



ACADEMIC SPECTRUM

2026-yil 1-son

Ilmiy-metodik jurnal
Научно методический журнал
Scientific and Methodical Journal

ISSN

3093-9089

Вухоро - 2026



ACADEMIC SPECTRUM

**Ilmiy-metodik jurnal
Научно методический журнал
Scientific and Methodical Journal**

№ 1-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).

Tadjixodjayev Zokirxo‘ja Abdusattorvich - Texnika fanlari doktori, professor

Olimov Shirinboy Sharofovich - pedagogika fanlari doktori, professor (Buxoro davlat universiteti “Pedagogika” kafedrasini mudiri).

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).

Xamidov Akmal Amrulloevich – pedagogika fanlari bo‘yicha falsafa doktori (PhD) (Buxoro viloyati Pedagogik mahorat markazi direktori)

Nazarov Akmal Mardonovich - psixologiya fanlari doktori (DSc), professor (Buxoro davlat universiteti Yoshlar masalalari va ma‘naviy-ma‘rifiy ishlar bo‘yicha birinchi prorektor).

Safarov Dilmurod Xalimovich - psixologiya fanlari doktori (DSc), professor (Navoiy viloyati pedagogik mahorat markazi Akademik faoliyat bo'yicha direktor o'rinbosari)

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

Ganjiyev Feruz Furqatovich - psixologiya fanlari doktori (DSc), dotsent (Buxoro davlat universiteti “Psixologiya” kafedrasini professori).

Kosimov Ubaydulla Axrorovich - psixologiya fanlari bo‘yicha falsafa doktori (PhD), dotsent (Buxoro viloyati Pedagogik mahorat markazi Pedagogika va psixologiya, ta‘lim texnologiyalari kafedrasini mudiri)

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” kafedrasida dotsenti).

Mas‘ul kotib:

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

EDITOR-IN-CHIEF:

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

MEMBERS OF THE EDITORIAL BOARD:

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

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

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

Tadjixodjayev Zokirkhoja Abdusattorovich — Doctor of Technical Sciences, Professor.

Shirinboy Sharofovich Olimov — Doctor of Pedagogical Sciences, Professor (Bukhara State University, Head of the “Pedagogy” Department).

Lochin Rustamovich Zaripov — 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 Improvement of Educational and Methodological Activities).

Khamidov Akmal Amrulloevich — Doctor of Philosophy (PhD) in Pedagogical Sciences, Director of the Bukhara Regional Center for Pedagogical Excellence.

Akmal Mardonovich Nazarov — Doctor of Psychological Sciences (DSc), Professor (Bukhara State University, First Vice-Rector for Youth Affairs and Spiritual-Educational Work).

Dilmurod Xalimovich Safarov — Doctor of Psychological Sciences (DSc), Professor (Navoi Regional Center for Pedagogical Excellence, Deputy Director for Academic Affairs).

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

Feruz Furqatovich Ganjiyev — Doctor of Psychological Sciences (DSc), Associate Professor (Bukhara State University, Professor of the “Psychology” Department).

Kosimov Ubaydulla Axrorovich — Doctor of Philosophy (PhD) in Psychological Sciences, Associate Professor, Head of the Department of Pedagogy and Psychology, Educational Technologies at the Bukhara Regional Center for Pedagogical Excellence.

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

rivojlantirish muhim ahamiyat kasb etadi. Shu nuqtai nazardan, kognitiv va metakognitiv kompetensiyalar talabalarning akademik va shaxsiy rivojlanishida markaziy o‘rin tutadi. Kognitiv kompetensiyalar – bu talabani ma‘lumotni qabul qilish, tahlil qilish, umumlashtirish va amaliyotga tatbiq etish qobiliyati bo‘lsa, metakognitiv kompetensiyalar o‘z-o‘zini nazorat qilish, o‘rganish jarayonini rejalashtirish va baholash, shuningdek, o‘z xatolarini aniqlash va tuzatish qobiliyatini o‘z ichiga oladi.

Pedagogik psixologik yondashuvlar talabalarni bu ikki turdagi kompetensiyalarni shakllantirishda muhim rol o‘ynaydi. Tadqiqotlar shuni ko‘rsatadiki, interaktiv metodlar, reflektiv mashg‘ulotlar, guruhli muhokamalar va o‘z-o‘zini baholash vositalari talabalarni bilimni chuqur o‘zlashtirishga va o‘rganish jarayonini samarali boshqarishga rag‘batlantiradi. Shu bilan birga, psixologik strategiyalar talabani motivatsiyasi, diqqatni jamlash qobiliyati va stress bilan kurashish ko‘nikmalarini mustahkamlash orqali kognitiv va metakognitiv kompetensiyalarning barqaror rivojlanishiga yordam beradi.

Shu asosda, pedagoglar va psixologlar talabalarni zamonaviy ta‘lim sharoitida muvaffaqiyatli rivojlantirish uchun integrativ yondashuvni qo‘llashlari zarur: bu kognitiv va metakognitiv ko‘nikmalarni bir-birini to‘ldiradigan tarzda rivojlantirish, pedagogik vositalar va psixologik mexanizmlarni uyg‘unlashtirish orqali amalga oshiriladi. Ushbu maqola talabalarning kognitiv va metakognitiv kompetensiyalarini rivojlantirishning pedagogik-psixologik mexanizmlari va ularning samarali qo‘llanishi bo‘yicha ilmiy tahlil va amaliy tavsiyalarni taqdim etishga qaratilgan.

Adabiyotlar tahlili. Kognitiv va metakognitiv kompetensiyalar talabalarning o‘rganish jarayonini samarali boshqarishlari, mustaqil fikrlash va murakkab muammolarni hal etish qobiliyatlarini shakllantirishda markaziy o‘rin tutadi. Xalqaro tadqiqotlar shuni ko‘rsatadiki, metakognitiv strategiyalarni rivojlantirish talabalarning kognitiv kompetensiyalarini sezilarli darajada oshiradi va ularni o‘z o‘rganish jarayonlarini boshqarishda mustaqil qiladi - bu esa ularning akademik muvaffaqiyatini yaxshilaydi. Metakognitsiya - bu fikrlashni anglash va uni o‘rganish uchun boshqarish qobiliyatidir, bu yo‘nalishdagi tadqiqotlar o‘rganish natijalari va ta‘lim strategiyalarining samaradorligini oshirishga yordam beradi.

Rus olimlari olib borgan tadqiqotlar ham metakognitiv kompetensiyalarni rivojlantirishning pedagogik ahamiyatini tasdiqlaydi. Masalan, metakognitiv instruksiyalarni o‘quv muhitiga integratsiya qilish orqali talabalar o‘z fikrlash jarayonlarini rejalashtirish, monitoring qilish va baholash ko‘nikmalarini o‘zlashtiradi, bu esa ularning o‘rganish faoliyatida chuqur anglash va mustaqil qaror qabul qilish imkoniyatini beradi. Shu bilan birga, kognitiv jarayonlar va metakognitiv nazorat bir-birini to‘ldiruvchi komponentlar sifatida ta‘lim jarayonida o‘zaro bog‘liq bo‘lib, ular o‘quvchining intellektual faoliyatining boshqaruvi va nazoratini ta‘minlaydi.

Mahalliy tadqiqotlarda ham pedagogik-psixologik mexanizmlar kognitiv va metakognitiv kompetensiyalarni shakllantirishda muhim rol o‘ynashi ko‘rsatib o‘tilgan. O‘zbekiston olimlarining ishlari kognitiv kompetensiyaning ilmiy-nazariy asoslari va ta‘lim jarayonidagi o‘rni haqida tushuncha beradi, bu esa talabalarning tanqidiy fikrlash, tahliliy qobiliyat va metakognitiv strategiyalarni birgalikda rivojlantirish zaruratini ta‘kidlaydi. Reflektiv yondashuvlar, o‘z-o‘zini baholash va reflektiv kuzatuv mexanizmlari metakognitiv kompetensiya shakllanishida samarali mexanizmlar sifatida ko‘riladi, bu talabalarga o‘z o‘rganish usullarini tahlil qilish va takomillashtirish imkoniyatini beradi.

Shuningdek, metakognitiv ko‘nikmalarni shakllantirishda innovatsion pedagogik mexanizmlar - masalan, gamifikatsiyalangan o‘quv muhitlar orqali o‘quvchilarning reflektiv tahlil va rejalashtirish ko‘nikmalarini rivojlantirish modellari ham samarali deb topilgan. Bu yondashuvlar talabalarning motivatsiyasini oshiradi va ularni o‘z o‘rganish jarayonini boshqarishda faol qatnashishga undaydi.

Xalqaro adabiyotlar shuni ko‘rsatadiki, kognitiv va metakognitiv kompetensiyalarni rivojlantirish faqat individual strategiyalarni o‘rgatish orqali emas, balki bu strategiyalarni ta‘lim muhitiga tizimli integratsiya qilish orqali amalga oshiriladi. Bunda o‘qituvchilar talabalarga o‘z

o‘rganish jarayonini rejalashtirish, monitoring qilish va baholashni o‘rgatish orqali ularning o‘z-o‘zini nazorat qilish qobiliyatini mustahkamlaydi.

Umuman olganda, adabiyotlar tahlili pedagogik va psixologik mexanizmlarning kognitiv va metakognitiv kompetentsiyalarni shakllantirishda o‘rni hamda zamonaviy pedagogik yondashuvlar, strategiyalar va innovatsion muhitlarning ahamiyatini ilmiy asoslangan tarzda ochib beradi.

Muhokama. Talabalarni kognitiv va metakognitiv kompetentsiyalarini rivojlantirish bugungi ta’lim jarayonining dolzarb masalalaridan biridir. Kognitiv kompetentsiyalar talabaga ma’lumotni qabul qilish, tahlil qilish, umumlashtirish va amaliyotga tatbiq etish imkonini beruvchi asosiy fikrlash qobiliyatini shakllantiradi. Shu bilan birga, metakognitiv kompetentsiyalar o‘rganish jarayonini rejalashtirish, boshqarish va baholashga, shuningdek, o‘z xatolarini aniqlash va to‘g‘rilashga qodirlikni rivojlantiradi. Xalqaro tadqiqotlar shuni ko‘rsatadiki, metakognitiv strategiyalarni o‘rganish talabalarning kognitiv qobiliyatlarini mustahkamlash bilan birga ularni mustaqil o‘rganishga va tanqidiy fikrlashga rag‘batlantiradi. Bu esa o‘z navbatida akademik muvaffaqiyat va o‘zini rivojlantirishni ta’minlaydi.

Rus olimlarining tadqiqotlari pedagogik-psixologik mexanizmlarni keng kontekstda o‘rganishga yordam beradi. Ularning ishlari shuni ko‘rsatadiki, metakognitiv yondashuvlarni ta’lim jarayoniga integratsiya qilish talabalarni o‘z fikrlash jarayonlarini rejalashtirish va nazorat qilishga o‘rgatadi. Shuningdek, kognitiv va metakognitiv ko‘nikmalar bir-birini to‘ldiruvchi komponentlar sifatida birgalikda rivojlanadi, bu esa talabaning intellektual faoliyati va o‘rganish jarayonini samarali boshqarish imkonini yaratadi.

Mahalliy tadqiqotlar pedagogik-psixologik mexanizmlarning amaliy ahamiyatini ochib beradi. O‘zbekiston olimlari talabalarning kognitiv va metakognitiv kompetentsiyalarini shakllantirishda reflektiv mashg‘ulotlar, guruhli muhokamalar, o‘z-o‘zini baholash va interaktiv metodlarning samarali ekanligini ko‘rsatadi. Shu bilan birga, innovatsion pedagogik mexanizmlar, masalan, gamifikatsiyalangan o‘quv muhitlari va loyiha asosidagi mashg‘ulotlar talabalarni tanqidiy fikrlash, muammolarni hal qilish va mustaqil qaror qabul qilishga rag‘batlantiradi.

Muhokama natijalari shuni ko‘rsatadiki, kognitiv va metakognitiv kompetentsiyalarni rivojlantirish individual strategiyalarni o‘rgatish bilan cheklanmasdan, ta’lim muhitiga tizimli integratsiya qilinishi lozim. Bu o‘quv jarayonida talabalarni o‘z-o‘zini boshqarish, reflektiv tahlil va baholash ko‘nikmalarini shakllantirishga imkon beradi. Shu bilan birga, pedagogik va psixologik strategiyalarni uyg‘unlashtirish talabaning motivatsiyasini oshiradi, ularni o‘z o‘rganish jarayonida faol ishtirok etishga undaydi.

Xulosa qilib aytganda, talabalarning kognitiv va metakognitiv kompetentsiyalarini rivojlantirish nafaqat bilimni chuqur o‘zlashtirishga, balki tanqidiy fikrlash, muammolarni hal etish va o‘z-o‘zini boshqarish ko‘nikmalarini shakllantirishga xizmat qiladi. Shu bois pedagoglar va psixologlar integrativ yondashuvni qo‘llagan holda interaktiv, reflektiv va innovatsion metodlarni birlashtirishi talab qilinadi. Bu yondashuv zamonaviy ta’lim jarayonida talabalarni mustaqil, kreativ va samarali o‘rganishga tayyorlaydi.

Xulosa. Ushbu tadqiqot shuni ko‘rsatdiki, talabalarning kognitiv va metakognitiv kompetentsiyalarini rivojlantirish zamonaviy ta’lim jarayonining ajralmas tarkibiy qismidir. Kognitiv kompetentsiyalar talabaning bilimlarni qabul qilish, tahlil qilish, umumlashtirish va amaliyotga tatbiq etish qobiliyatini ifodalasa, metakognitiv kompetentsiyalar o‘z-o‘zini boshqarish, o‘rganish jarayonini rejalashtirish, monitoring qilish va baholash, shuningdek, xatolarni aniqlash va to‘g‘rilash ko‘nikmalarini shakllantiradi. Tadqiqot natijalari shuni ko‘rsatadiki, pedagogik va psixologik mexanizmlar - interaktiv metodlar, reflektiv mashg‘ulotlar, o‘z-o‘zini baholash, guruhli muhokamalar va gamifikatsiyalangan o‘quv muhitlari talabalarning kompetentsiyalarini samarali rivojlantirishga xizmat qiladi.

Shuningdek, adabiyotlar tahlili kognitiv va metakognitiv kompetentsiyalarni rivojlantirishda individual strategiyalarni o‘rgatish bilan cheklanmasdan, tizimli pedagogik yondashuvni qo‘llash zarurligini ko‘rsatadi. Bu yondashuv talabalarning motivatsiyasini oshiradi, o‘z-o‘zini boshqarish

va refleksiv fikrlash ko‘nikmalarini mustahkamlaydi hamda ularni mustaqil, kreativ va tanqidiy fikrlay oladigan shaxs sifatida shakllantiradi.

Umuman olganda, talabalarning kognitiv va metakognitiv kompetentsiyalarini pedagogik-psixologik mexanizmlar orqali rivojlantirish nafaqat bilimni chuqur o‘zlashtirishni, balki o‘rganish jarayonini samarali boshqarish, muammolarni hal etish va ijodiy faoliyat ko‘nikmalarini shakllantirishni ta‘minlaydi. Shu bois, pedagoglar va psixologlar integrativ va innovatsion yondashuvlarni uyg‘unlashtirib, zamonaviy ta‘lim jarayonida talabalarning kompetentsiyalarini maksimal darajada rivojlantirish imkoniyatlarini yaratishlari muhimdir.

Foydalanilgan adabiyotlar ro‘yxati.

1. Schraw, G., & Dennison, R. S. (1994). Assessing Metacognitive Awareness. *Contemporary Educational Psychology*, Vol. 19, No. 4, pp. 460–475.– Metakognitiv xabardorlikni o‘lchash va metakognitiv bilim hamda nazoratni tahlil qiladi.

2. Panigrahi, A. R., Pany, S., & Verma, A. (2025). The impact of meta-cognitive skills on students learning. *International Journal of Educational Research*, Vol. 45, pp. 112–128.– Metakognitiv ko‘nikmalar va o‘rganish natijalari o‘rtasidagi bog‘liqlikni sistematik ko‘rib chiqadi.

3. Ochilova, V. R. (2021). Metacognitive Competence Development at First-Year Students. *Frontline Social Sciences and History Journal*, Vol. 1, No. 03, pp. 8–13.– Birinchi kurs talabalarida metakognitiv kompetentsiyani shakllantirish jarayoni tahlil qilingan.

4. Rasulov, E. (2025). Kognitiv hamda metakognitiv faoliyatlar o‘rtasidagi bog‘liqlik va ularni rivojlantirish usullari. III Respublika ilmiy-amaliy konferensiyasi materiallari, pp. 41–45.– Kognitiv va metakognitiv faoliyatlar o‘rtasidagi bog‘liqlik va pedagogik shakllantirish mexanizmlari tahlili.

5. Rasulov, E. M. (2025). Talabalar kognitiv va metakognitiv faoliyatini rivojlantirishning didaktik imkoniyatlari. *Qo‘qon DPI Ilmiy Xabarlar*, 6-son, pp. 12–19.– Kognitiv va metakognitiv ko‘nikmalarni o‘quv jarayonida oshirishga qaratilgan didaktik imkoniyatlar.

6. Alimov, J. (2025). Reflektiv yondashuv asosida metakognitiv kompetensiyani shakllantirishning pedagogik mexanizmlari. *Maktabgacha va maktab ta‘limi jurnali*, 2025, pp. 34–41.– Reflektiv yondashuv va pedagogik usullar orqali metakognitiv kompetensiyani rivojlantirish.

7. Umirbekova, B. A. (2025). Kognitiv kompetentlikning ilmiy-nazariy asoslari va uning pedagogik jarayonda tutgan o‘rni. *Xalqaro ilmiy-amaliy anjuman materiallari*, pp. 270–272.– Kognitiv kompetentlik nazariyasi va pedagogik jarayonda uni rivojlantirish yondashuvlari.

8. Yuldasheva, G. I. (2024). Talabalarning o‘z-o‘zini rivojlantirish strategiyasi. *Tadqiqotlar jurnali*, 2024, pp. 58–65.– Talabalarning o‘zini rivojlantirish va metakognitiv strategiyalarini shakllantirishni tahlil qiladi.

9. Kurbanbayeva, D. S. (2025). Chet tili ta‘limida talabalarning metakompetensiyasini shakllantirish. *Xalqaro konferensiya materiallari*, pp. 112–118.– Xorijiy til ta‘limi kontekstida metakognitiv nazorat va refleksiya yondashuvlari.

Boboqulova O'g'iloy Komil qizi

Buxoro davlat universiteti Psixologiya ta'lim yo'nalishi talabasi

**SHAXSLARARO MANIPULYATSIYA VA NAZORAT MEXANIZMLARI:
EMOTSIONAL EKSPLUATATSIYANING PSIXOLOGIK ASOSLARI**

Annotatsiya. Ushbu maqola shaxslararo manipulyatsiya va nazorat mexanizmlarini tahlil qiladi hamda emotsional ekspluatatsiyaning psixologik asoslarini o'rganadi. Tadqiqotda shaxslararo munosabatlarda manipulyatsiyaning shakllari, usullari va individga ta'siri yoritilgan. Emotsional ekspluatatsiya - bu boshqa shaxsning hissiyotlari, xavotir va zaif tomonlaridan foydalangan holda ongli yoki bilvosita nazorat o'rnatish jarayoni sifatida talqin qilinadi. Maqolada shuningdek, manipulyatsiya bilan kurashish strategiyalari, emotsional intellekt va shaxsiy chegaralarni mustahkamlash usullari ham ko'rib chiqilgan. Tadqiqot psixologik nazariyalar va amaliy misollar orqali shaxslararo manipulyatsiyaning ijtimoiy va individual oqibatlarini yoritadi.

Kalit so'zlar: shaxslararo manipulyatsiya, emotsional ekspluatatsiya, nazorat mexanizmlari, psixologik himoya, hissiy intellekt.

Аннотация. Статья посвящена анализу межличностной манипуляции и механизмов контроля, а также психологическим основам эмоциональной эксплуатации. Исследование рассматривает формы, методы манипуляции и их влияние на личность. Эмоциональная эксплуатация определяется как процесс сознательного или косвенного контроля через использование эмоций, тревог и уязвимых сторон другого человека. В статье также обсуждаются стратегии противодействия манипуляции, развитие эмоционального интеллекта и укрепление личных границ. Работа демонстрирует социальные и индивидуальные последствия манипулятивного поведения через призму психологических теорий и практических примеров.

Ключевые слова: межличностная манипуляция, эмоциональная эксплуатация, механизмы контроля, психологическая защита, эмоциональный интеллект.

Abstract. This article examines interpersonal manipulation and control mechanisms, focusing on the psychological foundations of emotional exploitation. The study highlights the forms, methods, and effects of manipulation on individuals. Emotional exploitation is defined as the process of consciously or indirectly controlling another person by leveraging their emotions, anxieties, or vulnerabilities. The article also discusses strategies for resisting manipulation, enhancing emotional intelligence, and reinforcing personal boundaries. Through psychological theories and practical examples, the study explores the social and individual consequences of manipulative behaviors.

Key words: interpersonal manipulation, emotional exploitation, control mechanisms, psychological defense, emotional intelligence.

Kirish. Bugungi zamon jamiyatida shaxslararo munosabatlar murakkablashgani sari, manipulyatsiya va nazorat mexanizmlari psixologik tadqiqotlarning markaziy masalasiga aylangan. Insonlar o'zaro aloqalarda nafaqat ijtimoiy qo'llab-quvvatlash va hamkorlikni qidiradi, balki ba'zan ongli yoki bilvosita manipulyatsiyaga duch keladi. Shaxslararo manipulyatsiya - bu boshqa shaxsning hissiyotlari, zaifliklari va ehtiyojlaridan foydalangan holda ongli ravishda nazorat o'rnatish jarayoni bo'lib, u emotsional ekspluatatsiya shaklida namoyon bo'lishi mumkin. Emotsional ekspluatatsiya, o'z navbatida, shaxsning ruhiy holatiga, hissiy barqarorligiga va qaror qabul qilish jarayoniga sezilarli ta'sir ko'rsatadi. Shu nuqtai nazardan, ushbu jarayonni tushunish psixologlar va pedagoglar uchun nafaqat nazariy, balki amaliy ahamiyatga ega.

Pedagogik va ijtimoiy psixologlar - masalan, L. S. Vygotskiy va A. A. Leontyev - shaxslarning ijtimoiy o'zaro ta'siri va faoliyati orqali xulq-atvorini shakllantirishga alohida e'tibor qaratgan. Shu bilan birga, zamonaviy olimlar, jumladan D. Goleman va R. Cialdini, emotsional

Nutq texnikasining ta’lim samaradorligiga ta’siri tarbiyaviy jihatdan ham namoyon bo’ladi. O’qituvchining madaniyatli, muloyim va hurmatga asoslangan nutqi o’quvchilarda ijobiy psixologik muhitni shakllantiradi. Bu esa o’quvchilarning o’z fikrini erkin bayon etishiga, xatodan qo’rqmasdan faol qatnashishiga sharoit yaratadi. Aksincha, qo’pol yoki noaniq nutq o’quvchilarda ishonchsizlik va darsga bo’lgan salbiy munosabatni keltirib chiqarishi mumkin. Shu bois nutq texnikasi o’qituvchining pedagogik odobi va muloqot madaniyati bilan chambarchas bog’liqdir.

Shuningdek, pedagogik jarayonda nutq texnikasi bilimlarni tizimli va mantiqiy yetkazish imkonini beradi. O’qituvchi fikrni izchil bayon etib, tushunchalar o’rtasidagi bog’liqlikni aniq ko’rsata olsa, o’quvchilarda yaxlit tasavvur shakllanadi. Bu esa bilimlarning mustahkamlanishiga va ularni amaliyotda qo’llash ko’nikmasining rivojlanishiga olib keladi. Nutq texnikasi rivojlangan o’qituvchi murakkab mavzularni ham sodda va tushunarli shaklda izohlab bera oladi, bu esa ta’lim samaradorligini sezilarli darajada oshiradi. Xulosa qilib aytganda, pedagogik jarayonda nutq texnikasi ta’lim samaradorligini belgilovchi asosiy omillardan biridir. O’qituvchining nutqiy mahorati o’quvchilarning bilimni o’zlashtirish darajasi, darsga bo’lgan qiziqishi va umumiy ta’lim natijalariga bevosita ta’sir ko’rsatadi. Shu sababli pedagoglarning nutq texnikasini doimiy ravishda rivojlantirib borish ta’lim sifatini oshirishning muhim sharti hisoblanadi. Pedagogik jarayonda nutq texnikasining ta’lim samaradorligiga ta’siri chuqur psixologik va didaktik asoslarga ega bo’lib, u ta’lim jarayonining barcha bosqichlarida o’z ifodasini topadi. O’qituvchining nutqi orqali bilimlar yetkaziladi, munosabatlar shakllanadi va tarbiyaviy ta’sir amalga oshiriladi. Shu sababli nutq texnikasi pedagog faoliyatining ajralmas tarkibiy qismi sifatida qaraladi. O’qituvchining ovoz imkoniyatlaridan to’g’ri foydalanishi, nutq sur’atini dars mazmuniga mos ravishda boshqarishi va so’zlarni aniq talaffuz qilishi o’quvchilarning eshitish va idrok etish jarayonini yengillashtiradi hamda bilimlarni ongli o’zlashtirishga yordam beradi.

Pedagogik jarayonda nutq texnikasi o’quvchilarning diqqatini jamlash va uni uzoq vaqt davomida saqlab turishda muhim ahamiyat kasb etadi. Ifodali va jonli nutq darsni qiziqarli jarayonga aylantiradi, o’quvchilarda mavzuga nisbatan ijobiy munosabatni shakllantiradi. O’qituvchining intonatsiya va urg’ulardan o’rinli foydalanishi muhim tushunchalar va asosiy g’oyalarni ajratib ko’rsatishga xizmat qiladi. Natijada o’quvchilar dars mazmunini yaxshiroq tushunadilar va eslab qoladilar. Bu holat ta’lim samaradorligining oshishida muhim omil hisoblanadi.

Nutq texnikasining samarali bo’lishi pedagogik muloqot sifatini ham belgilaydi. O’qituvchining ochiq, muloyim va ishonchli nutqi o’quvchilar bilan o’zaro hurmatga asoslangan munosabatni shakllantiradi. Bunday muhitda o’quvchilar savol berishdan, fikr bildirishdan tortinmaydilar, bu esa dars jarayonida faol ishtirokni ta’minlaydi. O’quvchilarning nutqiy faolligi oshgani sari ularning tafakkuri rivojlanadi, bilimlarni mustaqil o’zlashtirish ko’nikmalari shakllanadi. Shu jihatdan nutq texnikasi faqat o’qituvchi nutqiga emas, balki o’quvchilarning ham nutqiy rivojiga ijobiy ta’sir ko’rsatadi.

Pedagogik jarayonda nutq texnikasi tarbiyaviy samaradorlikni oshirishda ham muhim o’rin tutadi. O’qituvchining so’z orqali beradigan bahosi, rag’batlantiruvchi yoki tanqidiy fikrlari o’quvchining o’ziga bo’lgan ishonchi va o’qishga bo’lgan munosabatiga bevosita ta’sir etadi. Madaniyatli va odobli nutq o’quvchilarda nutqiy etika, hurmat va muomala madaniyatini shakllantiradi. Bu esa ta’lim jarayonining nafaqat bilim berish, balki tarbiyaviy maqsadlariga ham xizmat qiladi.

Umuman olganda, pedagogik jarayonda nutq texnikasi ta’lim samaradorligini ta’minlovchi muhim pedagogik shartlardan biridir. O’qituvchining nutqiy mahorati darsning mazmunli, tushunarli va ta’sirchan bo’lishini belgilaydi. Nutq texnikasi rivojlangan pedagog o’quvchilarni bilim olishga unday oladi, ularning qiziqishini oshiradi va ta’lim jarayonining yuqori natijalarga erishishini ta’minlaydi. Shu bois nutq texnikasini takomillashtirish pedagoglarning kasbiy rivojlanishida ustuvor yo’nalishlardan biri bo’lib qolaveradi. Pedagogik jarayonda nutq texnikasining ta’lim samaradorligiga ta’siri o’qituvchining kasbiy mahorati va shaxsiy ta’sirchanligini namoyon etuvchi asosiy omillardan biri sifatida qaraladi. Ta’lim jarayonida bilim faqatgina axborot sifatida emas, balki o’qituvchining so’zi, ohangi va muloqot madaniyati orqali o’quvchi ongiga singdiriladi. Shu jihatdan nutq texnikasi o’qituvchining darsni qanday tashkil etishi, mavzuni qanday ochib berishi va o’quvchilarni qanday

ruhantira olishini belgilaydi. To‘g‘ri va ifodali nutq o‘quvchilarda ishonch uyg‘otadi, bu esa bilimlarni qabul qilish jarayonini yengillashtiradi.

Pedagogik jarayonda nutq texnikasi o‘quvchilarning idrok va tafakkur jarayonlariga bevosita ta‘sir ko‘rsatadi. O‘qituvchining nutqi mantiqiy va izchil bo‘lsa, o‘quvchilar tushunchalar o‘rtasidagi bog‘liqlikni oson anglaydilar. Nutq sur‘atining o‘rtacha va vaziyatga mos bo‘lishi o‘quvchilarning eshitish orqali qabul qilish qobiliyatini oshiradi. O‘rinli pauzalar esa o‘quvchilarga eshitilgan axborotni tahlil qilish va xulosa chiqarish imkonini beradi. Bunday nutqiy tashkil etilgan dars o‘quvchilarning bilimni mustahkam o‘zlashtirishiga xizmat qiladi.

Nutq texnikasining ta‘lim samaradorligiga ta‘siri darsda psixologik qulay muhit yaratishda ham namoyon bo‘ladi. O‘qituvchining xotirjam, muloyim va ishonchli nutqi o‘quvchilarda xavfsizlik va qo‘llab-quvvatlanish hissini uyg‘otadi. Natijada o‘quvchilar o‘z fikrini erkin bayon etishga, savollar berishga va muhokamalarda faol qatnashishga moyil bo‘ladilar. Bu holat ta‘lim jarayonining interfaol tus olishiga va o‘quvchilarning bilish faolligi oshishiga olib keladi.

Shuningdek, pedagogik jarayonda nutq texnikasi ta‘limning tarbiyaviy samaradorligini ham oshiradi. O‘qituvchining nutqida namoyon bo‘ladigan hurmat, sabr-toqat va odob o‘quvchilar uchun namuna bo‘lib xizmat qiladi. So‘z orqali berilgan rag‘batlantirish o‘quvchining o‘ziga bo‘lgan ishonchini mustahkamlaydi, ehtiyotkor va o‘rinli tanqid esa uning o‘z ustida ishlashiga undaydi. Shu tarzda nutq texnikasi o‘quvchi shaxsining har tomonlama rivojlanishiga ijobiy ta‘sir ko‘rsatadi.

Xulosa qilib aytganda, pedagogik jarayonda nutq texnikasi ta‘lim samaradorligini ta‘minlovchi muhim pedagogik omil hisoblanadi. O‘qituvchining nutqiy mahorati dars mazmunini chuqur anglash, o‘quvchilarning faolligini oshirish va ta‘lim-tarbiya jarayonida yuqori natijalarga erishishda hal qiluvchi ahamiyat kasb etadi. Shu sababli pedagoglar nutq texnikasini doimiy ravishda takomillashtirib borishlari ta‘lim sifatini oshirishning muhim sharti bo‘lib qoladi.

Xulosa. Xulosa qilib aytganda, pedagogik jarayonda nutq texnikasi ta‘lim samaradorligini belgilovchi muhim omillardan biridir. O‘qituvchining nutqiy mahorati o‘quvchilarning bilimlarni chuqur va ongli o‘zlashtirishiga xizmat qiladi. Shu sababli bo‘lajak o‘qituvchilarni tayyorlash jarayonida nutq texnikasini rivojlantirishga alohida e‘tibor qaratish zarur. Xulosa qilib aytganda, pedagogik jarayonda nutq texnikasi ta‘lim samaradorligini oshiruvchi yetakchi omillardan biri hisoblanadi. O‘qituvchining ravon, aniq va ifodali nutqi o‘quvchilarning bilimni ongli o‘zlashtirishiga, dars jarayonida faol ishtirok etishiga hamda mustaqil fikrlash ko‘nikmalarining rivojlanishiga xizmat qiladi. Nutq texnikasi orqali o‘qituvchi nafaqat bilim beradi, balki o‘quvchi shaxsiga tarbiyaviy ta‘sir ko‘rsatadi, ijobiy psixologik muhitni shakllantiradi va o‘zaro muloqotni mustahkamlaydi. Shu bois bo‘lajak va amaldagi pedagoglarning nutq texnikasini doimiy ravishda rivojlantirib borish ta‘lim sifatini yuksaltirish, pedagogik mahoratni oshirish va zamonaviy ta‘lim talablariga mos, raqobatbardosh o‘qituvchi shaxsini shakllantirishning muhim sharti hisoblanadi. Xulosa o‘rnida shuni ta‘kidlash joizki, pedagogik jarayonda nutq texnikasi o‘qituvchining kasbiy faoliyatini belgilovchi asosiy mezonlardan biri hisoblanadi. O‘qituvchining so‘zlash uslubi, ovoz ohangi, nutqning mantiqiyliigi va ifodaliligi ta‘lim mazmunining o‘quvchi ongiga qay darajada samarali yetib borishini belgilaydi. Nutq texnikasi mukammal shakllangan pedagog dars jarayonini mazmunli, tushunarli va qiziqarli tashkil eta oladi, bu esa o‘quvchilarning bilimlarni puxta o‘zlashtirishiga xizmat qiladi.

Shuningdek, nutq texnikasi ta‘lim jarayonida pedagogik muloqot va tarbiyaviy ta‘sirning asosiy vositasi bo‘lib xizmat qiladi. O‘qituvchining madaniyatli va ta‘sirchan nutqi o‘quvchilarda hurmat, ishonch va ijobiy munosabatni shakllantiradi. Bunday muhitda o‘quvchilar erkin fikr bildiradilar, darsda faol ishtirok etadilar va o‘rganilayotgan mavzuga qiziqishlari ortadi. Natijada ta‘lim jarayoni faqat bilim berish bilan cheklanmay, o‘quvchi shaxsini har tomonlama rivojlantirishga xizmat qiladi.

Umuman olganda, bo‘lajak o‘qituvchilarda nutq texnikasini rivojlantirish va pedagogik jarayonda undan samarali foydalanish ta‘lim sifatini oshirishning muhim sharti hisoblanadi. Nutqiy mahoratga ega bo‘lgan pedagog zamonaviy ta‘lim talablariga javob bera oladigan, o‘quvchi bilan samarali muloqot o‘rnata oladigan va jamiyatda o‘z o‘rniga ega bo‘lgan barkamol avlodni tarbiyalashga qodir mutaxassis sifatida shakllanadi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati.

1. Saidova N. Pedagogik nutq va ta'lim samaradorligi. – Toshkent, 2020.
2. Pedagogika nazariyasi va amaliyoti. – Toshkent, 2022.
3. UNESCO. Teaching Effectiveness and Communication, 2021.

MUNDARIJA:

Nazarov Akmal Mardonovich		Talabalarda kreativ va innovatsion ilmiy faoliyatning psixologik jihatlari	6
Rustamov Shuxratovich	Shavkat	Talabalarni innovatsion kompetenligini rivojlantirishning pedagogik-psixologik asoslari	10
Ostanov Sharifovich	Shuxrat	Art-terapiya metodlari yordamida talaba-yoshlarning kreativ fikrlash va ijodiy salohiyatini rivojlantirishning psixologik asoslari	14
Axmadov Rahmat o'g'li	Nazirjon	O'smirlarda konstruktiv xulq-atvorni shakllanishining ijtimoiy psixologik omillari	19
Dehqonboyev Shohjahon Oybek o'g'li		Sud psixologik ekspertizasida shaxsning emotsional holatini baholash	24
Axtamova G'ayratovna	Ferangiz	O'smirlik davridagi destruktiv xulq-atvorni psixoprofilaktika qilish va kreativlikni faollashtirishga yo'naltirilgan psixologik yondashuvlar	30
Ashrapov Namoz o'g'li	Nodirbek	O'smirlarda kognitiv rivojlanishning ijtimoiy-psixologik determinantlari va ularning shaxsiy rivojlanishdagi o'rni	35
Hamroyev Jasur		Talabalari o'rtasida sun'iy intellekt vositalari yordamida kreativ fikrlash va muammolarni hal qilish ko'nikmalarini rivojlantirish	40
Axmedova Rahmat qizi	Zarina	Loyihaviy yondashuv asosida bo'lajak o'qituvchilarning fasilitatorlik faoliyatiga tayyorlash mexanizmini takomillashtirish	44
Khakimov Shodieich	Shukhrat	Methods of studying the military servant and the military team	49
N.Z.Jumayev		Raqamli davrda ijtimoiy media va sun'iy intellektning yoshlar ruhiy salomatligiga ta'siri	56
Sharopov Suxrob Shodi o'g'li		Talabalarni kognitiv va metakognitiv kompetensiyalarini rivojlantirishning pedagogik-psixologik mexanizmlari	60
Boboqulova Komil qizi	O'g'iloy	Shaxslararo manipulyatsiya va nazorat mexanizmlari: emotsional ekspluatatsiyaning psixologik asoslari	64
Saidova Nu'monovna	Nodira	Yoshlar kreativ va tanqidiy fikrlashini rivojlantirishda pedagogik psixologiyaning roli	68
Bobojonova Husniddin qizi	Dilnura	Dezadaptatsiyalashgan o'smirlarda adaptatsiya jarayoni rivojlanishining ijtimoiy-psixologik mexanizmlari	73
Абдужабборов Тохиржон Курбанович		Особенности течения и лечения atopического дерматита в зависимости от возраста по данным наблюдений в андижанской области	78

Xolmuradov Musurmon Avlaqulovich Narzullayeva Iroda Jaloliddin qizi	Tijorat banklarida investitsiyalarni jalb etishda xorij tajribasi	82
Nurmuxammedova Nilufar Alijon qizi Temirova Mashhuraxon Muhammadaminovna	O‘zbekistonda bozor iqtisodiyotiga o‘tish bosqichida xotin-qizlar liderlik faoliyatini rivojlantirishning huquqiy asoslarining mustahkamlanishi	89
Maxmudova Zulfiya Mexmonovna	Qo‘riqlash xizmati xodimlari kasbiy kompetentligini takomillashtirishning ijtimoiy-psixologik xususiyatlari	92
Sanoyeva Mohigul Odil qizi	Klassik pedagogik merosni modernizatsiya qilishning zamonaviy talablari va ularni ta’lim amaliyotiga joriy etish mexanizmlari	103
Xolmirzayeva Mushtariybegim U. Abdullayev	Bobi oliy: usmonli davlatining boshqaruv markazi va evolyutsiyasi	107
Dilmurodov Elyorjon Ilg'or o'g'li	Civil society and globalization: the harmony of national values and modern trends	110
Eshpo'latova Xilola Davron qizi	Fransuz tilini o'rganish jarayonida audiovizual materiallar yordamida talabalarning og'zaki nutqini rivojlantirish	116
Abdusalimova Zukhraxon Bakhtiyor qizi	Teaching methodology of the uzbek language for the foreign students	119
Abdullayeva Dildora Muhiddin qizi	Frazeologik sinonimlarning struktur turlari	122
Panaeva Sarbinaz Uzaqbergenovna	Insonlar orasida fabbing (phubbing) holatining paydo bo'lishi va uning ijtimoiy-psixologik oqibatlari	125
Toshturdiyev Nurbek Nurali o'g'li	Jadid ziyolilarining hayot tarzi va ijtimoiy mas'uliyat hissi: ma'rifat va fidoyilik omillari	130
Uzoqova Gulzoda	Konstitutsiya – erkin va farovon hayot garovi	134
Xilola Xolikova Gulamovna, Siroj Nematov G'ulom o'g'li,	Maktab muhitining o'quvchilar emotsional holatiga psixologik ta'siri	137
Sultonmurod Mamasoliyev Olimjon o'g'li	Psychological benefits of gamified bilingual learning: a meta-analysis of motivation and well-being	141
Qodriqulova Fotima Ulug'bek qizi	Azot fiksatsiyasi va innovatsiyalar: yasmiq yetishtirishning yangi bosqichi	146
Kurbanova Shukurjon Yeldashbayevna	Turkiy adabiyotda shaxs kamoloti: Hofiz Xorazmiy didaktik qarashlari misolida pedagogik model	150
Obidova O.	Ta'lim psixologiyasi nuqtayi nazaridan zamonaviy pedagogik texnologiyalarning ta'siri	154
Xasanova Nazokat Shavkatbek qizi	Inson huquqlarini xalqaro himoya qilish mexanizmlari	159
Abdug'ofurov Muhammadqodir	Milliy me'morchilik uslublarida zamonaviylik va restavratsiya muammolari	163

Olimova Sarvara Sobitxon qizi		Nogironligi bo'lgan shaxslarning kutubxonalar orqali ijtimoiy integratsiyasi va madaniy hayotga qo'shilishi	166
Jamaldinov Azimjanovich	Sarvar	Raqamli ta'lim jarayonlarini o'rgatishning bo'lajak pedagoglar tarbiyaviy faoliyatini rivojlantirishdagi ahamiyati	171
Olimova Sarvaraxon Sobitxon qizi		Sensorinevral eshitish nuqsoniga ega bolalarda rivojlanish dinamikasi: tibbiy va pedagogik qarashlar	176
Mamatqulov Botir		The interpretation of personal tragedy in the short stories of nazar eshonqul	181
Bobokalonov Ostonovich	Rajab	Tibbiy terminlarda lisoniy lakuna hodisasi	188
Murodjonova Dilzoraxon qizi	Tolibjon	“Tolerantlik” tushunchasining mazmun mohiyati	191
Iskandarov Abdug'aniyevich	Sherzod		
Туйбаева Бахтияровна	Саида	Психологические механизмы самозащиты студентов	194
Tursunbayeva Durdonaxon qizi	Adxamjon	Atrof-muhitni muhofaza qilishning zamonaviy konsepsiyalari: muammo va yechimlar	198
Ismoilova Saidali qizi	Zulayho	Umumta'lim maktablarida xulqi og'ishgan o'quvchilarning shaxs xususiyatlarini kompleks diagnostika qilish	203
Masharipova Rahimovna	Saida	Zamonaviy oilalarda emotsional intellektni boshqarishning ijtimoiy- psixologik mexanizmlarini ishlab chiqish	208
Abdujobborova Rayhona Adhamjonqizi		Xotira turlaridan qanday qilib samarali foydalanish kerak.o'quvchilar uchun praktik tafsiyalar	212
Arslanova Aleksandrovna	Dilnoza	Nutqiy rivojlanish bilan mantiqiy fikrlash o'rtasidagi bog'liqlik: lingvistik kompetensiya.	216
Mirzayev Xasanjon o'g'li	Ismoiljon		
Xasanova Kumushbek qizi	Aziza	Davlat tili taraqqiyoti: muammo va yechimlar	219
Xolboyev Axmadillo o'g'li	Izzatillo	Talabalarning akademik muaffaqiyatiga ta'sir etuvchi psixologik omillarning tahlili: o'zini- o'zi tartipka solish strategiyalari	223
Кабулов Толыбаевич	Саулат	Основные принципы и теория преподавания русскому языку и литературе	226
Saitova Komila G'ulom qizi		Stressga chidamlilikning psixologik determinantlari: ong, iroda va emotsional o'zini boshqarishning o'zaro aloqasi	231
Ro'ziyeva Sitora qizi	Sitora Odil	Nega ingliz tili dunyo tili hisoblanadi?	234
To'ychiyeva Sherquzi qizi	Madinaxon	Mustaqil ta'lim metodlarining o'quv motivatsiyasiga ta'siri	237
Murodjonova Dilzoraxon qizi	Tolibjon	Kimyoning kriminalistikadagi o'rni	240