

**XALQARO NORDIK UNIVERSITETI**

**«O‘ZBEKISTON — 2030” STRATEGIYASINI  
AMALGA OSHIRISH YO‘NALISHLARI VA  
ISTIQBOLLARI YOSHLAR NIGOHIDA»  
MAVZUSIDAGI RESPUBLIKA ILMIY-  
AMALIY KONFERENSIYA**

**Toshkent – 2024**

## V SHUBA

<i>Raxmonova Z.R. Umumiy o'rta ta'lim maktablarida musiqa darslarini o'tkazishda o'zbek xalq cholg'ularini o'rgatish uslubiyoti (boshlang'ich sinflar misolida)...</i>	391
<i>Abdumannobova M. Insonning ruhiy rivojlanishida munosabatlar ta'siri va ularni takomillashtirish zarurati.....</i>	395
<i>Mamayusupova G.F. Yoshlarni zamonaviy kasblar va chet tillariga o'qitish tizimini yaratish.....</i>	398
<i>Ahmatqulova Sh.B. O'rta yoshlilar psixologiyasi: sabab va yechimlar .....</i>	401
<i>Akromova N.R. Ontogenez psixologiyasi vazifasi va ahamiyati.....</i>	403
<i>Raxmatqulova G., Yunusova N. Ma'naviy tarbiya – taraqqiyot poydevori.....</i>	405
<i>Mullajanova X.Y. Ma'naviy merosning tarixiy ahamiyati va barkamol yoshlarni tarbiyalashdagi o'rni.....</i>	408
<i>Kobiljonova J.J. "Uzbekistan-2030" strategy implementation of directions and perspectives on strategy from the youth's point of view .....</i>	412
<i>Qobilova M.S. Konstitutsiya yoshlarda siyosiy madaniyatning shakllanishida muhim ahamiyat kasb etadi.....</i>	416
<i>Feruz M.X. Yoshlarga oid davlat siyosati – yoshlar salohiyatini oshirishdagi muhim vosita.....</i>	419
<i>Sardor K.N. Temuriyzoda Shohruh Mirzo hukumronligi davrida temuriylar saltanatida aholi salomatligini ta'minlash bo'yicha tabobat maktablarining faoliyati.....</i>	424
<i>To'xtayeva D.Sh. Madaniyat sohasidagi islohotlar bilan kelajakka nazar .....</i>	427
<i>Sultanova Z.I. Yuksak ma'naviyatli avlod-uchinchi renessans bunyodkorlari...</i>	430
<i>Mustafoyeva S.S. Yoshlarga oid davlat siyosatida ma'naviyat va ma'rifat masalalari.....</i>	432
<i>Qudratullayeva E. Yoshlarga oid davlat siyosati, ma'naviy taraqqiyotni ta'minlash va madaniyat sohasini yangi bosqichga olib chiqish bo'yicha islohotlar.....</i>	435
<i>Nadjimova N.A. Raising the spiritual thinking of the young generation the role of music education.....</i>	438
<i>Mirzayeva M.M. Globallashuv jarayonida yoshlarda mafkuraviy immunitetni kuchaytirish zaruriyati.....</i>	441
<i>Мелихонов Б. Социально-психологические детерминанты воспитания молодежи .....</i>	444
<i>Melixonov B. Socio-psychological features of youth education based on national values.....</i>	445

<b><i>Karabayeva M.T.</i></b> Til va nutq madaniyat ko'zgasida .....	450
<b><i>Axmedova M.A.</i></b> Gender yondashuv asosida o'smir yoshdagi o'quvchilarni badiiy-estetik rivojlantirishning pedagogik-psixologik imkoniyatlari .....	453
<b><i>Axmedova M.M.</i></b> Folklor janrlarining pragmatik belgilari hikoya aspektida.....	458
<b><i>Ochilov A.S.</i></b> O'smirlar psixoenergetikasi muammosini o'rganish va uni rivojlantirishning nazariy asoslarini tahlil qilish.....	461
<b><i>Тошматова М.К.</i></b> Феномен Новый Узбекистан – решающий фактор развития .....	466

# INSONNING RUHIY RIVOJLANISHIDA MUNOSABATLAR TA'SIRI VA ULARNI TAKOMILLASHTIRISH ZARURATI

**Abdumannobova Muslima<sup>1</sup>**

<sup>1</sup>*Xalqaro Nordik universiteti*

*“Psixologiya” ta’lim yo’nalishi,*

*1-PS-23 guruh talabasi*

[muslima.abduvohidovna@gmail.com](mailto:muslima.abduvohidovna@gmail.com)

**Annotatsiya:** Ushbu maqolada inson ongi rivojlanishi uchun go’dakilik chog’idan boshlab bolalar bilan muloqot qilish naqadar muhim o’rin egallashi haqida yoritilgan bo’lib: Ijtimoiy aloqa chaqaloqlik davrida muhim ahamiyatga egaligini, chunki u qisqa va uzoq muddatli salomatlik va farovonlikning asosi ekanligiga urg’u berilgan. Bola o’zini himoya qila olishi uchun ota-onasi bilan ko’p muloqot qilishi kerakligini sabablari keltirilgan. Va maqola so’ngida o’smir farzandi bor ota-onalar bolasi bilan qanday qilib muloqotni qaytadan o’rnatishi mumkinligi haqida tavsiyalar berib o’tilgan.

**Kalit so’zlar:** psixologik yetuklik, tinglash mahorati, suhbatlashish usuli, e’tiborsizlik, psixologik xavfsizlik, bulling, nartsizm, avtonomiya, go’daklik.

Hozirda ko’p sonli ota – onalar farzandlarini ularni tingashmayotganidan shikoyat qilishmoqda. Bu vaziyat kelib chiqishiga o’zi aslida kim sababchi? Bu vaziyatni keltirib chiqazayotgan asosiy sabablardan biri – bu ota-onalarning qimmatli bo’lgan farzandlariga psixologik jihatdan yetilishiga e’tibor qaratishmayotganligidir. Ota-onalar bolalarning erta rivojlanishining asosiy me’morlaridir. Ular o’z farzandlarining miyasini va ularni sog’lom rivojlanishini yo’lga soladigan tajribalarni shakllantiradilar. Lekin hozirgi yosh ota-onalar bolajonlarining injiqlikklarini qondirish uchun e’tiborini zararli narsalarga qaratib qo’yishmoqda va bolajonlarining gaplarini tiglashmayapti, shunday qilib o’zlarining kelajaklariga bolta urishmoqda. Bunga misol tariqasida, Ontariodagi giyohvandlik va ruhiy salomatlik markazi bergan hisobotida: Bolalar boshdan kechirayotgan o’z-o’zidan paydo bo’lgan ruhiyatidagi muammolari asosan hamjihat bo’lmagan oilalar va raqamli texnologiyalar kabi haddan tashqari stressli muhit sababchi bo’lyatgan ekanini ta’kidlashmoqda. Ijtimoiy tarmoqlarga juda ko’p vaqt sarflaydigan ota-onalarning e’tiborsizligi, farzandlarini tinglashmasligi hozirda bolajonlarimizning butun boshli hayotiga juda ham qattiq ta’sir qilmoqda. Ota-onalarning e’tiborsizligi oqibatida, ota-ona mehridan chetda qolgan bolalar bir qator psixologik muammolarga duch kelish holatlari kuzatilmoqda, jumladan: o’qish pasayishi, o’zini past baholash, nartsizm, chalkashlik, perfektsionizm, depressiya, shaxsning buzilishi holatlari bo’lishi kuzatilmoqda. Endi sizda “Mening qimmatli farzandim yetuk shahs bo’lib ulg’ayishi uchun nima qilsam bo’ladi?” degan savol tug’ilishi tabiiy. Hozir sizlarga buni maqola davomida batafsil yoritib beramiz.

Farzandlarimiz yetuk shahs bo'lib ulg'ayishi, hayotda o'z o'rnini topishi uchun avvalambor farzandlarimizni psixologik tomondan yetuk bo'lishiga e'tibor qaratmog'imiz lozim. Birinchi bo'lib sizlarga Psixologik yetuklik tushunchasi o'zi aslida nimani anglatishi haqida tushuntirish berib ketsak. Psixologik yetuklik murakkab tushuncha bo'lib, hissiy, ijtimoiy va kognitiv qobiliyatlarni rivojlantirishni o'z ichiga oladi. Psixologik yetuklikka erishishning yagona formulasi bo'lmasa-da, tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, erta bolalik davridagi tajribalar insonning hissiy va ijtimoiy rivojlanishini shakllantirishda muhim rol o'ynashi mumkin. Erta bolalik davrida psixologik yetuklikni rivojlantirish uchun ota-onalar o'z bolajonlarini o'rganishi, o'sishi uchun xavfsiz va qo'llab-quvvatlovchi muhitni ta'minlab berishi muhim ahamiyatga ega.

Psixologik xavfsizlikni yaratish uchun esa eng yaxshi bera oladigan tavsiyamiz, Doktor Emi Edmondson psixologik xavfsizlikni "g'oyalar, savollar, tashvishlar yoki xatolar bilan gapirgani uchun jazolanmasligi yoki kamsitilmasligi va jamoaning shaxslararo tavakkalchilik uchun xavfsiz ekanligiga ishonirish" deb aytgan ta'rifidir. Biz bolajonlarimizga Dr. Emi Edmonson aytgan ta'rifidagiday qanchalik kuchli psixologik xavfsizlikni yaratib bera olsak, bola hayotda o'z o'rnini topishi oson bo'ladi va yosh bola pozitsiyasidan o'z vaqtida oson chiqib ketadi, ma'sulyatni his qila oladi, yetuk va komil shaxs bo'lib ulg'ayadi. Psixologik xavfsizlikni eng asosiy qoidasi bu bolani tinglash va uning fikrlarini inobatga olish. Ba'zida bolalar ham muammolarga ijodiy yechim taklif qilishadi, chunki bolaning tasavvuridan kattaroq narsa yo'q. Yosh bolalar boshqalarning fikriga kamroq e'tibor berishadi.

Kattalar hamkasblari va xo'jayinlari ular haqida nima deb o'ylashlari, shuningdek, ahmoq yoki ahmoqona ko'rinish haqida ko'proq tashvishlanishadi. Qaror qabul qiluvchilar uchun bolalarga gapirish va ularni tinglash imkoniyatini berish juda muhim, chunki bu barcha kattalarning bolalarni himoya qilish uchun qonunlar ishlab chiqishga sarflagan vaqti behuda ketmasligini ta'minlaydi va bolalarning sog'lom, baxtli va xavfsiz bo'lishida samarali foyda beradi. Biroq bolalarda tajriba yetishmasligi bo'lganligi uchun muammoli vaziyatlarda bolalarga kattalarning yordami kerak bo'ladi. Afsuski so'nggi vaqtlarda dunyo bo'yicha bolalarga jinsiy zo'ravonlik, buling holatlari ko'p kuzatilmoqda.

O'zbekistonda 2023-yildagi hisobotga ko'ra, 18 yoshgacha bo'lgan yosh qizlaloqlarda 238 ta jinsiy zo'ravonlik bo'lgan ekan. Bu 2019-yildagi 99 ta holatdan sezilarli darajada oshganini ko'rsatadi. Hayotida shunday holatlar kuzatilgan bolalarning ko'pi "ota-onasini xavf-xatardan ogoh etmoqchi bo'lgani, lekin uni hech kim eshitmaganligini" suhbat jarayonida aytishmoqda. Bolalar yomon hodisa yuz berganda, nima qilish kerakligini bilishmas edi, chunki hech kim ular bilan bu haqida gaplashmagan edi. Ko'ngilsiz hodisa yuz berganda, bolalar qo'rqib ketishganligidan his-tuyg'ularini ifodalab berishlari qiyin kechadi. Bunday paytda ularga so'zlarni topib gapirib berishi uchun kattalarni ko'magi kerak bo'ladi. Biz bunday holatlarda ularni urushib, jerkib tashlamasdan hotirjam tinglamog'imiz zarur. Avvalambor biz ota-onalar farzandlarimiz bilan qanchalik ko'p do'stona suhbatlashsak, farzandimizni yomon hodisalar ishtirokchisi bo'lib qolishidan shunchalik yaxshi himoya qilgan bo'lamiz. Bola bilan ko'p suhbatlashish uchun yana bir sabab:

Psixologiya fanida o'tkazilgan tadqiqotda aytilishicha, suhbat - ota-ona va bola o'rtasidagi o'zaro ta'sir ko'rsatuvchi – kichik yoshdagi bolaning miyasidagi til markazlarini yoqib yuboradi. Bu bolalarning uyda eshitadigan so'zlari va ularning nervlarni qayta ishlash qobiliyatining o'sishi o'rtasidagi bog'liqlikni ko'rsatadigan birinchi tadqiqot bo'lib, aslida ota-onalarning farzandlari bilan gaplashishi bolalarning miyasini o'zgartirishini ko'rsatadi. Bu haqida MIT tadqiqotchisi Gabrieli News Office-ga shunday degan: “Ota-ona suhbatida bola miyasining biologik o'sishiga yaxshi ta'sir qilishi bu deyarli sehrlilik holat”. Binobarin, ushbu fikrlar tasdig'i sifatida O'zbekistonda ham bola va ota-ona o'rtasida muloqotni kuchaytirish uchun ishlar olib borilmoqda. Misol uchun, 2024-yil beshinchi fevralda bo'lib o'tgan Prezident raisligidagi yig'ilishda, “maktab – ota-ona – mahalla” zanjiri asosida elektron muloqot ishga tushirish topshirildi.

Mavzu yuzasidan shunday taklifni kiritmoqchimiz: “mening bolam o'smir yoshida, menga o'xshagan onalar nima qilsin?” desangiz hozir sizga farzandingiz sizni tinglashga jalb qiladigan tavsialarni berib o'tamiz

Farzandingizni o'rniga o'zingizni qo'yib ko'ring.

O'zingizni o'smir farzandingizni o'rniga qo'yib ko'ring. O'zingizdan so'rang: “Agar men farzandimni o'rnida bo'lib qolganimda, o'zim aytayotgan tanbehlariga quloq slogan bo'lar edimmi?” Ular bilan muloqot qilishda ohangizni, munosabatingizni va his-tuyg'ularingizni hisobga oling. Ular bilan gaplashayotganingizda individual munosabatda bo'ling. Hushmuomala muloqot ota-ona va bola munosabatlarining asosini yaratadi.

*Bosim o'tkazmang!*

Ba'zida ota-onalar o'smir farzandlaari quloq solmasa, bosim o'tkazishda davom etadilar, bu esa qizg'in bahslarga olib keladi. Yanada qattiqroq bosim o'tkazish o'rniga, orqaga bir qadam qo'ying va tinchroq yondashuvni qidirib ko'ring.

*Takrorlash va izchillik.*

Xabarlarini bolangizga bezovta qilmasdan takrorlang. O'smirlik yoshiga yetganda bolalarga tez-tez takrorlanadigan tanbehlar yoqmay qoladi, tinglashni ham istashmaydi. O'smir farzandingiz darhol javob bermasligi mumkin. Ammo qat'iyatlik o'z samarasini beradi.

*Bolangizga buyruq emas taklif bering.*

Bolangizga taklif qilish orqali bir oz avtonomiya bering. Masalan, “Hozir uy vazifangizni bajaring” deyishning o'rniga, “Matematikani yoki ingliz tilini boshlamoqchimisiz?” deb harakat qilib ko'ring.

Xulosa qilib aytganda, go'daklik davridagi ijtimoiy aloqa uzoq muddatli salomatlik va farovonlikning asosidir. Ushbu dastlabki aloqalarni tarbiyalash orqali biz kichikintoylarimizning porloq kelajakka yo'l ochamiz. Go'daklikdan qilingan muloqot unumdor tuproqqa urug' ekishga o'xshaydi. U kognitiv, hissiy va ijtimoiy o'sishni rivojlantiradi, hayot davomida gullab-yashnayotgan ong uchun zamin yaratadi. Ijobiy aloqalarni va tilga boy muhitni rag'batlantirish individual rivojlanishga ham, butun jamiyatga ham foyda keltiradi.

**Foydalanilgan adabiyotlar:**

1. <https://kun.uz/news/2024/02/05/ota-onalar-uchun-farzand-tarbiyasiga-oid-xalqchil-materiallar-tayyorlanadi>
2. [Почему дети так волнуются в наши дни? | Психология сегодня \(psychologytoday.com\)](https://psychologytoday.com)
3. <https://www.education.sa.gov.au/docs/early-years/aedc/aedc-sa-domain-guide-emotional-maturity.pdf>
4. <https://www.cceionline.com/creating-psychological-safety-in-early-childhood/>
5. <https://globalvoices.org/2023/04/28/uzbekistan-adopts-groundbreaking-law-to-protect-women-and-children-from-domestic-and-sexual-violence/>
6. <https://www.gse.harvard.edu/ideas/usable-knowledge/18/02/brain-changing-power-conversation>
7. <https://www.gse.harvard.edu/ideas/usable-knowledge/18/02/brain-changing-power-conversation>

## YOSHLARNI ZAMONAVIY KASBLAR VA CHET TILLARIGA O'QITISH TIZIMINI YARATISH

Mamayusupova Gulsanam Faxriddin qizi<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Xalqaro Nordik universiteti

[mamayusupova125@gmail.com](mailto:mamayusupova125@gmail.com)

**Annotatsiya:** Ushbu tezisdagi yoshlarning zamonaviy kasblari, zamonaviy kasblarini jamiyatdagi o'rni, chet tillarini o'rganish va o'qitishning maqsadi, chet tillarini o'rganishda takliflari berilgan.

**Kalit so'z:** Yoshlarning zamonaviy kasblari, ta'lim, chet tilini o'rganish, kasblar, tillar, ilm-fan tizimi.

## CREATION OF A SYSTEM FOR TRAINING YOUTH IN MODERN PROFESSIONS AND FOREIGN LANGUAGES

**Abstract:** In this thesis, the modern professions of young people, the role of modern professions in society, the purpose of learning and teaching foreign languages, suggestions for learning foreign languages are given.

**Key words:** Modern professions of young people, education, learning a foreign language, professions, languages, science system.

## СОЗДАНИЕ СИСТЕМЫ ПОДГОТОВКИ МОЛОДЕЖИ СОВРЕМЕННЫМ ПРОФЕССИЯМ И ИНОСТРАННЫМ ЯЗЫКАМ