



ACADEMIC SPECTRUM

2026-yil 4-son

Ilmiy-metodik jurnal
Научно методический журнал
Scientific and Methodical Journal

ISSN

3093-9089

Бухоро - 2026



ACADEMIC SPECTRUM

Ilmiy-metodik jurnal
Научно методический журнал
Scientific and Methodical Journal

№ 4-Son 2026-yil

**Jurnal O‘zbekiston Respublikasi Buxoro viloyat Axborot va Ommaviy
komunikatsiyalar boshqarmasi tomonidan 2025-yil 26-dekabrdagi
№1273056 sonli guvohnoma bilan ro‘yxatga olingan**

BOSH MUHARRIR:

Axmadov Nazirjon Rahmat o‘g‘li

Psixologiya fanlari bo‘yicha falsafa doktori (PhD), dotsent

TAHRIRIYAT KENGASHI A‘ZOLARI

Кулешов Валерий Владимирович - pedagogika fanlari doktori, professor
Rossiya Fanlar akademiyasining akademigi (Ukraina).

Andriyenko Yelena Vasilyevna - pedagogika fanlari doktori, professor
(Novosibirsk davlat pedagogika universiteti Fizika, matematika, axborot va
texnologiya ta‘limi instituti, Novosibirsk, Rossiya).

Romm Tatyana Aleksandrovna - pedagogika fanlari doktori, professor
(Novosibirsk davlat pedagogika universiteti Tarix, gumanitar va ijtimoiy ta‘lim
instituti, Novosibirsk, Rossiya).

Eko Sri Margianti - Gunadarma universtiteti rektori, iqtisodiyot fanlari doktori,
professor (Indoneziya).

Zaripov Lochin Rustamovich - pedagogika fanlari doktori (DSc), professor
(O‘zbekiston Respublikasi Oliy ta‘lim, fan va innovatsiyalar vazirligi huzuridagi Oliy
ta‘limni rivojlantirish ilmiy-tadqiqot markazi, O‘quv-uslubiy faoliyatni
takomillashtirish boshqarma boshlig‘i).

Nazarov Akmal Mardonovich - psixologiya fanlari doktori (DSc), professor
(Buxoro davlat universiteti “Psixologiya” kafedrasini mudiri).

Rustamov Shavkat Shuhrat o‘g‘li - psixologiya fanlari doktori (DSc), (Buxoro
davlat universiteti “Psixologiya” kafedrasini dotsenti).

Ismatova Dilafuz Tuymuratovna - psixologiya fanlari bo‘yicha falsafa
doktori (PhD), (Buxoro davlat universiteti “Psixologiya” kafedrasini dotsenti).

Muxlisov Sodiqjon Saidjonovich - pedagogika fanlari bo‘yicha falsafa doktori
(PhD), (Buxoro davlat universiteti “Axborot tizimlari va raqamli texnologiyalar
kafedrasini dotsenti).

Tilavov Muxtor Hasan o‘g‘li - psixologiya fanlari bo‘yicha falsafa doktori
(PhD), (Buxoro davlat universiteti “Psixologiya” kafedrasini dotsenti).

Mas‘ul kotib:

Dehqonboyev Shohjahon Oybek o‘g‘li – Buxoro davlat universiteti
Psixologiya kafedrasini o‘qituvchisi

EDITOR-IN-CHIEF:

Akhmadov Nazirjon Rahmat o‘g‘li — Doctor of Philosophy (PhD) in Psychology, Associate Professor.

MEMBERS OF THE EDITORIAL BOARD:

Kuleshov Valery Vladimirovich — Doctor of Pedagogical Sciences, Professor, Academician of the Russian Academy of Sciences (Ukraine).

Andrienko Elena Vasilyevna — Doctor of Pedagogical Sciences, Professor (Novosibirsk State Pedagogical University, Institute of Physics, Mathematics, Information and Technological Education, Novosibirsk, Russia).

Romm Tatyana Aleksandrovna — Doctor of Pedagogical Sciences, Professor (Novosibirsk State Pedagogical University, Institute of History, Humanities and Social Education, Novosibirsk, Russia).

Eko Sri Margianti — Rector of Gunadarma University, Doctor of Economic Sciences, Professor (Indonesia).

Zarirov Lochin Rustamovich — Doctor of Pedagogical Sciences (DSc), Professor (Research Center for the Development of Higher Education under the Ministry of Higher Education, Science and Innovations of the Republic of Uzbekistan, Head of the Department for Improving Educational and Methodological Activities).

Nazarov Akmal Mardonovich — Doctor of Psychological Sciences (DSc), Professor, Head of the Department of Psychology, Bukhara State University.

Rustamov Shavkat Shuhrat o‘g‘li — Doctor of Psychological Sciences (DSc), Associate Professor, Department of Psychology, Bukhara State University.

Ismatova Dilafruz Tuymuratovna — Doctor of Philosophy (PhD) in Psychology, Associate Professor, Department of Psychology, Bukhara State University.

Mukhlisov Sodiqjon Saidjonovich — Doctor of Philosophy (PhD) in Pedagogical Sciences, Associate Professor, Department of Information Systems and Digital Technologies, Bukhara State University.

Tilavov Mukhtor Hasan o‘g‘li — Doctor of Philosophy (PhD) in Psychology, Associate Professor, Department of Psychology, Bukhara State University.

EXECUTIVE SECRETARY:

Dehqonboyev Shohjahon Oybek o‘g‘li — Lecturer, Department of Psychology, Bukhara State University.

ГЛАВНЫЙ РЕДАКТОР:

Ахмадов Назирджон Рахмат угли — доктор философии по психологии (PhD), доцент.

ЧЛЕНЫ РЕДАКЦИОННОГО СОВЕТА:

Кулешов Валерий Владимирович — доктор педагогических наук, профессор, академик Российской академии наук (Украина).

Андрienко Елена Васильевна — доктор педагогических наук, профессор (Новосибирский государственный педагогический университет, Институт физики, математики, информационного и технологического образования, г. Новосибирск, Россия).

Ромм Татьяна Александровна — доктор педагогических наук, профессор (Новосибирский государственный педагогический университет, Институт истории, гуманитарного и социального образования, г. Новосибирск, Россия).

Eko Sri Margianti — ректор Университета Гунадарма, доктор экономических наук, профессор (Индонезия).

Зариров Лочин Рустамович — доктор педагогических наук (DSc), профессор (Научно-исследовательский центр развития высшего образования при Министерстве высшего образования, науки и инноваций Республики Узбекистан, начальник управления по совершенствованию учебно-методической деятельности).

Назаров Акмал Мардонович — доктор психологических наук (DSc), профессор, заведующий кафедрой «Психология» Бухарского государственного университета.

Рустамов Шавкат Шухрат угли — доктор психологических наук (DSc), доцент кафедры «Психология» Бухарского государственного университета.

Исматова Дилафруз Туймуратовна — доктор философии по психологии (PhD), доцент кафедры «Психология» Бухарского государственного университета.

Мухлисов Содикжон Саиджонович — доктор философии по педагогическим наукам (PhD), доцент кафедры «Информационные системы и цифровые технологии» Бухарского государственного университета.

Тилавов Мухтор Хасан угли — доктор философии по психологии (PhD), доцент кафедры «Психология» Бухарского государственного университета.

ОТВЕТСТВЕННЫЙ СЕКРЕТАРЬ:

Дехконбоев Шохжахон Ойбек угли — преподаватель кафедры «Психология» Бухарского государственного университета.

Saidova Rayhona Amon qizi

Buxoro Davlat Universiteti Tarix va Yuridek fakulteti
Psixologiya ta’lim yo’nalishi 2-bosqich talabasi

BO‘LAJAK PEDAGOGLARDA KASBIY FAOLIYAT SAMARADORLIGINI OSHIRISHNING PSIXOLOGIK JIHATLARI

Annotatsiya. Maqolada bo‘lajak pedagoglarda kasbiy faoliyat samaradorligini oshirishning psixologik jihatlari o‘rganilgan. Pedagoglarning ishga bo‘lgan motivatsiyasi, shaxsiy xususiyatlari, emotsional barqarorligi va ijtimoiy ko‘nikmalari samaradorlikni belgilovchi asosiy omillar sifatida tahlil qilingan. Tadqiqot natijalari pedagoglarni psixologik tayyorlash va ularning kasbiy malakasini rivojlantirish bo‘yicha tavsiyalarni ishlab chiqishga yordam beradi.

Kalit so‘zlar: emotsional barqarorlik, kasbiy samaradorlik, motivatsiya, pedagog, psixologik tayyorgarlik.

Саидова Райхона Амон кизи

Студентка 2 курса направления «Психология» Историко-юридического факультета
Бухарского государственного университета

ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ПОВЫШЕНИЯ ЭФФЕКТИВНОСТИ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ БУДУЩИХ ПЕДАГОГОВ

Аннотация. В статье рассматриваются психологические аспекты повышения профессиональной эффективности будущих педагогов. Анализируются основные факторы, влияющие на эффективность работы педагогов, такие как мотивация, личностные качества, эмоциональная устойчивость и социальные навыки. Результаты исследования помогают разрабатывать рекомендации по психологической подготовке и профессиональному развитию педагогов.

Ключевые слова: эмоциональная устойчивость, профессиональная эффективность, мотивация, педагог, психологическая подготовка.

Saidova Rayhona Amon qizi

2nd-year student of the Psychology program Faculty of History and Law Bukhara State University

PSYCHOLOGICAL ASPECTS OF IMPROVING THE PROFESSIONAL EFFICIENCY OF FUTURE TEACHERS

Abstract. The article examines the psychological aspects of enhancing professional efficiency among future educators. The study analyzes key factors influencing teachers' effectiveness, including motivation, personal characteristics, emotional stability, and social skills. The results provide recommendations for psychological preparation and professional development of educators.

Keywords: emotional stability, professional efficiency, motivation, teacher, psychological preparation.

Kirish. Bugungi kunda ta’lim tizimini modernizatsiya qilish, ta’lim sifatini oshirish va raqobatbardosh kadrlar tayyorlash masalalari dolzarb ahamiyat kasb etmoqda. Bu jarayonda bo‘lajak pedagoglarning kasbiy faoliyat samaradorligini oshirish muhim vazifalardan biri hisoblanadi. Pedagog shaxsining kasbiy yetukligi nafaqat bilim va malakalarga, balki uning psixologik

tayyorgarligi, motivatsiyasi, emotsional barqarorligi hamda muloqotga kirishish qobiliyatiga ham bevosita bog'liqdir.

Zamonaviy pedagogdan o'quvchilar bilan samarali muloqot o'rnatish, ta'lim jarayonini psixologik jihatdan to'g'ri tashkil etish, stressli vaziyatlarda o'zini boshqara olish va reflektiv fikrlash talab etiladi. Shu bois bo'lajak o'qituvchilarda kasbiy faoliyat samaradorligini ta'minlovchi psixologik omillarni aniqlash va rivojlantirish masalasi pedagogika va psixologiya fanlarining muhim tadqiqot yo'nalishlaridan biri bo'lib qolmoqda.

Mazkur maqolada bo'lajak pedagoglarda kasbiy faoliyat samaradorligini oshirishning psixologik jihatlari, xususan, kasbiy motivatsiya, shaxsiy rivojlanish, emotsional barqarorlik va muloqot kompetensiyalarining o'rni tahlil qilinadi. Tadqiqot natijalari bo'lajak pedagoglarni kasbiy faoliyatga tayyorlash jarayonini takomillashtirishga xizmat qiladi.

Bo'lajak pedagoglarning kasbiy faoliyat samaradorligini oshirish mavzusi pedagogika va psixologiya sohalarida keng o'rganilgan. Tadqiqotchilar kasbiy samaradorlikni nafaqat bilim va ko'nikmalar bilan, balki shaxsiy psixologik xususiyatlar bilan ham bog'liq ekanligini ta'kidlashadi.

Adabiyotlar tahlili va metodologiyasi. Bo'lajak pedagoglarning kasbiy faoliyat samaradorligini oshirish mavzusi pedagogika va psixologiya sohalarida keng o'rganilgan. Tadqiqotchilar kasbiy samaradorlikni nafaqat bilim va ko'nikmalar bilan, balki shaxsiy psixologik xususiyatlar bilan ham bog'liq ekanligini ta'kidlashadi.

K.B. Ayzenk temperament nazariyasi asosida pedagoglarning shaxsiy xususiyatlari va kasbiy faoliyat samaradorligi o'rtasidagi bog'liqlikni ko'rsatgan. Unga ko'ra, ekstravert va neyrotizm darajasi pedagogning sinf ichidagi muloqot va emotsional barqarorligiga ta'sir qiladi.

Vygotskiy va Leontyevning nazariy ishlari bo'yicha, kasbiy faoliyat samaradorligi shaxsning ichki motivatsiyasi, refleksiya qobiliyati va shaxsiy rivojlanish darajasiga bog'liqdir. Bo'lajak pedagoglarda motivatsiya va shaxsiy o'sish jarayoni kasbiy malaka shakllanishida muhim omil hisoblanadi.

Zamonaviy tadqiqotlar, masalan, S.Karyagina (2020) va M. Ibragimova (2018), pedagoglarning emotsional barqarorligi va kommunikativ kompetensiyalari ularning samaradorligini oshirishda hal qiluvchi rol o'ynashini ko'rsatadi. Shu bilan birga, psixologik tayyorgarlik dasturlari va treninglar bo'lajak pedagoglarning o'z-o'zini boshqarish, stressga chidamlilik va pedagogik innovatsiyalarni qo'llash qobiliyatini rivojlantiradi.

Adabiyotlar tahlili shuni ko'rsatadiki, bo'lajak pedagoglarda kasbiy samaradorlikni oshirish faqat nazariy bilim berish bilan cheklanmasdan, shaxsiy psixologik tayyorgarlik, motivatsiya va emotsional barqarorlikni rivojlantirishni ham o'z ichiga olishi lozim. Bu jihatlar pedagogika va psixologiya sohasida zamonaviy tadqiqotlarning asosiy yo'nalishlaridan biridir.

Muhokama. Tadqiqot natijalari shuni ko'rsatadiki, bo'lajak pedagoglarning kasbiy faoliyat samaradorligi ularning psixologik xususiyatlari bilan bevosita bog'liq. Tadqiqotlarda aniqlangan asosiy omillar — kasbiy motivatsiya, emotsional barqarorlik, muloqot kompetensiyalari va refleksiya qobiliyatidir. Bu omillar pedagogning o'quv jarayonini samarali tashkil etish, stressli vaziyatlarda o'zini boshqarish va innovatsion pedagogik yondashuvlarni qo'llash qobiliyatiga ta'sir qiladi.

Masalan, yuqori darajadagi kasbiy motivatsiyaga ega bo'lgan bo'lajak pedagoglar o'quvchilar bilan samarali muloqot o'rnatadi va dars jarayonini faol boshqaradi. Shu bilan birga, emotsional barqarorlik darajasi past bo'lgan pedagoglarda stressga chidamlilik pastligi va pedagogik faoliyat samaradorligining kamayishi kuzatiladi. Bu natija K. Ayzenkning temperament nazariyasi bilan uyg'unlikda bo'lib, ekstravert va neyrotizm darajasi pedagogning ish faoliyatiga ta'sir qilishi aniqlangan. Shuningdek, refleksiya qobiliyati va psixologik tayyorgarlik darajasi pedagoglarning o'z

kasbiy malakasini muntazam rivojlantirishiga xizmat qiladi. Tadqiqot shuni ko'rsatadiki, psixologik tayyorgarlik dasturlari bo'lajak pedagoglarning o'z-o'zini boshqarish, stressga chidamlilik va kasbiy innovatsiyalarni qo'llash qobiliyatini oshiradi.

Muhokama natijalari shuni tasdiqladiki, pedagogik tayyorgarlik jarayonida psixologik jihatlarni hisobga olish nafaqat bo'lajak pedagogning kasbiy samaradorligini oshirish, balki ta'lim jarayonining sifatini yaxshilashda ham muhim ahamiyatga ega. Shu sababli ta'lim muassasalarida psixologik treninglar, emotsional barqarorlikni rivojlantirish mashg'ulotlari va motivatsion dasturlarni joriy etish tavsiya etiladi.

Xulosa. Bo'lajak pedagoglarda kasbiy faoliyat samaradorligini oshirishning psixologik jihatlarni o'rganish shuni ko'rsatdiki, samaradorlik ko'plab ichki va tashqi omillarga bog'liq. Shu jumladan, pedagogning motivatsiyasi, emotsional barqarorligi, shaxsiy xususiyatlari va ijtimoiy ko'nikmalari muhim ahamiyatga ega. Tadqiqot natijalari pedagoglarni psixologik tayyorlash, kasbiy malakani oshirish va samarali pedagogik faoliyatni ta'minlash uchun aniq tavsiyalar ishlab chiqishga yordam beradi. Shu bilan birga, psixologik qo'llab-quvvatlash va individual yondashuv bo'lajak pedagoglarning professional rivojlanishida hal qiluvchi rol o'ynaydi.

Bo'lajak pedagoglarda kasbiy faoliyat samaradorligini oshirishda psixologik omillar yetakchi ahamiyat kasb etadi. Ushbu omillar shaxsning ichki motivatsiyasi, kasbiy o'zini anglash va emotsional barqarorligi bilan chambarchas bog'liq. Talaba pedagog o'z kasbining mazmunini chuqur anglagan sari unda mas'uliyat hissi va maqsadga yo'naltirilganlik kuchayadi. Psixologik tayyorgarlik jarayoni davomida refleksiya ko'nikmalarining rivojlanishi o'qituvchilik faoliyatida to'g'ri qaror qabul qilishga xizmat qiladi. Stressga chidamlilik va o'z his-tuyg'ularini boshqara olish qobiliyati pedagogik vaziyatlarda muvozanatni saqlash imkonini beradi. Ijobiy o'zini baholash bo'lajak pedagogning o'z kuchiga ishonchini mustahkamlab, tashabbuskorlikni rag'batlantiradi. Psixologik iqlimni to'g'ri qabul qila olish jamoa bilan samarali hamkorlikni ta'minlaydi. Empatiya va muloqot madaniyatining shakllanishi o'quvchilar bilan sog'lom munosabat o'rnatishga yordam beradi. Bunday psixologik sifatlar ta'lim jarayonining sifatiga bevosita ta'sir ko'rsatadi. Natijada bo'lajak pedagogning kasbiy faoliyati barqaror va samarali tus oladi.

Kasbiy samaradorlikni oshirishda psixologik rivojlanishni tizimli qo'llab-quvvatlash muhim hisoblanadi. Ta'lim jarayonida shaxsga yo'naltirilgan yondashuv bo'lajak pedagogning individual ehtiyojlarini inobatga olish imkonini yaratadi. Psixologik treninglar va amaliy mashg'ulotlar orqali kasbiy qobiliyatlar bosqichma-bosqich mustahkamlanadi. O'zini o'zi rivojlantirishga intilish pedagogik mahoratning uzluksiz takomillashuvini ta'minlaydi. Ichki motivlarning kuchayishi tashqi rag'batlarga qaramlikni kamaytiradi. Shuningdek, kasbiy qadriyatlarining shakllanishi pedagogning faoliyatiga mazmun va yo'nalish bag'ishlaydi. Psixologik savodxonlik oshgani sari murakkab ta'limiy vaziyatlarga moslashish osonlashadi. Bu holat o'qituvchining o'z ishidan qoniqish hissini kuchaytiradi. Qoniqish hissi esa kasbiy charchashning oldini olishda muhim omil bo'lib xizmat qiladi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati

1. Айзенк, Г. (1991). Темперамент и личность. Москва: Наука.
2. Выготский, Л. С. (1982). Мышление и речь. Москва: Просвещение.
3. Леонтьев, А. Н. (1978). Деятельность. Сознание. Личность. Москва: Педагогика.
4. Ахмедова, Н. (2019). Kasbiy motivatsiya va pedagoglarning kasbiy samaradorligi. *Pedagogika va psixologiya jurnali*, 4, 15–23.
5. Shukurova, D. (2021). Bo'lajak pedagoglarda refleksiya va shaxsiy rivojlanishning roli. *Ta'lim va rivojlanish*, 2, 30–38.

MUNDARIJA:

T/R	Mualliflar	Maqola sarlavhasi	Bet
1	<i>G'AYBULLAYEV ALISHER ASADOVICH</i>	MAKTAB UQUVCHILARIDA BULLING XULQ ATVOR SHAKLLANISHINING IJTIMOY PSIXOLOGIK DETERMINANTLARI	6
2	<i>YOQUBJONOVA SEVARA BAHODIR QIZI</i>	PRESERVING THE AUTHOR'S INDIVIDUAL STYLE IN UZBEK TRANSLATION (BASED ON LEE KUAN YEW'S FROM THIRD WORLD TO FIRST)	12
3	<i>IBODULLOYEV NURALI SHERALIYEVICH</i>	PEDAGOGIK TEXNOLOGIYALARNING TAʼLIM JARAYONIDA SAMARDORLIGI VA METODOLOGIK ASOSLARI	23
4	<i>AXMEDOVA ZARRINA JAMILOVNA, NARZULLOYEVA JASMINA JO'RABEK QIZI</i>	IJTIMOY TARMOQLARNING OʻSPIRINLAR PSIXIKASIGA TAʼSIRI VA UNING PSIXOLOGIK JIHATLARI	26
5	<i>QAZOQOV MUXRIDIN HOSHIM O'G'LI</i>	?????????? ???????-????????????? ????????????? ? ??????????? ?????????? ??	31
6	<i>SAIDOVA RAYHONA AMON QIZI</i>	BOʻLAJAK PEDAGOGLARDA KASBIY FAOLIYAT SAMARADORLIGINI OSHIRISHNING PSIXOLOGIK JIHATLARI	34
7	<i>NISHONOVA ZUXRA VOXIDJON QIZI</i>	THE DEVELOPMENT OF THE PHONICS APPROACH AND ITS ROLE IN MODERN EDUCATIONAL PARADIGMS	37
8	<i>SADULLAYEVA SEVARA G'AYRADJONOVNA</i>	TALABALARDA UYQUSIZLIK VA UNING SALOMATLIKKA TAʼSIRI	41
9	<i>SAFAROVA ZULFIZAR BOBONAZAR QIZI</i>	BAHOLASH AMALIYOTIDA UCHRAYDIGAN MUAMMOLAR VA ULARNI BARTARAF ETISH YOʻLLARI	45
10	<i>MAMATOV ALIMARDON SOTVOLDI O'G'LI, SHOMUROTOV ZOXID ZOKIROVICH</i>	PROFESSIONAL DEFORMATION AND ITS CAUSES	49



Jurnal O‘zbekiston Respublikasi Buxoro viloyat Axborot va Ommaviy kommunikatsiyalar boshqarmasi tomonidan 2025-yil 26-dekabrda №1273056 sonli guvohnoma bilan ro‘yxatga olingan.

Tahririyat manzili: 200117, O‘zbekiston Respublikasi,
Buxoro shahri Alpomish ko‘chasi, 9-uy
Elektron manzil: aspec.uz
Telegram raqami: -998 (91) 245-46-66

“ACADEMIC SPECTRUM” ilmiy-metodik jurnal.
Buxoro, 2026. № 4-Son.