

ISSN 2181-5291

# PSIXOLOGIYA

ILMIY JURNAL

НАУЧНЫЙ ЖУРНАЛ

SCIENTIFIC JOURNAL

№ 1, 2024

[www.buxdu.uz](http://www.buxdu.uz)



[www.buxdu.uz](http://www.buxdu.uz)

*The journal was registered with the certificate № 05-45 on February 25, 2011 at Bukhara Region Press and Information Administration of Uzbekistan Press and Information Agency*

\*\*\*

*According to the resolution №201/3 as of December 26, 2013 of the Presidium of Supreme Attestation Commission under the Cabinet of Ministers of the Republic of Uzbekistan the journal was included into the list of scientific journals in which scholarly articles on the scientific results of dissertations on Psychology must be published.*

\*\*\*

**Address:**

200117, Bukhara city,  
K.Murtazoyev street, 11  
Bukhara State University  
Editorial and publishing  
Department  
Phone: +998 (94) 837-18-38

**The journal is published 4  
times a year**

Website: [www.buxdu.uz](http://www.buxdu.uz)  
E-mail:  
[nashriyot\\_buxdu@buxdu.uz](mailto:nashriyot_buxdu@buxdu.uz)

*Jurnal O'zbekiston Matbuot va axborot agentligi Buxoro viloyat matbuot va axborot boshqarmasida 2011- yil 25-fevral № 05-45-sonli guvohnoma bilan ro'yxatga olingan.*

\*\*\*

*Jurnal O'zbekiston Respublikasi Vazirlar Mahkamasi huzuridagi OAK Rayosatining 2013-yil 26-dekabrda 201/3-sonli qarori bilan psixologiya fanlari bo'yicha dissertatsiya ishlari ilmiy natijalari yuzasidan ilmiy maqolalar chop etilishi lozim bo'lgan ilmiy jurnallar ro'yxatiga kiritilgan.*

\*\*\*

**Tahririyat manzili:**

200117, Buxoro shahri,  
K.Murtazoyev ko'chasi, 11-uy  
Buxoro davlat universiteti  
"Tahririy-nashriyot" bo'limi  
Tel: +998 (94) 837-18-38

**Jurnal 1 yilda 4 marta  
chiqadi.**

Website:  
[www.buxdu.uz](http://www.buxdu.uz)  
E-mail:  
[nashriyot\\_buxdu@buxdu.uz](mailto:nashriyot_buxdu@buxdu.uz)

*Журнал зарегистрирован Бухарским областным управлением агентства печати и информации Республики Узбекистан. Свидетельство № 05-45 от 25.02.2011г.*

\*\*\*

*Журнал включен в список обязательных выпусков ВАК при Кабинете Министров Республики Узбекистан на основании решения ВАК №201/3 от 26 декабря 2013 года для получения учёной степени доктора психологических наук.*

\*\*\*

**Адрес:**

город Бухара 200117,  
улица М.Икбола, 11  
Бухарский государственный  
университет  
Редакционный отдел  
тел: +998 (94) 837-18-38

**Журнал выходит 4 раза в  
год.**

Website:  
[www.buxdu.uz](http://www.buxdu.uz)  
E-mail:  
[nashriyot\\_buxdu@buxdu.uz](mailto:nashriyot_buxdu@buxdu.uz)



# PSIXOLOGIYA

ILMIY JURNAL \* НАУЧНЫЙ ЖУРНАЛ

1-son 2024-yil. \* Выпуск 1. 2024 год.

## TAHRIR HAY'ATI – РЕДАКЦИОННАЯ КОЛЛЕГИЯ:

### BOSH MUHARRIR – ГЛАВНЫЙ РЕДАКТОР:

**BAROTOV SH. R.**

Psixologiya fanlari doktori, professor.

Xalqaro Psixologiya Fanlari Akademiyasining haqiqiy a'zosi (akademigi)

Действительный член (академик) Международной Академии психологических наук

**MAS'UL KOTIB – ОТВ. СЕКРЕТАРЬ**

**Sayfullayeva N.Z.** – pedagogika fanlari bo'yicha falsafa doktori (PhD)

**XAMIDOV O.X.**

Buxoro davlat universiteti rektori,  
iqtisodiyot fanlari doktori, professor  
**SHOUMAROV G'B.**

Psixologiya fanlari doktori, professor, O'zbekiston  
Respublikasi Fanlar Akademiyasining haqiqiy a'zosi  
**UMAROV B.M.**

Psixologiya fanlari doktori, professor  
**KOZLOV V.V.** (Rossiya)

Psixologiya fanlari doktori, professor  
**MALI'X S.B.** (Rossiya)

Psixologiya fanlari doktori, professor  
**KOROBENNIKOV I.A.** (Rossiya)

Psixologiya fanlari doktori, professor  
**KARIMOVA V.M.**

Psixologiya fanlari doktori, professor  
**SAFOYEV N.S.**

Psixologiya fanlari doktori, professor  
**BEKMURODOV M.B.**

Sotsiologiya fanlari doktori, professor  
**KADIROV U.D.**

Psixologiya fanlari doktori, professor  
**JABBOROV A.M.**

Psixologiya fanlari doktori, professor  
**OLIMOV Sh.Sh.**

Pedagogika fanlari doktori, professor  
**JUMAYEV R.G'.**

Siyosiy fanlari bo'yicha falsafa doktori (PhD), dotsent  
**NISHONOVA Z.T.**

Psixologiya fanlari doktori, professor  
**NAZAROV A.M.** Psixologiya fanlari doktori (DSc),  
professor

**IBODULLAYEV Z.R.**

Tibbiyot fanlari doktori, professor  
**BEGMATOV A.S.**

Falsafa fanlari doktori, professor

**HUSEYNOVA A.A.**

Falsafa fanlari doktori, professor  
**MUXAMEDOVA D.G.**

Psixologiya fanlari doktori, professor  
**RUXIYEVA X.A.**

Psixologiya fanlari nomzodi, professor  
**BAROTOVA D.SH.**

Psixologiya fanlari doktori, dotsent  
**AKRAMOV V.R.**

Tibbiyot fanlari doktori, dotsent  
**ZARIPOV G.T.**

Texnika fanlari nomzodi, dotsent.  
**OSTONOV Sh.Sh.**

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

**RUSTAMOV Sh.Sh.**

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

**TILAVOV M.H.**

Psixologiya fanlari bo'yicha falsafa doktori (PhD)

### MUHARRIRLAR – РЕДАКТОРЫ:

Usmanova M.N. – psixol.fan.nom., professor

Muxtorov E.M. – psixol.fan.nom., dotsent

Raxmatova M.M. – filologiya fanlari bo'yicha falsafa  
doktori (PhD), dotsent

Abuzalova M.K. - filologiya fanlari doktori, professor  
Sobirova D.A. – psixologiya fanlari doktori (DSc),  
professor

### ТЕХНИК МУHARRIRLAR – ТЕХ.

#### РЕДАКТОРЫ:

Shirnova M.Sh., filologiya fanlari bo'yicha falsafa  
doktori (PhD)





# PSYCHOLOGY

## SCIENTIFIC JOURNAL

Issue 1: 2024

### EDITORIAL BOARD:

#### EDITOR-IN-CHIEF: BAROTOV SH. R.

Doctor of Psychology, professor, the member (academician) of International Academy of Psychological Sciences

**EXECUTIVE SECRETARY: Sayfullaeva N.Z.** – Doctor of Philosophy in Pedagogical Sciences (PhD)

XAMIDOV O.X.

Doctor of Economic Sciences, Professor,  
The rector of Bukhara State University

SHOUMAROV G.B.

Doctor of Psychology, Professor, Full  
member of the Academy of Sciences of the  
Republic of Uzbekistan

UMAROV B.M.

Doctor of Psychology, Professor  
The assistant of the editor-in-chief

KOZLOV V.V. (Russia)

Doctor of Psychology, Professor

MALIKH S.B. (Russia)

Doctor of Psychology, Professor

KOROBENNIKOV I.A. (Russia)

Doctor of Psychology, Professor

KARIMOVA V.M.

Doctor of Psychology, Professor

SAFOEV N.S.

Doctor of Psychology, Professor

BEKMURODOV M.B.

Doctor of Sociology, Professor

KADIROV U.D.

Doctor of Psychology, Professor

JABBOROV A.M.

Doctor of Psychology, Professor

OLIMOV Sh.Sh.

Doctor of Pedagogical Sciences, Professor

JUMAEV R.G.

PhD in Political Sciences, Docent

NISHONOVA Z.T.

Doctor of Psychology, Professor

NAZAROV A.M.

Doctor of Psychology, Professor

IBODULLAEV Z.R.

Doctor of Medical Sciences, Professor

BEGMATOV A.S.

Doctor of Philosophy, Professor

HUSEYNOVA A.A.

Doctor of Philosophy, Professor

MUXAMEDOVA D.G.

Doctor of Psychology, Professor

RUXIYEVA X.A.

Candidate of Psychology, Professor

BAROTOVA D.SH.

Doctor of Psychology, Docent

AKRAMOV V.R.

Doctor of Medical Sciences, Docent

ZARIPOV G.T.

Candidate of technical sciences, Docent

OSTONOV Sh.Sh.

PhD of Psychology, Docent

RUSTAMOV Sh.Sh.

PhD of Psychology, Docent

TILAVOV M.H.

PhD of Psychology

#### EDITORS:

Usmanova M.N. – Candidate of Psychology,  
Professor

Mukhtorov E.M. – Candidate of Psychology,  
Docent

Raxmatova M.M. – Doctor of  
Philosophy in Philological Sciences  
(PhD), Docent

Abuzalova M.K. – Doctor of Philological  
Sciences, Professor

Sobirova D.A. Doctor of Psychology,  
Professor

#### TECHNICAL EDITORS:

Shirinova M.Sh., Doctor of  
Philosophy in Philological Sciences  
(PhD)





	<b>Psychological determinants of personality in the activity of a nurse</b>	
	<i>Niyazova Nilufar Farhadovna</i>	<b>137</b>
28	<b>SOS O'zbekiston bolalar mahallalari o'smir yoshidagi tarbiyalanuvchilarining psixologik tavsifi</b>	
	<b>Психологическое описание воспитуемых подросткового возраста детских махаллей в SOS Узбекистане</b>	
	<b>Psychological description of adolescents brought up in children's mahallas in SOS Uzbekistan</b>	
	<i>Nurmatov G'ayrat Mustofoqulovich</i>	<b>141</b>
29	<b>Boshlang'ich ta'lim o'qituvchilarining kasbiy prognostik kompetensiyalarini rivojlantirish shart-sharoitlari</b>	
	<b>Условия развития профессиональных прогностических компетенций учителей начального образования</b>	
	<b>Conditions for development of professional prognostic competences of primary education teachers</b>	
	<i>Olimov Laziz Yarashovich</i>	<b>146</b>
30	<b>Sud-psixolog eksperti kompetentligining namoyon bo'lishi</b>	
	<b>Демонстрация компетентности судебного психолога-эксперта</b>	
	<b>Demonstration of competence of forensic psychologist expert</b>	
	<i>Qodirova Odina Djurabaevna</i>	<b>153</b>
31	<b>Talabalar emotsional intellektini rivojlanishiga oila va ta'limning psixologik ta'siri</b>	
	<b>Психологическое влияние семьи и образования на развитие эмоционального интеллекта студентов</b>	
	<b>The psychological impact of family and education on the development of students' emotional intelligence</b>	
	<i>Qoryog'diyev Sherzod Shuxrat o'g'li</i>	<b>157</b>
32	<b>Shaxs ehtiyojlarida kasbiy yo'nalganlik namoyon bo'lishining psixologik prediktorlari</b>	
	<b>Психологические предикторы проявления профессиональной направленности в личных потребностях</b>	
	<b>Psychological predictors of vocational orientation in personal needs</b>	
	<i>Qurbonboyev Azimbek Nazirboy o'g'li</i>	<b>164</b>
33	<b>Ta'lim jarayonida talabalarning o'zini o'zi faollashtirish dinamikasi</b>	
	<b>Динамика самоактивизации студентов в образовательном процессе</b>	
	<b>Dynamics of students' self-activation in the educational process</b>	
	<i>Raxmanova Dilnoza Farmanovna</i>	<b>168</b>
34	<b>Inspektor-psixolog faoliyati kasbiy kompetentligini takomillashtirishning metodologik manbalari</b>	
	<b>Методологические источники повышения профессиональной компетентности инспектора-психолога</b>	
	<b>Methodological sources for increasing the professional competence of inspector-psychologist</b>	
	<i>Raxmatova Nodira Imamovna</i>	<b>173</b>
35	<b>Bo'lajak boshlang'ich sinf o'qituvchilarini tayyorlashda kreativ fikrlashning ahamiyati</b>	
	<b>Значение креативного мышления в подготовке будущих учителей начальных классов</b>	
	<b>The importance of creative thinking in the training of future primary teachers</b>	
	<i>Ro'ziyev Umar Muzafarovich</i>	<b>177</b>
36	<b>O'spirinlarda ijtimoiy fobiya holatlarining diagnostikasi</b>	
	<b>Диагностика состояний социальной фобии у подростков</b>	
	<b>Diagnosis of social phobia in adolescents</b>	
	<i>Ro'ziqulov Faxriddin Rasulovich</i>	<b>181</b>
37	<b>O'zbekistonda ajralishning ijtimoiy, etnopsixologik muammolari va ularni oldini</b>	

**Ro'ziyev Umar Muzafarovich,**  
Buxoro davlat universiteti  
Psixologiya va sotsiologiya kafedrasida dotsenti

## O'SPIRINLARDA IJTIMOY FOBIYA HOLATLARINING DIAGNOSTIKASI

**Annotatsiya.** Bu maqolada o'spirinlarda xavotir bezovtalik hissi va ijtimoiy fobiya ko'rinishlari va ularni oldini olish, ijtimoiy fobiya belgilari, kimlarda ko'proq kuzatilishi, ijtimoiy fobiyaning sabablari. Ijtimoiy tashvish va fobiya bilan kasallangan bolalarda yolg'iz bo'lish istagi va nazorat kuchli bolalarga nisbatan do'stlikni shakllantirish va guruhlariga qo'shilish ko'proq qiyin bo'lishi, o'spirinlarda ijtimoiy fobiyaning differensial ifodalanishiga ko'ra xulq-atvorning motivatsion omillari ustuvor xarakterga ega ekanligi, o'spirinlik davridagi ijtimoiy fobiyaning mezonlarining shaxslilik sifatlariga bog'liq ekanligi haqida fikr yuritilgan.

**Kalit so'zlar:** agorafobiya, xavotir bezovtalik, fobiya zaifliklari, xulq-atvor, somatik kasalliklar, vahima, irratsional qo'rquv, chuqur depressiya, stereotip travmatik holat.

## ДИАГНОСТИКА СОСТОЯНИЙ СОЦИАЛЬНОЙ ФОБИИ У ПОДРОСТКОВ

**Аннотация.** В этой статье рассматриваются тревожные расстройства у подростков и проявления социальной фобии и их профилактика, симптомы социальной фобии, у кого они наблюдаются чаще, причины социальной фобии. Было высказано предположение, что у детей с социальной тревожностью и фобиями желание побыть в одиночестве и контроль более затрудняют формирование дружеских отношений и присоединение к группам, чем у детей с сильной фобией, что мотивационные факторы поведения по дифференциальному выражению социальной фобии у подростков имеют приоритетный характер, что критерии социальной фобии в подростковом возрасте зависят от личностных качеств.

**Ключевые слова:** агорафобия, тревога, тревожность, слабости фобии, поведение, соматические расстройства, паника, иррациональный страх, глубокая депрессия, стереотипное травмирующее состояние.

## DIAGNOSIS OF SOCIAL PHOBIA IN ADOLESCENTS

**Abstract.** This article discusses anxiety disorders in adolescents and social phobia and their prevention, symptoms of social phobia, who is more likely to have social phobia, and causes of social phobia. It was suggested that in children with social anxiety and phobia the desire to be alone and control more difficult to form friendships and join groups than in children with strong phobia, that motivational factors of behavior on the differential expression of social phobia in adolescents have a priority character, that the criteria of social phobia in adolescence depend on personality traits.

**Keywords:** agoraphobia, anxiety disorder, vulnerabilities phobia, behavior, somatic disorders, panic, irrational fear, deep depression, stereotyped traumatic condition.

**Kirish.** Jahon ilmiy tadqiqot muassasalarida va oliy ta'lim tizimida ijtimoiy fobiyaning umumiy va global darajada o'rganishning ahamiyati, dunyoning aksariyat mamlakatlarida ushbu muammoning sezilarli darajada ko'payishi, uning psixodiagnostika, psixokorreksiya yagona konseptual nuqtayi nazarining yo'qligi, shuningdek, bunday toifadagi shaxslarning ijtimoiy hayotdan butunlay ajratib qo'yish xavfi va o'z joniga qasd qilish ehtimoli juda katta ekanligi tadqiqotlarda aniqlanmoqda. Ijtimoiy fobiyaning psixologik jihatdan o'rganishning dolzarbligi ushbu masala bo'yicha metodik vositalarning sezilarli darajada yetishmasligidan namoyon bo'lmoqda. Ijtimoiy fobiya psixologik nuqtayi nazardan qarashlar va ushbu muammo bilan bog'liq bo'lgan omillarni empirik jihatdan tadqiq qilishga alohida e'tibor qaratilmoqda.

**Mavzu bo'yicha adabiyotlar tahlili.** Ijtimoiy tashvish va fobiya bilan kasallangan bolalarda yolg'iz bo'lish istagi va nazorat kuchli bolalarga nisbatan do'stlikni shakllantirish va guruhlariga qo'shilish ko'proq qiyin bo'lishi mumkin, deb aytgan (Inderbitzen-Pisaruk, Klark, va Solano, 1992; La Greca, 2001; Straus va Last, 1993). Inderbitzen, Uolters va Bukovskiy (1997), shuningdek, rad etilgan va e'tiborsiz qoldirilgan bolalar mashhur, o'rtacha yoki munozarali deb tasniflangan yoshlarga qaraganda ko'proq ijtimoiy tashvish haqida xabar berganligini aniqladilar. Agressiv va itoatkor rad etilgan ikkita kichik guruh ichida, ikkinchisi ijtimoiy tashvishlarning sezilarli darajada yuqori darajasi haqida xabar berdi. Xususan, itoatkor yoshlar

orasida salbiy baho berishdan qoʻrqish tengdoshlar tomonidan rad etish bilan bogʻliq edi. Ushbu maʼlumotlar ilgari beparvo qilingan bolalar boshqa maqom guruhlari bolalariga qaraganda koʻproq ijtimoiy tashvish haqida xabar bergan topilmalarni qoʻllab-quvvatladi (La Greca, Dandes, Vik, Shou va tosh, 1988; La Greca va Tosh, 1993). Biroq, boshqalar beparvo qilingan bolalarni oʻrtacha bolalarga qaraganda past darajadagi ijtimoiy tashvish haqida xabar berishlari uchun topdilar, bu esa baʼzi beparvo qilingan bolalar tengdosh munosabatlarning yetishmasligi bilan bezovta boʻlmasligi mumkin (Krik va Ladd, 1993).

Insonning xulq-atvori oʻzgaruvchan va rang-barang boʻlib, uning individual xususiyatlari, oʻziga xos «uslublari»ning mavjudligi hech qachon va hech kimda hech qanday shubha tugʻdirmaydi. Biroq bu xulq-atvorning xilma-xilligi uning cheksiz degani emas, zero insonlarning oʻzaro muloqoti, oʻzaro munosabati, xarakter xususiyatlari, tempramental sifatleri ularni turli ijtimoiy guruhlarga birikuvi, yashashi uchun iliq psixologik muhitning saqlanishi zaruratdir. Qolaversa, har bir jamiyat oʻzining qatʼiy belgilangan ijtimoiy xulq-atvor dasturlari tizimiga va jamoatchilik fikri, odatlar, axloqiy tamoyillar, anʼanalar kuchiga tayanuvchi xulq-atvor qoidalariga ega.

Yuqorida taʼkidlab oʻtilgan psixologik tuzilmalarga asoslanib, oʻz tadqiqotimizda oʻspirinlarda ijtimoiy fobiya xususiyatlarini tadqiq qilishning ijtimoiy-psixologik mezonlari tizimini ishlab chiqildi va shu tizim asosida oʻspirinlar orasida fobiya darajalarini oʻrgandik, tahlil qildik va tegishli xulosalar chiqarishga harakat qildik.

**Natijalar va muhokama.** Biz ushbu ishimizda oʻspirinlardagi ijtimoiy fobiya holatlarini oʻrganishda dastlab ularni ijtimoiy munosabatlarda oʻzini oʻzini boshqarish masalalariga alohida eʼtibor qaratdik. Oʻz xulq-atvorini boshqarish va individual-psixologik holatlar orasidagi oʻzaro bogʻliqlikning ochib berishga harakat qildik. Psixologiya fanida emotsional holatlarning subyekt nazoratida boʻlishi oʻz tasdigʻini topgan. Emotsional holatlarning jadal taraqqiyoti oʻz xulq-atvorini boshqarishning kuchsizligi bilan kechadi. Emotsional holatlarda oʻzini oʻzi idora qila olmaslik turli koʻrinishdagi salbiy holatlarni keltirib chiqarishi mumkin.

Y.Shpranger fikricha, (yaʼni 14-22 yoshli oʻspirinlar) bu yosh davrida yuz beradigan asosiy oʻzgarishlar:

- a) shaxsiy «Men»ni kashf qilish;
- b) refleksiyaning (oʻzini oʻzi va oʻzgalarni anglash) oʻsishi;
- c) oʻzining individualligini anglash va shaxsiy xususiyatlarini eʼtirof qilish;
- d) hayotiy ezgu rejalarining paydo boʻlishi;
- e) oʻz shaxsiy turmushga jiddiy eʼtiborning kuchayishi.

Tegishli ilmiy adabiyotlar tahlili va oʻz kuzatishlarimizga asoslangan ilmiy mulohazalarimiz bugungi kunda oʻspirin-yoshlarning oʻz xulq-atvorini boshqarish muammosini ijtimoiy-psixologik omillarini atroflicha tadqiq qilishni taqozo qilmoqda.

Tanlangan ishimizning obykti sifatida biz Buxoro davlat universitetlari hamda Navoiy pedagogika institutida tahsil olayotgan oʻspirinlaridan jami 50 nafarni tanlab oldik. Jumladan, Buxoro davlat universiteti 1-4 bosqich oʻspirinlaridan 25 (10 nafar yigit, 15 nafar qiz) va Navoiy pedagogika institutidan 25 (15 nafar yigit, 10 nafar qiz) oʻspirinlar tadqiqotimizga jalb etildi. Jumladan 100 nafar tajriba guruhi va 110 nafar oʻspirin esa nazorat guruhida ishtirok etishdi. Tadqiqotimizda oʻspirinlardagi ijtimoiy fobiyaning gender farqlarni ham oʻrganib chiqdik.

Yana shuni alohida taʼkidlash joizki psixologik adabiyotlarda shaxsning ijtimoiy munosabatlardagi oʻz xulq-atvorini boshqarish muammosini aniqlashga qaratilgan juda koʻplab usullar mavjud. Biz shular ichidan barchaga maʼlum boʻlgan A.V.Karpovning “Refleksivlik rivojlanish darajasi”ni diagnostika qilish metodikasi, V.Stefansonning “Guruhdagi xulq - atvor motivatsiyasini oʻrganish metodikasi”, Derogatisning “Psixologik salomatlik omillarining namoyon boʻlishi soʻrovnomasi hamda Shaxsning ijtimoiy qadriyatlarini diagnostika qilish soʻrovnomasidan foydalanildi.

Dastlabki metodikamiz bu - “Shaxsdagi refleksiya darajalarini oʻrganish metodikasi”ni diagnostika qilish metodikasi boʻlib, ushbu metodika rus psixologiya Anatoliy Viktorovich Karpov tomonidan ishlab chiqilgan.

Refleksiya (lotincha aks ettirish) - insonning suhbatdoshi tomonidan qanday idrok etilayotgani va tushunilayotganini anglashga intilishi. Kishini kishi tomonidan idrok qilinishini ikkilangan oynadagi aks ettirishga oʻxshatish mumkin. Odam boshqa kishini aks ettirar ekan, shu bilan birga oʻzini ham aks ettiradi, agar kishi oʻzi muloqotga kirishadigan kishilar haqida toʻliq, ilmiy asoslangan axborotlarga ega boʻlsa, ular bilan bexato aniqlikda oʻzaro taʼsir oʻrnatishi mumkin. Biroq subyekt hamma vaqt bunday aniq maʼlumotga ega emas. Shuning uchun u boshqalar xatti-harakatining sabablarini oʻylab chiqishga majbur boʻladi. Boshqa kishining harakatlarini tushuntirish uchun faoliyat motivlari, his-tuygʻular, intilish va fikrlashning oʻylab chiqarilishi *kauzal atributsiya* deb ataladi.



Refleksivlik - bu shaxsning o'z “men”ligidan tashqariga chiqish, fikrlash, o'rganish, “men” timsolini biron-bir voqea yoki hodisalar bilan taqqoslash, tahlil qilish qobiliyatidir. Refleksivlik, impulsivlikdan farqli o'laroq, shaxslarning faoliyatga kirishishidan oldin ichki ravishda barcha gipotezalarni ko'rib chiqadigan, ularga noto'g'ri tuyulgan narsalarni tashlab, «muammoni» hal qilishning turli variantlarini hisobga olgan holda, ataylab, ehtiyotkorlik bilan qaror qabul qiladigan odamlarni xarakterlaydi. Ushbu metodika 27 ta savoldan iborat bo'lib, shulardan 15 tasi tasdiq, 12 tasi esa inkor shaklida tuzilgan. Natijalar uch asosiy kategoriyaga ajratilgan holda interpretatsiya qilinadi. Agar natija 7 ta tasdiqqa teng yoki undan katta bo'lsa usul natijalari yuqori darajada rivojlangan refleksivlikni ko'rsatadi.

Refleksiya - bu shaxsning o'z harakatlari va holatlarini tushunishga qaratilgan ichki aqliy faoliyati; insonning o'z ma'naviy dunyosini o'zi bilishi;

Refleksiya - bu shaxsning ichki dunyosi bilan o'zaro aloqasi jarayonida psixikaning turli darajalarida (ongli, ongsiz) amalga oshiriladigan aqliy faoliyati orqali o'zini o'zi tashkil etishdir.

Refleksivlik metodining umumiy talqini ushbu xususiyatning boshqa bir qator muhim xususiyatlarini belgilovchi nazariy materialga asoslanadi. Ushbu fikrlarni quyidagi bayonotlarda umumlashtirish mumkin:

Refleksivlik psixik xususiyat sifatida aks ettirish bilan bog'liq bo'lgan integrativ ruhiy voqelikning asosiy qirralaridan biridir.

Natijalarni sharhlashda uchta toifaga asoslaniladi. 7-chegaradan yuqorisi refleksivlikning yuqoriligini, 4-7 chegaralar o'rtacha ko'rsatkichni, 1-4 chegaralar esa refleksivlikning past darajasini bildiradi.

1 jadval.

Javoblar ko'rinishi	To'g'ri tasdiq	Teskari tasdiq
Mutlaqo noto'g'ri	1 ball	7 ball
noto'g'ri	2 ball	6 ball
Noto'g'ri bo'lsa kerak	3 ball	5 ball
Bilmadim	4 ball	4 ball
to'g'ri bo'lsa kerak	5 ball	3 ball
to'g'ri	6 ball	2 ball
Mutlaqo to'g'ri	7 ball	1 ball

Ballar quyidagicha taqsimlanadi:

**To'g'ri tasdiq** - 1, 3, 4, 5, 9, 10, 11, 14, 15, 18, 19, 20, 22, 24, 25.

**Teskari tasdiq** - 2, 6, 7, 8, 12, 13, 16, 17, 21, 23.

**Natijalar interpretatsiyasi:**

Ballar oralig'i	80 gacha	100	101-107	108-113	114-122	123-130	131-139	140-147	148-156	157-171	172 va undan yuqori
Tasdiqlar	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10

8 dan 10 gacha bo'lgan test bo'yicha yuqori natijalar, ya'ni 7 dan ortiq miqdor shuni ko'rsatadiki, bunday insonlar o'z faoliyati va boshqa kishilarning xatti-harakatlarini tahlil qilishga, ularning o'tmishdagi, hozirgi va kelajakdagi harakatlarining sabab va oqibatlarini aniqlashga o'ta moyil bo'ladi. Bunday shaxslar asosan voqea va hodisalarning kichik detallarigacha batafsil o'ylash istagida bo'lishadi, ularni oqibatlarini oldindan tahlil qiladi hamda o'z xatti-harakatlarini doimiy tarzda diqqat bilan rejalashtirishadi.

Bunday odamlar asosan, boshqa shaxslarni tushunishi, o'zini uning o'rniga qo'yishi, uning xatti-harakatlarini oldindan tahmin qilishi va shaxslarning o'zi haqidagi tasavvurlarini bashorat qila olish layoqatiga ega bo'lishadi.

O'rtacha test natijalari 4 tadan 7 tagacha ustunlar oralig'ida bo'ladi.

1 dan 3 gacha bo'lgan test bo'yicha past natijalar, ya'ni 4 ta ustundan kam bo'lishi, shaxslardagi voqea hodisalar qanday yuz bergani, xatti-harakatlarni keltirib chiqargan sabablar va ularning oqibatlari haqida ko'proq o'ylashi mumkinligini ko'rsatadi.

Ushbu xulosalardan kelib chiqib, A.Karpov tomonidan ishlab chiqilgan “Refleksiya darajalarini aniqlash” metodikasi orqali biz quyidagi xususiyatlarni aniqlashimiz mumkin.

1. Vaziyatli refleksiya
2. Retrospektiv refleksiya
3. Perspektiv refleksiya

Vaziyatli refleksiya - vaziyatli aks ettirish, haqiqiy vaziyatda inson xulq-atvori bilan bog‘liq holatning namoyon etilishida bevosita o‘z xulq-atvorini boshqarish, uning tarkibiy qismlarini tushunish, tahlil qilish va subyektning o‘z harakatlarini vaziyatga bog‘lash, ularni o‘zgaruvchan sharoit va o‘z holatiga mos muvofiqlashtirish qobiliyatini ta‘minlaydi.

Retrospektiv refleksiya - o‘tmishda sodir bo‘lgan hodisalarni tahlil qilish tendensiyasida namoyon bo‘ladi. Ushbu holatda retrospektiv refleksiyani predmeti sifatida shart-sharoit, bo‘lib o‘tgan voqealar tafsiloti, o‘tmishda qilingan xatolari va motivlarini tashkil etadi.

Perspektiv refleksiya - kelgusi faoliyatni, xulq-atvorni tahlil qilish, rejalashtirish, faoliyat natijalari bashoratlash va boshqa shunga o‘xshash funksiyasi bilan o‘zaro bog‘liqdir.

Perspektiv refleksiya xulq-atvor xususiyatlari - o‘z xatti-harakatlari tafsilotlarini puxta rejalashtirish, kelajakdagi hodisalarga bo‘lgan munosabat dinamikasining namoyon etilishini belgilaydi.

2 jadval.

**O‘spirinlarda refleksiya darajalari namoyon bo‘lishining umumiy ko‘rsatkichlari (n=50)**

O‘spirin-yoshlarda refleksiya darajalari	Respondentlar soni n=50	%
Yuqori	15	24,5
o‘rta	20	39,3
quyi	15	36,2

Refleksiya shaxsning o‘zini o‘zi anglashi bilan yaqin qo‘yiladi va o‘zining yaxlit - Men obrazini tuzish, ichki dunyosining tuzilishi va mazmunini ochishga yo‘naltirilgan subyektning o‘zini o‘zi bilish jarayonidir. Refleksiya meta kognitiv jarayon sifatida inson tafakkurining tamoyili bo‘lib shaxsiy shakl va imkoniyatlarini tushunish va anglash, uning mazmuni, metodi va bilish natijalarini tanqidiy tahlil qilishdan iborat yoki boshqacha qilib aytganda o‘z tafakkurining asosi haqida o‘ylash qobiliyatidir. Olingan ma‘lumotlar tahliliga nazar tashlaydigan bo‘lsak, umumiy hisobda barcha respondentlardan olingan eng yuqori natija bu refleksiyaning o‘rta darajasi bo‘lib, o‘spirinlarning 39,3 % ushbu darajaga mansubligi aniqlandi. Eng quyi ko‘rsatkich esa 36,2 % ni tashkil etdi. Bundan ko‘rinib turibdiki, o‘spirin-yoshlardagi refleksiya darajalari nisbatan korreksiya ishlarini olib borishni talab etadi.

**Xulosa.** Sotsiofobiya jarayoni shaxsning o‘z-o‘ziga beradigan bahosi bilan bog‘liq ekanligi, ushbu holatni korreksiya qilishda ham shaxsning o‘z-o‘ziga beradigan bahosini ko‘tarish evaziga amalga oshirish mumkinligi statistik natijalar orqali izohlandi. Buning uchun o‘smirlarda o‘zini anglashga, o‘ziga bo‘lgan ishonchni oshirishga, o‘z-o‘ziga adekvat baho berishga hamda shaxslararo munosabatlarda muloqotga kirisha olish ko‘nikmalarini shakllantirishga yordam beruvchi mashqlardan iborat trening mashg‘ulotidan foydalanish mumkin.

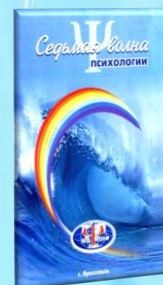
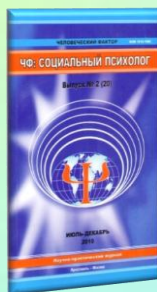
**Adabiyotlar:**

1. Тревожное фобическое расстройство детского возраста/ И. А. Хрущ. – Мн. БГМУ, 2004.
2. Рузиев У.М. Симптомы социальной фобии человека. // Вестник интегративной психологии. - Ярославль: 2022, Выпуск 24, 289-292 стр.
4. Рузиев У.М. Социальные фобии: причины возникновения и влияния на поведение человека, диагноз и психокоррекция. // Вестник интегративной психологии - Ярославль: 2022, Выпуск 26, стр. 192-197.
5. Ro‘ziyev U.M. Xavotirli bolalar, ijtimoiy fobiya namoyon etilishining o‘ziga xos xususiyatlari. // Ta‘lim va innovatsion tadqiqotlar (2022 y №6) -Buxoro: B. 337-344.
6. Ro‘ziyev U.M. O‘spirinlarda ijtimoiy fobiya rivojlanishi bilan bog‘liq holatlarning diagnostikasi va psixokorreksiyasi. // № 4, 2022 “Psixologiya” ilmiy jurnali. – Buxoro: – B.125-132.



*Bizning yangilangan saytimizga tashrif buyuring*  
**BUXDU.UZ**

**Saytimizda maqolalarni o'qishingiz va ularni elektron nusxasini yuklab olishingiz mumkin**



<p><b>PSIXOLOGIYA</b>          ilmiy jurnal          1-son (57)          Buxoro – 2024. 338 b.</p> <p><b>PSIXOLOGIYA</b>          научный журнал.          Выпуск 1. (57) Бухара          – 2024. – 338 с.</p>	<p>Jurnal O`zbekiston          psixologlarining BuxDU          muassisligidagi nashri          hisoblanadi.</p> <p><b>Jurnalning nashr sifati          uchun bosmaxona          javobgar.</b></p> <p>OBUNA INDEKSI 3062</p>	<p>Jurnal tahririyat kompyuterida          sahifalandi.          Bosishga ruxsat etildi</p> <p>Qog`oz bichimi 60x84, 1/8 Tezkor          bosma usulda bosildi.          Shatrlı bosma tabo`i - 28 Buyurtma          №123. Adadi – 50          Bahosi kelishilgan narxda.          “BUKHARAHAMD PRINT”          MCHJ bosmaxonasida chop etildi.          Bosmaxona manzili: Buxoro sh.          Q. Murtazoyev ko`chasi 344-uy.</p>
--	---	---



*Jurnal O‘zbekiston Respublikasi  
Vazirlar Mahkamasi huzuridagi OAK  
Rayosatining 2013-yil 26-dekabrdagi  
201/3-sonli qarori bilan psixologiya  
fanlari bo‘yicha dissertatsiya ishlari  
ilmiy natijalari yuzasidan ilmiy  
maqolalar chop etilishi lozim bo‘lgan  
ilmiy jurnallar ro‘yxatiga kiritilgan.*

ISSN 2181-5291

