



MIRZO ULUG'BEK NOMIDAGI
O'ZBEKISTON MILLIY UNIVERSITETINING
JIZZAX FILIALI

**ZAMONAVIY INNOVATSION
TADQIQOTLARNING
DOLZARB MUAMMOLARI
VA RIVOJLANISH
TENDENSIYALARI:
YECHIMLAR VA ISTIQBOLLAR
RESPUBLIKA ILMIY-TEXNIK
ANJUMAN MATERIALLARI
TO'PLAMI**



**15-16-MAY
2026-YIL**



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

**MIRZO ULUG‘BEK NOMIDAGI O‘ZBEKISTON MILLIY
UNIVERSITETINING JIZZAX FILIALI**

**ZAMONAVIY INNOVATSION TADQIQOTLARNING DOLZARB
MUAMMOLARI VA RIVOJLANISH TENDENSIYALARI: YECHIMLAR
VA ISTIQBOLLAR**

*mavzusidagi Respublika ilmiy-texnik anjuman materiallari to‘plami
(2026-yil 15-16-may)*

JIZZAX-2026

bog'chadan qochib ketish holatlari kuzatildi. Bola bilan suhbat jarayonimda bola ota onasi tomonidan etiborsiz qoldirilgani va unga ota onasi tomonidan kuchli stress depressiya agressivlik holatlari bo'lganligini aniqlandi. Bola bilan suhbatda bola boshqa bolalar tomonidan kamsitilganligi tufayli ular bilan urushib qolganligi aniqlandi. Bola bilan ishlash jarayonida bolani boshqa yaxshi tomonlarini ko'rsata olishga boshqa bolalar tomonidan unga yaxshi muomila qilishlari boshlandi. Boladan stress va depressiya ozroq bolsada kamaydi va boshqa bolalar bilan yana yaxshi munosabatda bo'lishni boshlashdi. Bunday vaziyatda bola bilan ishlashda uni kuzatish va eshitish talab qilinadi

Maktabgacha yoshdagi bolalarda hozirgi kunda ko'p stress va depressiya agressivlik holatlari ko'p kuzatildi. Bunga sabab bolalarni telefon gajetlarga o'rganib qolganini kuzatdim. Bolalar asabiy holatda kattalarni hurmat qilmey quyishganini boshqa bolalar bilan urushish va o'g'il bolalar tomonidan qiz bolalarga hurmat yuqligi ularni kamsitish va qo'l ko'tarish holatlari ko'p kuzatildi. Bolalar tarbiyachilarga ham hurmatni saqlamasliklari kuzatildi. Maktabgacha yoshdagi bolalar bilan ishlashda ularni shunday stress va depressiya holatlariga tushishlarini oldini olish uchun profilaktik ishlarni olib borish va ularni oila muhitidagi munosabatlarini yaxshilash telefon gajetlardan kam foydalanishlarini taminlash va ularni yoshlariga mos har xil rangli o'yinlar o'tkazish kerak bo'ladi.

Maktabgacha yoshdagi bolalarda stress va agressivlik muammosi kompleks yondashuvni talab etadi. Bu muammo bolaning ichki dunyosi va tashqi muhit o'rtasidagi nomutanosiblik natijasida yuzaga keladi. Uni bartaraf etishda psixolog, pedagog va ota-onaning hamkorligi muhim ahamiyatga ega. Erta profilaktika va to'g'ri yondashuv orqali bolalarning sog'lom psixologik rivojlanishini ta'minlash mumkin.

Foydalanilgan adabiyotlar

1. Karimova V.M. Psixologiya. – Toshkent: O'qituvchi, 2018.
2. G'oziev E.G'. Umumiy psixologiya. – Toshkent, 2017.
3. Muxina V.S. Bolalar psixologiyasi. – Moskva, 2015.
4. Vygotskiy L.S. Psixologik rivojlanish nazariyasi. – Moskva, 1984.
5. D.B. Elkonin. Bolalar psixologiyasi taraqqiyoti. — Moskva, 1989.
6. L.S. Vigotskiy. Bolalik davrida psixik rivojlanish. — Moskva, 1991.
7. A.V. Petrovskiy. Yosh va pedagogik psixologiya. — Moskva, 1979.
8. R.S. Nemov. Psixologiya. 1-kitob. — Moskva: Владос, 2003.

MUAMMOLI VAZİYATLARDA QAROR QABUL QILISH KO'NIKMALARI

Sharafitdinov Abdulla XXX

O'zMU Jizzax filiali dotsenti

abdulla_sharafitdinov@gmail.com

Fayzullayeva Gulrux Jumaniyozovna

O‘zMU Jizzax filiali o‘qituvchisi
Qarshiboyeva Dilrabo Safar qizi
O‘zMU Jizzax filiali talabasi

Annotatsiya: Ushbu maqolada muammoli vaziyatlarda qaror qabul qilish ko‘nikmalarining mazmun-mohiyati, ularning inson hayotidagi ahamiyati hamda qaror qabul qilish jarayonining asosiy bosqichlari tahlil qilingan. Shuningdek, maqolada tanqidiy fikrlash, mantiqiy tahlil, stressga chidamlilik va mas’uliyat hissining qaror qabul qilishdagi o‘rni keng yoritilgan. Muallif tomonidan muammoli vaziyatlarda insonning ruhiy holati, fikrlash jarayoni va zamonaviy jamiyatdagi tezkor qarorlarning oqibatlari haqida batafsil mulohazalar bildirilgan.

Kalit so‘zlar: qaror qabul qilish, muammoli vaziyat, tanqidiy fikrlash, mantiqiy tahlil, strategik tafakkur, stress, boshqaruv, muammo yechimi, mas’uliyat, psixologik tayyorgarlik.

Kirish. Inson hayoti davomida turli xil muammolar va murakkab vaziyatlarga duch keladi. Har bir vaziyat ma’lum bir tanlovni, qarorni yoki yechimni talab qiladi. Ba’zan oddiy masalalar ham noto‘g‘ri qaror tufayli katta muammolarga sabab bo‘lishi mumkin. Shu sababli qaror qabul qilish ko‘nikmalari inson hayotida juda muhim o‘rin tutadi. Ayniqsa, muammoli vaziyatlarda insonning qanday yo‘l tutishi uning bilim darajasi, hayotiy tajribasi, ruhiy tayyorgarligi va mantiqiy fikrlash qobiliyatiga bog‘liq bo‘ladi [1].

Bugungi zamonaviy jamiyatda hayot sur’ati tezlashib borayotgani sababli insonlardan tezkor va aniq qaror qabul qilish talab qilinmoqda. Rahbarlar, tadbirkorlar, o‘qituvchilar, shifokorlar hamda oddiy insonlar har kuni turli vaziyatlarda muhim qarorlar qabul qilishga majbur bo‘ladilar. Shuning uchun qaror qabul qilish ko‘nikmalarini shakllantirish va rivojlantirish bugungi kunning dolzarb masalalaridan biridir. Muammoli vaziyatlarda qaror qabul qilish faqatgina biror variantni tanlash emas, balki vaziyatni chuqur tahlil qilish, muammoning sabablarini aniqlash va uning oqibatlarini oldindan baholash jarayonidir. Oqilona qaror qabul qilgan inson ko‘pincha muvaffaqiyatga erishadi, hissiyotlarga berilib qaror chiqargan inson esa ko‘pincha xatolarga yo‘l qo‘yadi.

Muammoli vaziyatlarning mohiyati. Muammoli vaziyat — bu inson oldida ma’lum bir qiyinchilik yoki ziddiyat yuzaga kelgan holatdir. Bunday vaziyatda inson mavjud imkoniyatlarni baholaydi va eng maqbul yo‘lni tanlashga harakat qiladi. Psixologiya fanida muammoli vaziyat tafakkurning rivojlanishiga sabab bo‘luvchi muhim omillardan biri sifatida qaraladi [2]. Muammoli vaziyatlar turli shakllarda namoyon bo‘ladi. Masalan, talabaning imtihonga tayyorlanishi bilan bir vaqtda boshqa vazifalarni ham bajarishi, oilada kelib chiqqan kelishmovchiliklar, ish joyidagi murakkab topshiriqlar yoki iqtisodiy qiyinchiliklar insondan oqilona qaror qabul qilishni talab qiladi.

Ayrim insonlar muammoli vaziyatlarda tez sarosimaga tushadi va hissiyotga beriladi. Bu esa noto‘g‘ri qarorlarning kelib chiqishiga sabab bo‘ladi. Aslida esa har qanday vaziyatda xotirjamlikni saqlash va muammoni tahlil qilish eng muhim jihatlardan biridir. Chunki muammoni chuqur o‘rganmasdan qabul qilingan qaror ko‘pincha salbiy oqibatlarga olib keladi.

Muammoli vaziyatlar insonning hayotiy tajribasini oshiradi, uni mustaqil fikrlashga o'rgatadi hamda ruhiy jihatdan chiniqtiradi. Shu sababli muammolarni faqat salbiy holat sifatida emas, balki inson rivojlanishining muhim bosqichi sifatida ham baholash mumkin.

Qaror qabul qilish jarayoni va uning bosqichlari. Qaror qabul qilish murakkab psixologik va mantiqiy jarayon bo'lib, u bir necha bosqichlardan iboratdir. Ushbu bosqichlarning har biri muhim ahamiyatga ega bo'lib, ular bir-biri bilan uzviy bog'liqdir.

Birinchi bosqich — muammoni aniqlashdir. Ko'pincha insonlar muammoning asl sababini tushunmasdan turib qaror qabul qilishga shoshilishadi. Natijada esa muammo yanada murakkablashadi. Masalan, o'quvchining darslarni yaxshi o'zlashtira olmasligi dangasalik deb baholanishi mumkin, aslida esa bunga noto'g'ri ta'lim usuli yoki ruhiy bosim sabab bo'lishi ehtimoli mavjud [3].

Ikkinchi bosqich — ma'lumot yig'ishdir. Har qanday qarorning to'g'ri yoki noto'g'riligiga ma'lumotning sifati katta ta'sir ko'rsatadi. Yetarli ma'lumotga ega bo'lmagan inson ko'pincha taxminlarga asoslanib qaror qabul qiladi. Bu esa xatolarga olib keladi.

Uchinchi bosqich — muammoning turli yechim variantlarini ishlab chiqishdir. Inson muammoni hal qilishning bir nechta usullarini ko'rib chiqishi kerak. Bu jarayonda ijodiy va tanqidiy fikrlash muhim rol o'ynaydi. Har bir variantning ijobiy va salbiy tomonlari tahlil qilinadi.

To'rtinchi bosqich — eng maqbul qarorni tanlashdir. Bu bosqichda inson nafaqat o'z manfaatlarini, balki boshqalarning manfaatlarini ham hisobga olishi lozim. Ayniqsa, rahbarlik faoliyatida qabul qilinadigan qarorlar ko'plab insonlar hayotiga ta'sir ko'rsatadi [4].

So'nggi bosqich esa qarorni amalga oshirish va natijalarni baholashdir. Agar qabul qilingan qaror ijobiy natija bermasa, inson o'z xatolarini tahlil qilib, yangi strategiyalar ishlab chiqishi kerak bo'ladi.

Bugungi kunda insonlarning asosiy muammolaridan biri — bu shoshma-shosharlik bilan qaror qabul qilishdir. Ayniqsa, yoshlar orasida hissiyot asosida qaror chiqarish holatlari ko'p uchraydi. Bu esa keyinchalik afsuslanishga sabab bo'ladi. Zamonaviy axborot oqimi kuchaygan davrda insonning mustaqil va tanqidiy fikrlashi yanada muhim ahamiyat kasb etmoqda.

Masalan, ijtimoiy tarmoqlarda tarqalgan noto'g'ri ma'lumotlar ta'sirida ayrim insonlar hayotiy muhim qarorlarni o'ylamasdan qabul qilmoqda. Natijada esa turli ijtimoiy va psixologik muammolar kelib chiqmoqda. Muallifning fikricha, inson har qanday vaziyatda avvalo vaziyatni tahlil qilishi, hissiyotlarni nazorat qilishi va xulosa chiqarishga shoshilmasligi kerak.

Shuningdek, qaror qabul qilishda insonning ruhiy holati katta rol o'ynaydi. Stress, qo'rquv yoki bosim ostida qabul qilingan qarorlar ko'pincha noto'g'ri bo'ladi. Shu sababli inson o'z hissiyotlarini boshqarishni o'rganishi zarur. Psixologlarning ta'kidlashicha, stressli vaziyatda inson miyasi ayrim hollarda vaziyatni to'liq tahlil qila olmaydi [5]. Muallif yana shuni ta'kidlaydiki, qaror qabul qilish ko'nikmalari tug'ma emas. Ular hayotiy tajriba, ta'lim va tarbiya orqali shakllanadi. Kitob o'qish, ilmiy

izlanish, muammoli vaziyatlarni tahlil qilish va hayotiy tajriba orttirish insonning fikrlash doirasini kengaytiradi.

Bugungi kunda ta'lim tizimida ham o'quvchilarga mustaqil fikrlashni o'rgatish muhim masalaga aylangan. Chunki mustaqil fikrlaydigan inson muammoli vaziyatlarda boshqalarga qaram bo'lib qolmaydi va o'z hayotini ongli ravishda boshqaradi. Rahbarlik faoliyatida esa qaror qabul qilish eng muhim ko'nikmalardan biridir. Kuchli rahbar murakkab vaziyatlarda ham to'g'ri qaror qabul qila oladi. Rahbarning birgina noto'g'ri qarori butun jamoa faoliyatiga salbiy ta'sir qilishi mumkin. Shu bois rahbar doimo vaziyatni chuqur o'rganib, shoshilmasdan qaror qabul qilishi kerak. Muammoli vaziyatlarda qaror qabul qilish ko'nikmalarini rivojlantirish bugungi zamonaviy jamiyatda har bir inson uchun muhim ahamiyat kasb etadi. Chunki inson hayoti davomida turli murakkab vaziyatlarga duch keladi va aynan shu holatlarda uning bilim darajasi, mantiqiy fikrlashi hamda ruhiy barqarorligi namoyon bo'ladi. Shu sababli inson har qanday vaziyatda shoshilmasdan, vaziyatni chuqur tahlil qilib qaror qabul qilishga odatlanishi zarur. Muammoning asl sababini aniqlamasdan turib chiqarilgan qaror ko'pincha salbiy oqibatlariga olib keladi. Shuning uchun har bir masalaga xotirjamlik bilan yondashish muhimdir.

Qaror qabul qilish ko'nikmalarini rivojlantirishda tanqidiy va mustaqil fikrlash alohida o'rin tutadi. Inson turli ma'lumotlarni tahlil qila olishi, ularning to'g'ri yoki noto'g'riligini ajrata bilishi kerak. Ayniqsa, bugungi axborot oqimi kuchaygan davrda inson har qanday ma'lumotga ishonib ketmasligi, uni tekshirishi va xulosa chiqarishda mantiqiy yondashuvi lozim. Kitob mutolaa qilish, ilmiy manbalarni o'rganish va hayotiy tajribalarni tahlil qilish insonning fikrlash doirasini kengaytiradi hamda muammolarga oqilona yondashishga yordam beradi.

Shuningdek, muammoli vaziyatlarda hissiyotlarni boshqara olish ham muhim tavsiyalardan biridir. Stress, qo'rquv yoki jahl ta'sirida qabul qilingan qarorlar ko'pincha xato bo'ladi. Shu sababli inson o'z hissiyotlarini nazorat qilishni va murakkab vaziyatlarda ham vazminlikni saqlashni o'rganishi kerak. Psixologik tayyorgarlik va sabr insonning to'g'ri qaror qabul qilishiga katta yordam beradi.

Muammoli vaziyatlarda tajribali insonlarning fikrini eshitish ham foydali hisoblanadi. Chunki maslahatlashish orqali inson muammoning turli tomonlarini ko'rishi va yangi yechimlarni topishi mumkin. Ayniqsa, jamoaviy muhokama murakkab masalalarni samarali hal qilishda katta ahamiyatga ega.

Bundan tashqari, inson o'z xatolaridan to'g'ri xulosa chiqarishi lozim. Har bir noto'g'ri qaror ma'lum bir tajriba hisoblanadi. Xatolarni tahlil qilish va ulardan saboq olish kelajakda yanada oqilona qarorlar qabul qilishga yordam beradi. Shu sababli inson doimo o'z ustida ishlashi, bilim va tajribasini oshirib borishi zarur.

Har qanday vaziyatda muammoni chuqur tahlil qilish, ma'lumotlarni to'plash, oqibatlarni oldindan baholash va hissiyotlarni boshqara olish to'g'ri qaror qabul qilishning asosiy omillaridir. Bugungi tezkor va murakkab zamonda insonlardan nafaqat bilim, balki strategik va tanqidiy fikrlash ham talab qilinmoqda. Shu sababli har bir inson o'z ustida ishlab, qaror qabul qilish madaniyatini rivojlantirib borishi zarur. Chunki to'g'ri qaror muvaffaqiyat sari yetaklasa, noto'g'ri qaror turli muammolar va qiyinchiliklarga sabab bo'lishi mumkin.

Foydalanilgan adabiyotlar

1. Karimov I.A. Yuksak ma'naviyat — yengilmas kuch. Toshkent: Ma'naviyat, 2008.
2. G'oziyev E. Psixologiya. Toshkent: O'qituvchi, 2010.
3. Davletshin M.G. Umumiy psixologiya. Toshkent, 2002.
4. To'xtayev B. Boshqaruv psixologiyasi. Toshkent: Fan, 2015.
5. Covey S. Highly Effective People Habits. New York: Free Press, 1989.

INTERNET VA IJTIMOIIY TARMOQLARNING INSON PSIXOLOGIYASIGA TA'SIRI

Komilova Aziza Sunatullayevna

O'zMU Jizzax filiali Psixologiya kafedrası katta o'qituvchisi

**Toshmuratova Dilobar Farhod qizi, Abdulakimova Mushtariy Anvar
qizi, Komilova Aziza Sunatullayevna**

211-24 guruh talabalari

Annotatsiya: Ushbu maqolada internet va ijtimoiy tarmoqlarning yoshlar psixologiyasiga ta'siri, virtual muloqotning inson ruhiyati, emotsional holati va ijtimoiy xulq-atvoriga ko'rsatadigan ijobiy hamda salbiy ta'sirlari, shuningdek, internetga qaramlik, yolg'izlik hissi, depressiv holatlar va kommunikativ muammolarning kelib chiqish sabablari psixologik jihatlarini yoritilgan.

Kalit so'zlar: Internet, ijtimoiy tarmoqlar, yoshlar psixologiyasi, virtual muloqot, internet qaramligi, depressiya, kommunikatsiya, emotsional holat, psixologik ta'sir, ruhiy salomatlik.

XXI asr axborot texnologiyalari asri sifatida inson hayotining barcha jabhalariga katta ta'sir ko'rsatmoqda. Ayniqsa, internet va ijtimoiy tarmoqlar yoshlar hayotining ajralmas qismiga aylangan. Bugungi kunda yoshlar ta'lim olish, muloqot qilish, axborot izlash va dam olish jarayonlarida internetdan keng foydalanadilar. Shu bilan birga, internetdan haddan tashqari foydalanish ayrim psixologik muammolarni yuzaga keltirmoqda. Psixologiya fanida internetning inson ruhiyatiga ta'sirini o'rganish dolzarb masalalardan biri hisoblanadi [1;2]. Shu o'rinda internetning psixologik ahamiyatiga to'xtalib o'tamiz. Aytish mumkinki internet inson uchun avvalo keng imkoniyatlar yaratadi. U tezkor axborot almashinuvi, masofaviy ta'lim va ijtimoiy muloqotni rivojlantirishda muhim vosita hisoblanadi. Ayniqsa, pandemiya davridan so'ng internetning ta'lim va ish faoliyatidagi o'rni yanada ortdi. Psixolog olim Albert Bandura inson xulq-atvori kuzatish va taqlid asosida shakllanishini ta'kidlagan [1]. Ijtimoiy tarmoqlarda tarqaladigan kontent yoshlarning dunyoqarashi va xulqiga sezilarli ta'sir qiladi.