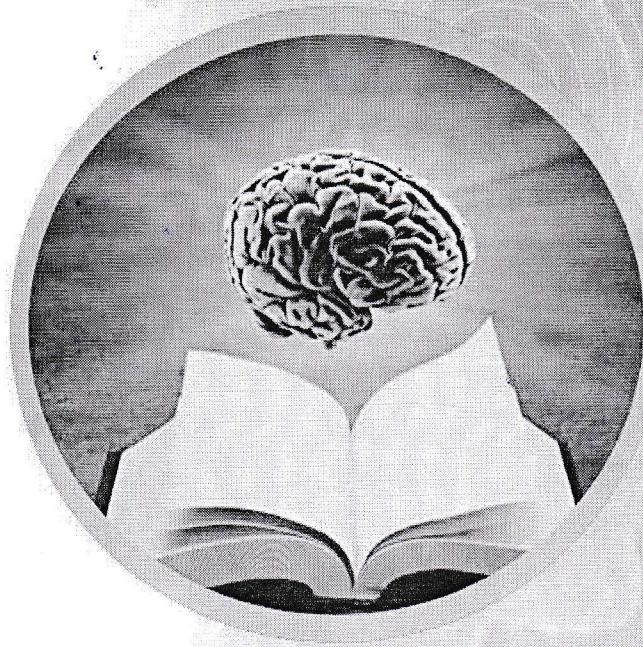


VOBKENT TUMANI AXBOROT-KUTUBXONA MARKAZI BIBLIOGRAFIYA BO'LIMI

**“PSIXOLOGIYA HAYOTIMIZDA TUTGAN O'RNI”
nomli bibliografik sharh**

Psixologiya fani asoschilari



Vobkent -2026 yil

Psixologiya

Psixologiya – „xulq-atvor va aqliy jarayonlarni ilmiy o‘rganish“ deb ta’riflanadi. Inson ongi va xulq-atvoriga bo‘lgan falsafiy qiziqish qadimgi Misr, Fors, Yunon, Xitoy va Hindiston sivilizatsiyalariga borib taqaladi^[1].

Psixologiya eksperimental tadqiqot sohasi sifatida 1854-yilda Germaniyaning Leypsig shahrida Gustav Fechner tomonidan asos solingan. Fechner eksperimental metodlar asosida sezgilarning ortib borishi bilan ularni qo‘zg‘atuvchi taassurotlar ta’siridagi qiyosiy munosabatni aniqlab, sezgi qo‘zg‘atgich logarifmasiga proporsionaldir, degan psixofizik qonunni kashf etadi. Fechnerning nazariyasi, bugungi kunda Signalni aniqlash nazariyasi sifatida tanilgan, taqqoslash hukmlari bo‘yicha statistik nazariyalarni rivojlanishini oldindan ko‘rsatgan va uning g‘oyalari asoslangan minglab tajribalar yaratilishiga zamin yaratgan. 1879-yilda Wilhelm Wundt Germaniyaning Leypsig shahrida faqatgina psixologik tadqiqotlarga mo‘ljallangan ilk psixologiya laboratoriyasini tashkil etdi. Shuningdek, Wundt, o‘zini *psixolog* deb atagan ilk shaxs bo‘lgan. Shu sababli, Wundt ko‘pincha *psixologiyaning otasi* deb ham ataladi. Vilgelm Wundt dan avval psixologiya sohasida muhim qadam tashlagan shaxs Ferdinand Ueberwasser (1752–1812) edi. U 1783-yilda o‘zini *Empirik psixologiya va mantiq professori* deb atagan va Germaniyaning Múnster shahridagi Eski universitetda empirik psixologiya bo‘yicha ma’ruzalar o‘qigan^[2]. Psixologiya sohasiga muhim hissa qo‘shgan boshqa ilk olimlar qatoriga quyidagilar kiradi:

- Hermann Ebbinghaus (1850–1909) – xotira tadqiqotlarida kashshof bo‘lib, eslash va unutish jarayonlarini o‘rganishga asoslangan unutish egri chizig‘ini ishlab chiqqan. Ebbinghaus eksperimental yondashuv orqali xotira mexanizmlarini tushunishga harakat qilgan.
- William James (1842–1910) – amerikalik faylasuf va psixolog bo‘lib, pragmatizm falsafiy oqimining asoschilaridan biri hisoblanadi. James „Psixologiyaning prinsiplari“ asari orqali funksionalizm yondashuvini rivojlantirib, inson ongining amaliy jihatlarini o‘rganishga urg‘u bergan.
- Ivan Pavlov (1849–1936) – rossiyalik fiziolog bo‘lib, klassik shartli reflekslar (klassik shartlashish) bo‘yicha tadqiqotlar olib borgan. Uning mashhur qo‘ng‘iroq va it tajribalari inson va hayvonlarning o‘rganish jarayonlari haqidagi tushunchalarni tubdan o‘zgartirdi.

Bu olimlarning ishlari psixologiyani shakllantirishda va uning turli yo‘nalishlarining rivojlanishida muhim ahamiyat kasb etgan.

Eksperimental psixologiya taraqqiy etgandan ko'p o'tmay, amaliy psixologiyani turli yo'nalishlari vujudga keldi. Granville Stanley Hall 1880-yillarning boshida Germaniyadan Amerika Qo'shma Shtatlariga ilmiy pedagogikani olib keldi. 1890-yillardagi John Deweyning ta'lim nazariyasi ham bunga misol bo'la oladi. Shuningdek, 1890-yillarda Hugo Múnsterberg psixologiyani sanoat, huquq va boshqa sohalarda qo'llash haqida yozishni boshladi. Lightner Witmer 1890-yillarda birinchi psixologik klinikani tashkil etdi. James McKeen Cattell 1890-yillarda Francis Galtonning antropometrik usullarini moslashtirish orqali birinchi aqliy test dasturini ishlab chiqdi. Shu orada, Venada Sigmund Freud mustaqil ravishda ruhiyatni o'rganishga qaratilgan psixozanaliz deb nomlangan yondashuvni ishlab chiqdi. Bu nazariya keyinchalik psixologiyada juda katta ta'sir ko'rsatadigan yo'nalishga aylandi^[3].

XX asrda Edward Titchenerning Wundtning empiritsizmiga bo'lgan tanqidiy munosabatiga qarshi fikrlar paydo bo'ldi. Bu John B. Watsonning bixeviorizm nazariyasini shakllantirishga hissa qo'shdi. Keyinchalik Burrhus Frederic Skinner ushbu nazariyani operant shartlanish orqali ommalashtirib berdi. Bixeviorizm ochiq xulq-atvorni o'rganishga e'tibor qaratishni taklif etdi, chunki uni miqdoriy jihatdan baholash va oson o'lchash mumkin edi. Ilk behavioristlar ongni o'rganishni samarali ilmiy tadqiqot uchun juda mavhum deb hisoblaganlar. Biroq, Skinner va uning hamkasblari fikrlash jarayonini yashirin xulq-atvor shakli sifatida o'rganganlar va unga ochiq xulq-atvorga nisbatan qo'llanadigan tamoyillarni qo'llaganlar.

XX asrning oxirgi o'n yilliklarida kognitiv fanlar, ya'ni inson ongini o'rganishga qaratilgan turli sohalarni birlashtirgan fan paydo bo'ldi. Kognitiv fanlar inson ongini tadqiqot obyekt sifatida qayta ko'rib chiqadi va buning uchun kognitiv psixologiya, tilshunoslik, kompyuter fanlari, falsafa, bixeviorizm va neyrobiologiya kabi sohalarning vositalaridan foydalanadi. Ushbu tadqiqot yo'nalishi inson ongini har tomonlama o'rganish mumkin degan fikrni o'rta tashladi va bu kabi tushunchalar sun'iy intellekt kabi boshqa tadqiqot sohalarda ham asqotishi mumkinligini ta'kidladi.

Dastlabki psixologik tafakkur

Qo'shimcha ma'lumotlar: Ong falsafasi

Tarixda turli madaniyatlar ong, qalb, ruh, ko'ngil, miya va boshqalarning mohiyati haqida mulohaza yuritgan. Misol uchun, Qadimgi Misrda Edwin Smith Papyrus miyaning dastlabki tavsifini, uning vazifalari haqidagi ba'zi mulohazalarni (tibbiy/jarrohlik nuqtai nazaridan bayon etilgan) o'z ichiga oladi, hamda bu tavsiflar inson tanasini anatomik jihatdan o'rganib kashf qilgan birinchi misrlik shifokor Imhotep bilan aloqador bo'lishi ehtimol^[4].

Kitoblar

1.UDK:159.9

. **Abdukarimov H.** — *Psixologiya.* — Toshkent: O'qituvchi, 1990. — 220 b.

Kitob umumiy psixologiya asoslarini yoritadi. Unda ruhiy jarayonlar, shaxsiy xususiyatlar va inson xulq-atvorining asosiy nazariyalari ko'rib chiqilgan. O'zbekiston sharoitida psixologiya fanini mustahkamlashga xizmat qiluvchi dastlabki darsliklardan biri hisoblanadi.

2.UDK:159.922

. **Qodirov A.** — *Pedagogik psixologiya.* — Toshkent: O'qituvchi, 1992. — 240 b.

Kitob pedagogik psixologiya masalalariga bag'ishlangan. O'quvchilarning psixologik rivojlanishi, pedagogik yondashuvlar va ta'lim tizimida psixologik usullar tahlil qilingan. Kurs ishi uchun ta'lim psixologiyasi bo'limida asosiy manba sifatida foydalanish mumkin.

3.UDK:159.9

. **Islomova Z.** — *Shaxs psixologiyasi.* — Toshkent: O'qituvchi, 1993. — 230 b.

Shaxsiy motivatsiya, hissiyotlar va qaror qabul qilish jarayonlari nazariyasi yoritilgan. Kitob shaxs psixologiyasi bo'yicha ilmiy va amaliy asoslarni beradi, kurs ishida shaxsning psixologik xususiyatlarini tahlil qilishda foydalidir.

4.UDK:159.922

. **Yo'ldoshev F. X.** — *Psixologiya va ta'lim.* — Toshkent: Fan, 1995. — 312 b.

Kitobda ta'lim jarayonida psixologik tamoyillar, o'qitish va o'rganish usullari, pedagogik psixologik yondashuvlar tahlil qilingan. Ta'lim psixologiyasi bo'yicha kurs ishi uchun muhim manba sifatida xizmat qiladi.

5.UDK:159.923

. **Karimova D.** — *Ijtimoiy psixologiya.* — Toshkent: Sharq, 1996. — 260 b.

UDK:159.923

Shaxs va guruh o'rtasidagi psixologik munosabatlar, ijtimoiy xulq-atvor, guruhdagi psixologik ta'sirlar tahlil qilingan. Kurs ishida ijtimoiy psixologik yo'nalishlar bo'yicha nazariy asos sifatida foydalanish mumkin.

6.UDK:159.922.7

. **Nazarova M. A.** — *Bolalar va o'smirlar psixologiyasi.* — Toshkent: Sharq, 1997. — 280 b.

7.UDK:159.922.7

Kitobda bolalar va o'smirlarning psixologik rivojlanish bosqichlari, xulq-atvor va pedagogik yechimlar ko'rib chiqilgan. Pedagogik va rivojlanish psixologiyasi bo'limida kurs ishida muhim manba.

7.UDK:159.964

. **To'xtayev B.** — *Psixodiagnostika.* — Toshkent: Fan, 1998. — 288 b.

Psixodiagnostik testlar, o'lchov metodlari va ularni talaba, pedagog va psixologlar uchun qo'llash printsiplari yoritilgan. Amaliy psixologiya bo'yicha kurs ishida asosiy manba sifatida ishlatiladi.

4. Saidova G. Zamonaviy psixologik muammolar // “Yangi O‘zbekiston”. — 2023.—5-iyun.—B.4.

Saidova G.ning “Zamonaviy psixologik muammolar” nomli maqolasida jamiyatda bugungi kunda uchrayotgan dolzarb psixologik muammolar kompleks tarzda tahlil qilingan. Muallif globalizatsiya, axborot oqimining ortishi, ijtimoiy munosabatlarning o‘zgarishi natijasida inson ruhiyatida yuzaga kelayotgan muammolarni ko‘rsatadi. Shuningdek, maqolada ushbu muammolarni bartaraf etishda psixologik yordam, ijtimoiy qo‘llab-quvvatlash va sog‘lom muhit yaratish muhim omil sifatida baholanadi.

5. Abdullayeva N. Yoshlar ruhiyatida ijtimoiy tarmoqlarning ta’siri // “Yangi O‘zbekiston”.—2024.—10-mart.—B.6.

Abdullayeva

N.ning “Yoshlar ruhiyatida ijtimoiy tarmoqlarning ta’siri” maqolasida zamonaviy axborot texnologiyalarining yoshlar psixikasiga ta’siri chuqur yoritilgan. Muallif ijtimoiy tarmoqlarning ijobiy jihatlari (axborot olish, muloqot qilish imkoniyati) bilan birga, salbiy tomonlari (qaramlik, vaqtni samarasiz sarflash, ruhiy bosim)ni ham tahlil qiladi. Ayniqsa, yoshlarning hissiy holati va o‘z-o‘zini baholashiga ijtimoiy tarmoqlarning ta’siri muhim jihat sifatida ko‘rsatib o‘tiladi.

6 .Jo‘rayev S. Inson psixologiyasida stress va depressiya // “Xalq so‘zi”. — 2023.—25-noyabr.—B.5

Jo‘rayev

S.ning “Inson psixologiyasida stress va depressiya” maqolasida esa stress va depressiya muammolari o‘zaro bog‘liqlikda o‘rganilgan. Muallif ushbu holatlarning kelib chiqish sabablari sifatida ijtimoiy bosim, shaxsiy muammolar va ruhiy zo‘riqishlarni ko‘rsatadi. Maqolada stressning vaqtida bartaraf etilmasligi depressiyaga olib kelishi mumkinligi ta’kidlanadi hamda ularning inson sholomatligi va faoliyatiga salbiy ta’siri ochib beriladi.

Umuman olganda, mazkur uch maqola zamonaviy psixologik muammolarni turli yo‘nalishlarda yoritib, ayniqsa yoshlar ruhiyati, ijtimoiy tarmoqlar ta’siri hamda stress va depressiya masalalarini chuqur tahlil etadi. Bu manbalar bir-birini to‘ldirib, psixologik muammolarni tushunish va ularni bartaraf etish yo‘llarini ishlab chiqishda muhim ilmiy-amaliy ahamiyatga ega.

7. Yo‘ldosheva D. Zamonaviy ayol psixologiyasi // “Yangi O‘zbekiston”. — 2024.—5-yanvar.—B.4.

Yo‘ldosheva

D.ning “Zamonaviy ayol psixologiyasi” nomli maqolasida bugungi jamiyatda ayollarning psixologik xususiyatlari va duch kelayotgan muammolari tahlil qilingan. Muallif zamonaviy ayolning ijtimoiy faolligi, kasbiy va oilaviy rollarni uyg‘unlashtirish jarayonidagi ruhiy holatini yoritadi. Shuningdek, maqolada ayollarda uchraydigan stress, hissiy zo‘riqish va ijtimoiy bosim kabi omillar ko‘rsatilib, ularni yengishda psixologik barqarorlik muhimligi ta’kidlanadi.

8. Xasanov E. Inson ruhiyatida qo‘rquv va uning sabablari // “Xalq so‘zi”. — 2023. — 7-iyul. — B. 6.

Xasanov E.ning “Inson ruhiyatida qo‘rquv va uning sabablari” maqolasida qo‘rquv hissining psixologik tabiati va kelib chiqish omillari o‘rganilgan. Muallif qo‘rquvni insonning tabiiy himoya reaksiyasi sifatida izohlaydi, ammo uning ortiqcha yoki nazoratsiz shakllari salbiy oqibatlarga olib kelishini qayd etadi. Maqolada qo‘rquvning inson xulq-atvoriga ta’siri va uni yengishning psixologik yo‘llari ham bayon etilgan.

9. Karimova Z. Stressni boshqarishning zamonaviy usullari // “Yangi O‘zbekiston”.— 2023.—19-oktabr.—B.5.

Karimova Z.ning “Stressni boshqarishning zamonaviy usullari” nomli maqolasida stressni kamaytirish va nazorat qilishning samarali usullari yoritilgan. Muallif zamonaviy psixologiyada qo‘llaniladigan texnikalar, jumladan relaksatsiya, o‘z-o‘zini boshqarish va ijobiy fikrlash usullarini tahlil qiladi. Ushbu maqola stressni boshqarishning amaliy jihatlari bilan ahamiyatlidir.

10. Oripov A. Inson xulq-atvorida psixologik omillar // “Xalq so‘zi”. — 2024. —9-yanvar.— B.5.

8. Salikhov Sh. — *Amaliy psixologiya*. — Toshkent: Fan, 1999. — 320 b.

UDK.159.96

Stressni boshqarish, shaxsiy muammolarni hal etish, motivatsiya va muloqotdagi psixologik metodlar amaliy jihatdan tushuntirilgan. Kurs ishida amaliy psixologiya bo'yicha real misollarni keltirish uchun foydalidir.

9. UDK: 159.9.

Karimova Vasila — *Ijtimoiy psixologiya*. — Toshkent: Sharq, 2021. — 210 b.
Ijtimoiy psixologiyaning nazariy asoslarini, insonlararo munosabatlar va guruh dinamikasini o'rganishga bag'ishlangan. Bu manba ilmiy va amaliy tadqiqotlar uchun asosiy nazariy vosita sifatida ishlatiladi.

10.UDK: 159.9. **Boymurodov Narzulla** — *Amaliy psixologiya*. — Toshkent: Sharq, 2020. — 200

amaliy faoliyatda psixologiyaning qo'llanilishi, maslahat berish va psixologik yordam ko'rsatish metodlarini tavsiflaydi.

11.UDK:159.96

G'oziev Ergash — *Ontogenez psixologiyasi*. — Toshkent: Fan, 2019. — 210 b.

G'oziev E. *Ontogenez psixologiyasi* (2019) – inson psixikasining rivojlanishi, bolalikdan voyaga yetishgacha bo'lgan bosqichlarni o'rganadi, ilmiy tadqiqotlar uchun asosiy manba.

12.UDK:159.923.5

Toshboyeva D. — *Bolalar psixologiyasi*. — Toshkent: O'qituvchi, 2020. — 180

Toshboyeva D. *Bolalar psixologiyasi* (2020) – bolalar psixologiyasining nazariy va amaliy jihatlarini, rivojlanish psixologiyasi, o'quv jarayoni va psixodiagnostikani o'rgatadi.

UDK:159.923.5

13.

Holnazarova M. H., Muxliboyev M. Q. — *Yosh va pedagogik psixologiya*. — Toshkent:Fan,2021.—200b.

Holnazarova M. H., Muxliboyev M. Q. *Yosh va pedagogik psixologiya* (2021) va Isamitdinov S., Madg'ofurova D. *Psixologiya va pedagogika asoslari* (2020) – pedagogik faoliyatda psixologik yondashuvlarni tushuntiradi, o'qituvchilar va pedagoglar uchun foydali qo'llanma.

14..UDK:159.923

Umarov B. M. — *Psixologiya* (darslik). — Toshkent: Fan, 2022. — 250 b.
Umarov B. M. *Psixologiya (darslik)* (2022) – psixologiya bo'yicha keng qamrovli o'quv qo'llanma bo'lib, nazariy bilimlarni amaliyot bilan bog'lash imkonini beradi.

4. Saidova G. Zamonaviy psixologik muammolar // “Yangi O‘zbekiston”. — 2023.—5-iyun.—B.4.

Saidova G.ning “Zamonaviy psixologik muammolar” nomli maqolasida jamiyatda bugungi kunda uchrayotgan dolzarb psixologik muammolar kompleks tarzda tahlil qilingan. Muallif globalizatsiya, axborot oqimining ortishi, ijtimoiy munosabatlarning o‘zgarishi natijasida inson ruhiyatida yuzaga kelayotgan muammolarni ko‘rsatadi. Shuningdek, maqolada ushbu muammolarni bartaraf etishda psixologik yordam, ijtimoiy qo‘llab-quvvatlash va sog‘lom muhit yaratish muhim omil sifatida baholanadi.

5. Abdullayeva N. Yoshlar ruhiyatida ijtimoiy tarmoqlarning ta’siri // “Yangi O‘zbekiston”.—2024.—10-mart.—B.6.

Abdullayeva

N.ning “Yoshlar ruhiyatida ijtimoiy tarmoqlarning ta’siri” maqolasida zamonaviy axborot texnologiyalarining yoshlar psixikasiga ta’siri chuqur yoritilgan. Muallif ijtimoiy tarmoqlarning ijobiy jihatlari (axborot olish, muloqot qilish imkoniyati) bilan birga, salbiy tomonlari (qaramlik, vaqtni samarasiz sarflash, ruhiy bosim)ni ham tahlil qiladi. Ayniqsa, yoshlarning hissiy holati va o‘z-o‘zini baholashiga ijtimoiy tarmoqlarning ta’siri muhim jihat sifatida ko‘rsatib o‘tiladi.

6. Jo‘rayev S. Inson psixologiyasida stress va depressiya // “Xalq so‘zi”. — 2023.—25-noyabr.—B.5

Jo‘rayev

S.ning “Inson psixologiyasida stress va depressiya” maqolasida esa stress va depressiya muammolari o‘zaro bog‘liqlikda o‘rganilgan. Muallif ushbu holatlarning kelib chiqish sabablari sifatida ijtimoiy bosim, shaxsiy muammolar va ruhiy zo‘riqlashlarni ko‘rsatadi. Maqolada stressning vaqtida bartaraf etilmasligi depressiyaga olib kelishi mumkinligi ta’kidlanadi hamda ularning inson salomatligi va faoliyatiga salbiy ta’siri ochib beriladi.

Umuman olganda, mazkur uch maqola zamonaviy psixologik muammolarni turli yo‘nalishlarda yoritib, ayniqsa yoshlar ruhiyati, ijtimoiy tarmoqlar ta’siri hamda stress va depressiya masalalarini chuqur tahlil etadi. Bu manbalar bir-birini to‘ldirib, psixologik muammolarni tushunish va ularni bartaraf etish yo‘llarini ishlab chiqishda muhim ilmiy-amaliy ahamiyatga ega.

7. Yo‘ldosheva D. Zamonaviy ayol psixologiyasi // “Yangi O‘zbekiston”. — 2024.—5-yanvar.—B.4.

Yo‘ldosheva

D.ning “Zamonaviy ayol psixologiyasi” nomli maqolasida bugungi jamiyatda ayollarning psixologik xususiyatlari va duch kelayotgan muammolari tahlil qilingan. Muallif zamonaviy ayolning ijtimoiy faolligi, kasbiy va oilaviy rollarni uyg‘unlashtirish jarayonidagi ruhiy holatini yoritadi. Shuningdek, maqolada ayollarda uchraydigan stress, hissiy zo‘riqlash va ijtimoiy bosim kabi omillar ko‘rsatilib, ularni yengishda psixologik barqarorlik muhimligi ta’kidlanadi.

8. Xasanov E. Inson ruhiyatida qo‘rquv va uning sabablari // “Xalq so‘zi”. — 2023. — 7-iyul. — B. 6.

Xasanov E.ning “Inson ruhiyatida qo‘rquv va uning sabablari” maqolasida qo‘rquv hissining psixologik tabiati va kelib chiqish omillari o‘rganilgan. Muallif qo‘rquvni insonning tabiiy himoya reaksiyasi sifatida izohlaydi, ammo uning ortiqcha yoki nazoratsiz shakllari salbiy oqibatlarga olib kelishini qayd etadi. Maqolada qo‘rquvning inson xulq-atvoriga ta’siri va uni yengishning psixologik yo‘llari ham bayon etilgan.

9. Karimova Z. Stressni boshqarishning zamonaviy usullari // “Yangi O‘zbekiston”.— 2023.—19-oktabr.—B.5.

Karimova Z.ning “Stressni boshqarishning zamonaviy usullari” nomli maqolasida stressni kamaytirish va nazorat qilishning samarali usullari yoritilgan. Muallif zamonaviy psixologiyada qo‘llaniladigan texnikalar, jumladan relaksatsiya, o‘z-o‘zini boshqarish va ijobiy fikrlash usullarini tahlil qiladi. Ushbu maqola stressni boshqarishning amaliy jihatlari bilan ahamiyatlidir.

10. Oripov A. Inson xulq-atvorida psixologik omillar // “Xalq so‘zi”. — 2024. —9-yanvar.— B.5.

Gazetalar

1. Ismoilov A. Yoshlar orasida stress va uning oldini olish // “Xalq so‘zi”. — 2023.—12-aprel.—B.6.

Ismoilov A.ning “Yoshlar orasida stress va uning oldini olish” nomli maqolasida yoshlar o‘rtasida keng tarqalgan psixologik muammolardan biri — stress masalasi atroflicha tahlil qilingan. Muallif, avvalo, stressning kelib chiqish sabablari sifatida o‘qishdagi yuklama, ijtimoiy bosim, oilaviy muhit hamda zamonaviy turmush tarzining tezkorligi kabi omillarni ko‘rsatadi.

Maqolada yoshlarning ruhiy holatiga stressning salbiy ta‘siri, xususan, diqqatning pasayishi, hissiy beqarorlik va motivatsiyaning susayishi kabi oqibatlar yoritilgan. Shu bilan birga, muallif stressni kamaytirish va uning oldini olish bo‘yicha bir qator amaliy tavsiyalarni ham beradi. Jumladan, to‘g‘ri kun tartibini tashkil etish, jismoniy faollikni oshirish, psixologik dam olish usullaridan foydalanish hamda ijtimoiy qo‘llab-quvvatlash muhitini mustahkamlash muhimligi ta‘kidlanadi. Mazkur maqola yoshlar psixologiyasini o‘rganishda muhim manba bo‘lib, unda stress muammosining nazariy va amaliy jihatlarini uyg‘un holda yoritilgan.

2. Tursunov D. Talabalarda motivatsiya va o‘qishga munosabat // “Yangi O‘zbekiston”. — 2024.—20-fevral.—B.5.

Tursunov D.ning “Talabalarda motivatsiya va o‘qishga munosabat” nomli maqolasida talabalarning ta‘lim jarayoniga bo‘lgan munosabati va motivatsiya darajasi chuqur tahlil qilingan. Muallif motivatsiyani o‘quv faoliyatining asosiy harakatlantiruvchi kuchi sifatida baholab, uning shakllanishiga ta‘sir etuvchi ichki (qiziqish, maqsad, intilish) va tashqi (o‘qituvchi, muhit, rag‘batlantirish) omillarni ko‘rsatib o‘tadi.

Maqolada talabalarning o‘qishga bo‘lgan ijobiy yoki salbiy munosabati ularning akademik natijalariga bevosita ta‘sir qilishi asoslab berilgan. Shuningdek, motivatsiya yetishmasligi natijasida o‘qishga loqaydlik, mas‘uliyatsizlik va bilim olish samaradorligining pasayishi kuzatilishi mumkinligi ta‘kidlanadi.

Muallif ta‘lim jarayonida motivatsiyani oshirish bo‘yicha bir qator tavsiyalarni ham ilgari suradi. Jumladan, zamonaviy pedagogik usullardan foydalanish, individual yondashuvni kuchaytirish, talabalarda mustaqil fikrlashni rivojlantirish hamda rag‘batlantirish tizimini takomillashtirish muhim omillar sifatida ko‘rsatib o‘tiladi.

Ushbu maqola talaba yoshlar psixologiyasi va ta‘lim samaradorligini oshirish masalalarini o‘rganishda muhim ilmiy-amaliy ahamiyatga ega.

3. Karimov A. Yoshlar psixologiyasida motivatsiya masalalari // “Xalq so‘zi”. — 2023.—15-mart.—B.5.

Karimov A.ning “Yoshlar psixologiyasida motivatsiya masalalari” nomli maqolasida motivatsiyaning yoshlar ruhiyati va rivojlanishidagi o‘rni keng yoritilgan. Muallif motivatsiyani shaxs faoliyatini boshqaruvchi asosiy psixologik omillardan biri sifatida talqin qilib, uning yoshlar hayotidagi ahamiyatini nazariy jihatdan asoslab beradi.

Maqolada yoshlarning maqsad sari intilishi, o‘zini rivojlantirishga bo‘lgan ehtiyoji hamda ijtimoiy faolligi motivatsiya darajasiga bevosita bog‘liq ekanligi ta‘kidlanadi. Shuningdek, ichki (shaxsiy qiziqish, orzu-maqsadlar) va tashqi (ijtimoiy muhit, ta‘lim tizimi, rag‘bat) motivatsiya turlari tahlil qilinadi va ularning o‘zaro ta‘siri ochib beriladi.

Muallif yoshlar orasida motivatsiyaning pasayishiga olib keluvchi omillarni ham ko‘rsatib o‘tadi. Jumladan, noto‘g‘ri muhit, maqsadlarning noaniqligi hamda yetarli rag‘batning yo‘qligi salbiy ta‘sir ko‘rsatishi mumkinligi qayd etiladi. Shu bilan birga, motivatsiyani oshirish uchun maqsadlarni aniq belgilash, ijobiy psixologik muhit yaratish va shaxsiy rivojlanishga yo‘naltirilgan yondashuvlarni qo‘llash zarurligi ta‘kidlanadi.

Ushbu maqola yoshlar psixologiyasida motivatsiya muammolarini o‘rganishda muhim nazariy va amaliy manba hisoblanadi.

Oripov A.ning “Inson xulq-atvorida psixologik omillar” maqolasida inson xatti-harakatlariga ta’sir etuvchi asosiy psixologik omillar tahlil qilingan. Muallif shaxsning xulq-atvori uning ichki ruhiy holati, motivatsiyasi va tashqi muhit bilan o‘zaro aloqasi natijasida shakllanishini asoslab beradi. Maqola inson xulq-atvorini tushunishda muhim nazariy manba hisoblanadi.

Umuman olganda, ushbu maqolalar inson psixologiyasining turli jihatlarini — ayollar psixologiyasi, qo‘rquv, stressni boshqarish va xulq-atvor omillarini — kompleks tarzda yoritib beradi. Ular birgalikda psixologik jarayonlarni chuqurroq anglash va amaliy jihatdan qo‘llash imkonini beradi.

11. Qosimov D. Ta’lim jarayonida psixologik yondashuv // “Yangi O‘zbekiston”. —2024.—2-mart.—B.6.

Qosimov D.ning “Ta’lim jarayonida psixologik yondashuv” nomli maqolasida ta’lim tizimida psixologik yondashuvlarning o‘rni va ahamiyati yoritilgan. Muallif o‘quv jarayonining samaradorligi nafaqat bilim berishga, balki talabalarning psixologik xususiyatlarini hisobga olishga ham bog‘liqligini ta’kidlaydi. Individual yondashuv, motivatsiyani oshirish va ijobiy psixologik muhit yaratish ta’lim sifatini yaxshilashda muhim omil sifatida ko‘rsatiladi.

12. Eshonqulov S. Stress va asabiylikni kamaytirish usullari // “Xalq so‘zi”. — 2022.—5-dekabr.—B.3.

Eshonqulov S.ning “Stress va asabiylikni kamaytirish usullari” maqolasida stress va asabiylikni bartaraf etishning amaliy yo‘llari bayon etilgan. Muallif turli psixologik mashqlar, relaksatsiya usullari, to‘g‘ri dam olish va sog‘lom turmush tarzining ahamiyatini ko‘rsatadi. Ushbu maqola amaliy tavsiyalarga boyligi bilan ajralib turadi.

13. Rahimov A. Yoshlar psixologiyasida stress va uning oldini olish // “Xalq so‘zi”.—2026.—25-mart.—B.5

Rahimov A.ning “Yoshlar psixologiyasida stress va uning oldini olish” maqolasida yoshlar orasida stress muammosi va uning profilaktikasi keng tahlil qilingan. Muallif stressning kelib chiqish omillarini ochib berib, uning oldini olishda psixologik tayyorgarlik, ijtimoiy qo‘llab-quvvatlash va sog‘lom muhit muhimligini ta’kidlaydi.

14. Karimova M. Zamonaviy jamiyatda psixologik muammolar // “Yangi O‘zbekiston”.—2026.—18-mart.—B.6

Karimova M.ning “Zamonaviy jamiyatda psixologik muammolar” nomli maqolasida hozirgi davrda dolzarb bo‘lgan ruhiy muammolar tahlil qilingan. Muallif jamiyatdagi tezkor o‘zgarishlar, axborot bosimi va ijtimoiy muhitning inson ruhiyatiga ta’sirini ko‘rsatadi hamda ularni bartaraf etish yo‘llarini taklif etadi.

15. Ismoilov S. Talabalarda motivatsiya va psixologik omillar // “Yangi O‘zbekiston”.—2026.—5-mart.—B.7

Ismoilov S.ning “Talabalarda motivatsiya va psixologik omillar” maqolasida talabalarning o‘qishga bo‘lgan motivatsiyasi va unga ta’sir etuvchi psixologik omillar yoritilgan. Muallif ichki va tashqi omillarni tahlil qilib, ta’lim jarayonida motivatsiyani oshirishning samarali usullarini ko‘rsatadi.

15. Jo‘rayev N. Inson ruhiyatida qo‘rquv va xavotir // “Xalq so‘zi”. — 2026. — 20-fevral.—B.3.

Jo‘rayev N.ning “Inson ruhiyatida qo‘rquv va xavotir” maqolasida qo‘rquv va xavotir hissining psixologik jihatlari o‘rganilgan. Muallif ushbu holatlarning kelib chiqish sabablari, inson xulq-atvoriga ta’siri hamda ularni yengish yo‘llarini bayon etadi.

Umuman olganda, mazkur maqolalar ta’lim psixologiyasi, stressni boshqarish, motivatsiya va zamonaviy psixologik muammolarni turli jihatlarida yoritadi. Ular bir-birini to‘ldirib, psixologik bilimlarni chuqurlashtirish hamda amaliyotda qo‘llash uchun muhim manba bo‘lib xizmat qiladi.

Rasmiy manbalar (saytlar)

“Xalq.so‘zi”.gazetasi:

<https://xs.uz>

“Yangi.O‘zbekiston”.gazetasi:

<https://yuz.uz>

<https://asaxiy.uz/uz/product/knigi/psixologiya>

<https://aps.tsuos.uz/storage/users/264/books/xUDu5S1i45qOEzQSpzAQjXqg3jEat2v3LHgFrgS.pdf>

<https://api.ziyonet.uz/uploads/books/49959/5de77d044c599.pdf>