantirish;
- shaxsda o'z kuchiga ishonch hissini tarbiyalash;
- o'quvchilarga ta'lim berishda ularning individual va yosh xususiyatlarini hisobga olish;
- yaxshi o'zlashtirmaydigan o'quvchilarni tanqid qilmaslik, boshqa o'quvchilar ko'z o'ngida urishmaslik;

- o'zlashtirishda qiynaladigan o'quvchilar bilan alohida ishlab, qo'shimcha mashg'ulotlar olib borish.

Ta'lim muassasalari psixologlari:

-Har bir yosh davrida bolalarning ruhiy va shaxs rivojlanishidagi sifat o'zgarishlarini o'rganib borish, yosh davridagi inqirozlarni nazoratga olish;

- bolalarning psixik taraqqiyoti, rivojlanishini muntazam kuzatib borish, salbiy buzilishlarning oldini olish, nuqsonlarni tuzatish va bartaraf etish chora-tadbirlarini ko'rish;

- xavotirlanish darajasi yuqori, o'z-o'ziga baho berishi noadekvat, agressivligi kuchli bo'lgan o'smirlar bilan psixokorreksion ishlar olib borish;

-shaxslararo munosabatlarni faollashtirish, ziddiyat va nizoli holatlarning oldini olish va bartaraf etish, jamoada sog'lom psixologik muhit yaratish;

-ta'lim-tarbiyadagi psixologik muammolar bo'yicha maktab ma'muriyati, pedagoglar va ota-onalarga maslahatlar berib borish;

-bola tarbiyasiga daxldor shaxslarning psixologik madaniyatini o'stirish ishlarini yo'lga qo'yish;

-o'smirlar uchun o'qish, o'z-o'zini tarbiyalash, hayot yo'lini tanlash va boshqa muammolari bo'yicha individual, guruhviy maslahatlar o'tkazish;

-o'smir yoshlarning ta'lim bilan doimiy band bo'lishlarini, shuningdek ularning professional-kasbiy ta'limga ko'proq jalb qilinishini ta'minlashning amaliy chora-tadbirlarini ishlab chiqish;

-xavotirlanish va qo'rquv holatlarini bartaraf qilish maqsadida trening mashg'ulotlarini tashkil qilish;

-shaxsda o'z kuchi va imkoniyatiga ishonch hissini tarbiyalash;

-shaxsda o'z-o'zini anglash orqali o'ziga nisbatan ishonchni tarkib toptirish;

-mustaqil fikr yuritish malakalarini tarkib toptirish;

-shaxsda salbiy emotsional holatlarni oldini olish;

-o'smirlarda o'z shaxsiga nisbatan ongli munosabatni tarkib toptirish lozim.

Prezidentimiz ta'kidlaganlaridek, kelajagimiz yoshlar qo'lida ekan, o'zining sog'lom fikriga ega bo'lgan, o'z fikrini erkin bayon eta oladigan, o'z kuchiga ishongan komil insonni voyaga yetkazish yurtimiz ravnaqi va kelajagi uchun muhim ahamiyatga egadir.

### FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR

1. Davletshin M.G., Tuychieva S.M. Umumiy psixologiya, Toshkeng, Nizomiy nomidag'-. TDPU nashriyoti, 2002 .
2. Jalilova S. "Shaxs va shaxslararo munosabatlarni o'rganishning proyektiv metodikalari", Toshkent, Nizomiy nomli TDPU, 2006, B.6-13.
3. Kamilova N.G. Muammoli o'smir: tashxis, tadqiqot metodlari. O'quv qo'llanma. Toshkent, Nizomiy nomidagi TDPU, 2004.
4. Nishonova Z.T. Psixik taraqqiyot diagnosgikasi. Toshkent. Nizomiy nomli GDPU, 2004 y
5. Raxmanova D.R. Ruhiiy holat omillari -// Tafakkur Toshkent -2001. -№4. -s 82-
6. Tulaganova G.K. «Tarbiyasi qiyin o'smirlar», Toshkent, «Universitet» nashriyoti; 2005.B. 6-22.
7. Qodirova, M. (2022). INTELLEKT MUAMMOSI VA UNI RIVOJLANTIRISH. Журнал Педагогика и психологии в современном образовании, 2(6). извлечено от <https://ppmedu.jdpu.uz/index.php/ppmedu/article/view/7450>
8. Nasimov, D. (2022). O'QITUVCHINING INNOVATSION FAOLIYATI. Журнал Педагогика и психологии в современном образовании, 2(6). извлечено от <https://ppmedu.jdpu.uz/index.php/ppmedu/article/view/7436>
9. Qodirova Malikaxon Kahramonovna. (2022). ZIGMUND FREYD KONFLIKTDAN XIMOYALANISH MEXANIZMLARI HAQIDA. EURASIAN JOURNAL OF SOCIAL SCIENCES, PHILOSOPHY AND CULTURE, 2(12), 159–164. <https://doi.org/10.5281/zenodo.7337558>



- 10.Qodirova, M., & Abirqulova, S. (2022). O‘SMIRLARGA XOS AGRESSIVLIK VA UNING KO‘RINISHLARI. Журнал Педагогики и психологии в современном образовании, 2(5). извлечено от <https://ppmedu.jspi.uz/index.php/ppmedu/article/view/6416>
- 11.Qodirova, M., & Nasimov, D. (2022). MUTAFFAKKIR OLIMLARIMIZ O‘QUV FAOLIYATI XAQIDAGI QARASHLARI. Журнал Педагогики и психологии в современном образовании, 2(5). извлечено от <https://ppmedu.jspi.uz/index.php/ppmedu/article/view/6415>
- 12.Qaxramonovna, Q. M. ., & qizi, X. I. M. . (2021). Theoretical Fundamentals of Inter-Personal Relations. International Journal of Discoveries and Innovations in Applied Sciences, 1(7), 13–16. Retrieved from <http://openaccessjournals.eu/index.php/ijdias/article/view/832>
- 13.Nasimov, D. (2022). O‘QUV FAOLIYATI MOTIVLARI OLIMLAR TALQINIDA. Журнал Педагогики и психологии в современном образовании, 2(5). извлечено от <https://ppmedu.jspi.uz/index.php/ppmedu/article/view/5103>
- 14.Qodirova, M. (2022). O‘SMIRLAR TARBIYASINING QIYINCHILIK XUSUSIYATLARI VA ULARNING KELIB CHIQISH SABABLARI. Журнал Педагогики и психологии в современном образовании, 2(5). извлечено от <https://ppmedu.jspi.uz/index.php/ppmedu/article/view/5105>
- 15.Qodirova, M. (2021). 6-7 YOSHLI BOLALAR IDROKINI RIVOJLANTIRISHDA MASHG‘ULOTLARDAN FOYDALANISH. Журнал Педагогики и психологии в современном образовании, (2). извлечено от <https://ppmedu.jspi.uz/index.php/ppmedu/article/view/2975>
- 16.Qodirova, M. (2021). 6-7 YOSHLI BOLALAR IDROKINI RIVOJLANTIRISHDA MASHG‘ULOTLARDAN FOYDALANISH. Журнал Педагогики и психологии в современном образовании, (2). извлечено от <https://ppmedu.jspi.uz/index.php/ppmedu/article/view/2975>

- 17.Маджидов, Д. Б., & Шарофиддинов, А. (2017). Социальный интеллект как совокупность способностей, обеспечивающих адаптацию личности в обществе. In *Актуальные вопросы современной психологии* (pp. 22-24).
- 18.Мажидов, J. (2021). ВОПРОСЫ ГАРМОНИИ ПРЕДСТАВЛЕНИЯ МОЛОДЕЖИ О СЕМЕЙНОЙ ЖИЗНИ И УДОВЛЕТВОРЕННОСТИ СЕМЕЙНОЙ ЖИЗНЬЮ. *Журнал Педагогики и психологии в современном образовании, 1(1)*. извлечено от <https://ppmedu.jspi.uz/index.php/ppmedu/article/view/1369>
- 19.Мажидов, J. (2021). НЕКОТОРЫЕ ОСОБЕННОСТИ ПРОЯВЛЕНИЯ ЧУВСТВА ОДИНОЧЕСТВА В ПОДРОСТКОВОМ ПЕРИОДЕ. *Журнал Педагогики и психологии в современном образовании, 1(1)*. извлечено от <https://ppmedu.jspi.uz/index.php/ppmedu/article/view/1375>
- 20.Мажидов, J. B. (2020). Some characteristics of relationships in football teams. *ACADEMICIA: An International Multidisciplinary Research Journal, 10(11)*, 1981–1988. <https://doi.org/10.5958/2249-7137.2020.01488.3>
- 21.Мажидов, J. (2021). ШАХСГА ТИЗИМЛИ ЁНДАШИШДА ҚАДРИЯТЛАРНИНГ ЎРНИ. *Журнал Педагогики и психологии в современном образовании, (3)*. извлечено от <https://ppmedu.jspi.uz/index.php/ppmedu/article/view/4325>
- 22.Мажидов, Jasur Baxtiyarovich (2022). SOTSIAL INTELLEKT VA UNING INSON HAYOTIDAGI OʻRNI. *Oriental renaissance: Innovative, educational, natural and social sciences, 2 (2)*, 608-613.
- 23.Эшонкулова, Х. (2022). ИҚТИДОРЛИЛИК МУАММОСИНИНГ ПСИХОЛОГИК ТЕНДЕНЦИЯЛАРИ. *Журнал Педагогики и психологии в современном образовании, 2(7)*. извлечено от <https://ppmedu.jspi.uz/index.php/ppmedu/article/view/5762>
- 24.Мажидов, J. (2022). ЎСМИРЛИК ДАВРИГА ХОС СУИЦИДАЛ ХУЛҚНИНГ АЙРИМ САБАБЛАРИ. *Журнал Педагогики и психологии в*

- современном образовании, 2(7). извлечено от  
<https://ppmedu.jspi.uz/index.php/ppmedu/article/view/5766>
25. Majidov, J. (2021). ЁШЛАРНИНГ ОИЛАВИЙ ҲАЁТ ҲАҚИДАГИ ТАСАВВУРЛАРИ ВА ОИЛАВИЙ ҲАЁТДАН ҚОНИҚИШ УЙҒУНЛИГИ МАСАЛАЛАРИ. *Журнал Педагогика и психологии в современном образовании*, 1(1).
26. Жасур, М. (2022). ГЕНДЕР УСТАНОВКАЛАРИ ВА ИЖТИМОЙЛАШУВ ЖАРАЁНИНИНГ ЎЗИГА ХОСЛИГИ. *Involta Scientific Journal*, 1(6), 69-77.
27. Жасур, М. (2022). ГЕНДЕР УСТАНОВКАЛАРИ ВА ИЖТИМОЙЛАШУВ ЖАРАЁНИНИНГ ЎЗИГА ХОСЛИГИ. *Involta Scientific Journal*, 1(6), 69-77.
28. Мажидов Жасур, & Ҳамдамов Ҳайдарбек. (2022). ШАХСГА СТРУКТУРАВИЙ ЁНДАШИШДА ҚАДРИЯТЛАРНИНГ ЎРНИ. *Involta Scientific Journal*, 1(7), 138–148. Retrieved from <https://involta.uz/index.php/iv/article/view/255>
29. Imomqulova, F. U. B., & Qarshiboyeva, D. B. (2022). КО ‘Р ВА YOLG ‘IZ FARZANDLI OILADAGI FARZANDLARNING EMOTSIONAL INTELLEKTINING O ‘ZIGA XOSLIGI. *Oriental renaissance: Innovative, educational, natural and social sciences*, 2(Special Issue 4-2), 1142-1146.
30. Majidov, J. (2022, March). BOSHLANG‘ICH SINFLARDA TA’LIMI O‘ZLASHTIRISH MUAMMOSINING PEDOGOGIK-PSIXOLOGIK SABABLARI. In *International Virtual Conference on Language and Literature Proceeding* (Vol. 1, No. 1).
31. Majidov, J. B., Sobirov, A. B., Karshiboeva, D. B., & Mamarayimova, R. U. (2022). Factors Of Formation Of The Scientific Worldview Of The Person And Their Interrelation. *PORTA LINGUARUM*, 37, 65-70

32. Dilfuza Qarshiboyeva, КРИТИЧЕСКОГО МЫШЛЕНИЯ У ПОДРОСТКОВ, Журнал Педагогики и психологии в современном образовании: № 1 (2021): Zamonaviy ta'limda pedagogika va psixologiya fanlari
33. Dilfuza Qarshiboyeva, IMPORTANCE OF PSYCHOLOGICAL KNOWLEDGE IN LEARNING FOREIGN LANGUAGES, Журнал Педагогики и психологии в современном образовании: Том 1 № 4 (2021): Zamonaviy ta'limda Pedagogika va psixologiya fanlari
34. Qarshiboyeva, D. (2021). ЁШЛАРНИ КАСБГА ЙЎНАЛТИРИШДА ИЛМИЙ ИЗЛАНИШЛАР ҲАҚИДАГИ БИЛИМЛАР УЗЛУКСИЗЛИГИ. *Журнал Педагогики и психологии в современном образовании*, (2). извлечено от <https://art.jspi.uz/index.php/ppmedu/article/view/2906> Насиба Ачиловна, СОҒЛОМ МУҲИТ –СОҒЛОМ ОИЛА ТАЯНЧИ. <https://history.jspi.uz/index.php/ppmedu/article/view/2966/1982>
35. Hamdamov, X. (2021). ЗНАЧЕНИЕ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО ЗДОРОВЬЯ В ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ БЕЗОПАСНОСТИ ЛИЧНОСТИ. *Журнал Педагогики и психологии в современном образовании*, (2). извлечено от <https://ppmedu.jspi.uz/index.php/ppmedu/article/view/3345>
36. Hamdamov, X. (2021). МНОГОЗНАЧИТЕЛЬНОСТЬ ОБУЧЕНИЯ ВОЕННОЙ ПСИХОЛОГИИ В СИСТЕМЕ ВЫСШЕГО ВОЕННОГО ОБРАЗОВАНИЯ. *Журнал Педагогики и психологии в современном образовании*, 1(1). извлечено от <https://ppmedu.jspi.uz/index.php/ppmedu/article/view/1374>
37. Kamolova, S. (2022). ЁШЛАРНИ МАЪНАВИЙ БАРКАМОЛЛИК РУҲИДА ТАРБИЯЛАШНИНГ ПСИХОЛОГИК АСОСЛАРИ. *Журнал Педагогики и психологии в современном образовании*, 2(6). извлечено от <https://ppmedu.jspi.uz/index.php/ppmedu/article/view/5191>
38. Shirin Kamolova, РАСШИРЕНИЕ И РАЗВИТИЕ НАУЧНОЕ МИРОВОЗЗРЕНИЕ СТУДЕНТОВ, Журнал Педагогики и психологии в

современном образовании: № 1 (2020): Journal of Pedagogy and psychology in modern education

39. Shirin Kamolova, САМОВОСПИТАНИЕ – ОСНОВА ФОРМИРОВАНИЯ ГАРМОНИЧНО – РАЗВИТОГО ПОКОЛЕНИЯ, Журнал Педагогики и психологии в современном образовании: № 1 (2020): Journal of Pedagogy and psychology in modern education

40. Shirin Kamolova, ПРЕЕМСТВЕННОСТЬ ФОРМИРОВАНИЯ МИРОВОЗЗРЕНИЯ СТУДЕНТОВ НА ОСНОВЕ ОБЩЕЧЕЛОВЕЧЕСКИХ ЦЕННОСТЕЙ, Журнал Педагогики и психологии в современном образовании: № 1 (2021): Zamonaviy ta'limda pedagogika va psixologiya fanlari

41. Shirin Kamolova, THE ROLE OF UNIVERSAL AND SCIENTIFIC VALUES IN THE SPIRITUAL DEVELOPMENT OF FUTURE TEACHERS, Журнал Педагогики и психологии в современном образовании: № 2 (2021): Журнал педагогики и психологии в современном образовании

42. Arakulov, G. (2023). ВНИМАНИЕ – ВАЖНОЕ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ ЯВЛЕНИЕ У ДОШКОЛЬНИКОВ. Журнал Педагогики и психологии в современном образовании, 3(1). извлечено от <https://ppmedu.jdpu.uz/index.php/ppmedu/article/view/7681>

43. Arakulov, G. (2023). АГРЕССИЯ - ЎСМИРЛАРДА ТАЖОВУЗКОРЛИК ШАКЛЛАНИШИГА ТАЪСИР ЭТУВЧИ ФЕНОМЕН СИФАТИДА. Журнал Педагогики и психологии в современном образовании, 3(1). извлечено от <https://ppmedu.jdpu.uz/index.php/ppmedu/article/view/7714>

44. Djumanov, S. (2023). TALABALARDA KOMMUNIKATIV QOBILIYATLARINI SHAKLLANTIRISH MUAMMOSIGA YONDASHUVLAR VA TUSHUNCHALAR. Журнал Педагогики и психологии в современном образовании, 3(1). извлечено от <https://ppmedu.jdpu.uz/index.php/ppmedu/article/view/7719>

45. Yuldashev, S. (2023). LIDERLIK SIFATLARINI SHAKLLANTIRISHDA SINF RAHBARINING O'RNI. Журнал Педагогики и психологии в

- современном образовании, 3(1). извлечено от <https://ppmedu.jdpu.uz/index.php/ppmedu/article/view/7716>
- 46.Yuldashev, S. (2022). KIBERHUJUMLARDAN HIMOYALASHNING PSIXOLOGIK XUSUSIYATLARI. Журнал Педагогика и психологии в современном образовании, 2(6). извлечено от <https://ppmedu.jdpu.uz/index.php/ppmedu/article/view/6548>
- 47.Rahmatullayeva, M., Rashidova, G., & Karakulova, U. (2023). XXI ASRDA PEDAGOGIK TEXNOLOGIYALAR VA PEDAGOGIK MAHORAT. Журнал Педагогика и психологии в современном образовании, 3(1). извлечено от <https://ppmedu.jdpu.uz/index.php/ppmedu/article/view/7721>
- 48.Otamuratov, R., & Otamuratova, S. (2023). INTERNETNING SHAXSGA TA'SIRI MUAMMOSINING PSIXOLOGIK XUSUSIYATLARI. *Журнал Педагогика и психологии в современном образовании*, 3(1). извлечено от <https://ppmedu.jdpu.uz/index.php/ppmedu/article/view/7723>
- 49.[www.Expert.psychology.ru](http://www.Expert.psychology.ru)
- 50.[www, psychology .net.ru](http://www.psychology.net.ru)