

ISSN 2181-5291

PSIXOLOGIYA

ILMIY JURNAL

НАУЧНЫЙ ЖУРНАЛ

SCIENTIFIC JOURNAL

№ 1, 2024

www.buxdu.uz



<http://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
E-mail:
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
E-mail:
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
E-mail:
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
JABBOV 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

TEXNIK MUHARRIRLAR – TEX.

РЕДАКТОРЫ:

Shirinova 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

KOROBAYNIKOV 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)



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 qo'rqish tengdoshlar tomonidan rad etish bilan bog'liq edi. Ushbu ma'lumotlar ilgari beparvo qilingan bolalar boshqa maqom guruhlariga bolalariga qaraganda ko'proq ijtimoiy tashvish haqida xabar bergan topilmalarni qo'llab-quvvatladi (La Greca, Dandes, Vik, Shou va tosh, 1988; La Greca va Tosh, 1993). Biroq, boshqalar beparvo qilingan bolalarni o'rtacha bolalarga qaraganda past darajadagi ijtimoiy tashvish haqida xabar berishlari uchun topdilar, bu esa ba'zi beparvo qilingan bolalar tengdosh munosabatlarning yetishmasligi bilan bezovta bo'lmasligi mumkin (Krik va Ladd, 1993).

Insonning xulq-atvori o'zgaruvchan va rang-barang bo'lib, uning individual xususiyatlari, o'ziga xos «uslublari»ning mavjudligi hech qachon va hech kimda hech qanday shubha tug'dirmaydi. Biroq bu xulq-atvorning xilma-xilligi uning cheksiz degani emas, zero insonlarning o'zaro muloqoti, o'zaro munosabati, xarakter xususiyatlari, tempramental sifatleri ularni turli ijtimoiy guruhlariga birikuvi, yashashi uchun iliq psixologik muhitning saqlanishi zaruratdir. Qolaversa, har bir jamiyat o'zining qat'iy belgilangan ijtimoiy xulq-atvor dasturlari tizimiga va jamoatchilik fikri, odatlar, axloqiy tamoyillar, an'analar kuchiga tayanuvchi xulq-atvor qoidalariga ega.

Yuqorida ta'kidlab o'tilgan psixologik tuzilmalarga asoslanib, o'z tadqiqotimizda o'spirinlarda ijtimoiy fobiya xususiyatlarini tadqiq qilishning ijtimoiy-psixologik mezonlari tizimini ishlab chiqildi va shu tizim asosida o'spirinlar orasida fobiya darajalarini o'rgandik, tahlil qildik va tegishli xulosalar chiqarishga harakat qildik.

Natijalar va muhokama. Biz ushbu ishimizda o'spirinlardagi ijtimoiy fobiya holatlarini o'rganishda dastlab ularni ijtimoiy munosabatlarda o'zini o'zini boshqarish masalalariga alohida e'tibor qaratdik. O'z xulq-atvorini boshqarish va individual-psixologik holatlar orasidagi o'zaro bog'liqlikning ochib berishga harakat qildik. Psixologiya fanida emotsional holatlarning subyekt nazoratida bo'lishi o'z tasdig'ini topgan. Emotsional holatlarning jadal taraqqiyoti o'z xulq-atvorini boshqarishning kuchsizligi bilan kechadi. Emotsional holatlarda o'zini o'zi idora qila olmaslik turli ko'rinishdagi salbiy holatlarni keltirib chiqarishi mumkin.

Y.Shpranger fikricha, (ya'ni 14-22 yoshli o'spirinlar) bu yosh davrida yuz beradigan asosiy o'zgarishlar:

- a) shaxsiy «Men»ni kashf qilish;
- b) refleksiyaning (o'zini o'zi va o'zgalarni anglash) o'sishi;
- c) o'zining individualligini anglash va shaxsiy xususiyatlarini e'tirof qilish;
- d) hayotiy ezgu rejalarining paydo bo'lishi;
- e) o'z shaxsiy turmushga jiddiy e'tiborning kuchayishi.

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

Tanlangan ishimizning obyekti sifatida biz Buxoro davlat universitetlari hamda Navoiy pedagogika institutida tahsil olayotgan o'spirinlaridan jami 50 nafarni tanlab oldik. Jumladan, Buxoro davlat universiteti 1-4 bosqich o'spirinlaridan 25 (10 nafar yigit, 15 nafar qiz) va Navoiy pedagogika institutidan 25 (15 nafar yigit, 10 nafar qiz) o'spirinlar tadqiqotimizga jalb etildi. Jumladan 100 nafar tajriba guruhi va 110 nafar o'spirin esa nazorat guruhida ishtirok etishdi. Tadqiqotimizda o'spirinlardagi ijtimoiy fobiyaning gender farqlarni ham o'rganib chiqdik.

Yana shuni alohida ta'kidlash joizki psixologik adabiyotlarda shaxsning ijtimoiy munosabatlardagi o'z xulq-atvorini boshqarish muammosini aniqlashga qaratilgan juda ko'plab usullar mavjud. Biz shular ichidan barchaga ma'lum bo'lgan A.V.Karpovning "Refleksivlik rivojlanish darajasi"ni diagnostika qilish metodikasi, V.Stefansonning "Guruhdagi xulq - atvor motivatsiyasini o'rganish metodikasi", Derogatisning "Psixologik salomatlik omillarining namoyon bo'lishi so'rovnomasi hamda Shaxsning ijtimoiy qadriyatlarini diagnostika qilish so'rovnomasidan foydalanildi.

Dastlabki metodikamiz bu - "Shaxsdagi refleksiya darajalarini o'rganish metodikasi"ni diagnostika qilish metodikasi bo'lib, 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 o'xshatish mumkin. Odam boshqa kishini aks ettirar ekan, shu bilan birga o'zini ham aks ettiradi, agar kishi o'zi muloqotga kirishadigan kishilar haqida to'liq, ilmiy asoslangan axborotlarga ega bo'lsa, ular bilan bexato aniqlikda o'zaro ta'sir o'rnatishi mumkin. Biroq subyekt hamma vaqt bunday aniq ma'lumotga ega emas. Shuning uchun u boshqalar xatti-harakatining sabablarini o'ylab chiqishga majbur bo'ladi. Boshqa kishining harakatlarini tushuntirish uchun faoliyat motivlari, his-tuyg'ular, intilish va fikrlashning o'ylab 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 bogʻliq holatning namoyon etilishida bevosita oʻz xulq-atvorini boshqarish, uning tarkibiy qismlarini tushunish, tahlil qilish va subyektning oʻz harakatlarini vaziyatga bogʻlash, ularni oʻzgaruvchan sharoit va oʻz holatiga mos muvofiqlashtirish qobiliyatini taʼminlaydi.

Retrospektiv refleksiya - oʻtmishda sodir boʻlgan hodisalarni tahlil qilish tendensiyasida namoyon boʻladi. Ushbu holatda retrospektiv refleksiyani predmeti sifatida shart-sharoit, boʻlib oʻtgan voqealar tafsiloti, oʻtmishda qilingan xatolari va motivlarini tashkil etadi.

Perspektiv refleksiya - kelgusi faoliyatni, xulq-atvorni tahlil qilish, rejalashtirish, faoliyat natijalari bashoratlash va boshqa shunga oʻxshash funksiyasi bilan oʻzaro bogʻliqdir.

Perspektiv refleksiya xulq-atvor xususiyatlari - oʻz xatti-harakatlari tafsilotlarini puxta rejalashtirish, kelajakdagi hodisalarga boʻlgan munosabat dinamikasining namoyon etilishini belgilaydi.

2 jadval.

Oʻspirinlarda refleksiya darajalari namoyon boʻlishining umumiy koʻrsatkichlari (n=50)

Oʻspirin-yoshlarda refleksiya darajalari	Respondentlar soni n=50	%
Yuqori	15	24,5
oʻrta	20	39,3
quyi	15	36,2

Refleksiya shaxsning oʻzini oʻzi anglashi bilan yaqin qoʻyiladi va oʻzining yaxlit - Men obrazini tuzish, ichki dunyosining tuzilishi va mazmunini ochishga yoʻnaltirilgan subyektning oʻzini oʻzi bilish jarayonidir. Refleksiya meta kognitiv jarayon sifatida inson tafakkurining tamoyili boʻlib shaxsiy shakl va imkoniyatlarini tushunish va anglash, uning mazmuni, metodi va bilish natijalarini tanqidiy tahlil qilishdan iborat yoki boshqacha qilib aytganda oʻz tafakkurining asosi haqida oʻylash qobiliyatidir. Olingan maʼlumotlar tahliliga nazar tashlaydigan boʻlsak, umumiy hisobda barcha respondentlardan olingan eng yuqori natija bu refleksiyaning oʻrta darajasi boʻlib, oʻspirinlarning 39,3 % ushbu darajaga mansubligi aniqlandi. Eng quyi koʻrsatkich esa 36,2 % ni tashkil etdi. Bundan koʻrinib turibdiki, oʻspirin-yoshlardagi refleksiya darajalari nisbatan korreksiya ishlarini olib borishni talab etadi.

Xulosa. Sotsiofobiya jarayoni shaxsning oʻz-oʻziga beradigan bahosi bilan bogʻliq ekanligi, ushbu holatni korreksiya qilishda ham shaxsning oʻz-oʻziga beradigan bahosini koʻtarish evaziga amalga oshirish mumkinligi statistik natijalar orqali izohlandi. Buning uchun oʻsmirlarda oʻzini anglashga, oʻziga boʻlgan ishonchni oshirishga, oʻz-oʻziga adekvat baho berishga hamda shaxslararo munosabatlarda muloqotga kirisha olish koʻnikmalarini shakllantirishga yordam beruvchi mashqlardan iborat trening mashgʻulotidan 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. Roʻziyev U.M. Xavotirli bolalar, ijtimoiy fobiya namoyon etilishining oʻziga xos xususiyatlari. // Taʼlim va innovatsion tadqiqotlar (2022 y №6) -Buxoro: B. 337-344.
6. Roʻziyev U.M. Oʻspirinlarda ijtimoiy fobiya rivojlanishi bilan bogʻliq holatlarning diagnostikasi va psixokorreksiyasi. // № 4, 2022 “Psixologiya” ilmiy jurnali. – Buxoro: – B.125-132.

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