

ISSN 2181-9580

TOSHKENT DAVLAT PEDAGOGIKA UNIVERSITETI
ILMIY AXBOROTLARI
ILMIY-NAZARIY JURNALI

НАУЧНЫЙ ВЕСТНИК
ТАШКЕНТСКОГО ГОСУДАРСТВЕННОГО
ПЕДАГОГИЧЕСКОГО УНИВЕРСИТЕТА

SCIENTIFIC BULLETIN
OF THE TASHKENT
STATE PEDAGOGICAL UNIVERSITY

2023

2-son

*Jurnal Toshkent shahar Matbuot va axborot boshqarmasi tomonidan 2014-yil
30-iyulda №02-00175 raqam bilan ro'yxatga olingan.*

$$C_1C_2:AB = (C_1N + NC_2):AB = (AB_1 + A_1B):BC$$

hisobga olib, hosil bo'lgan tengliklarni hadma had qo'shamiz:

$$\frac{A_1A_2}{BC} + \frac{B_1B_2}{AC} + \frac{C_1C_2}{AB} = \frac{AA_1}{AB} + \frac{BB_1}{AB} + \frac{AB_1 + A_1B}{AB} = \frac{2AB}{AB} = 2$$

Ohirgi tenglik berilgan yig'indi N ta bog'liq emasligini bildiradi. Tasdiq isbotlandi.

14-Masala. Agar teng yonli uchburchakning uchidagi burchagi $\alpha = \frac{\pi}{7}$ bo'lsa, asosi va yon tomoni orasida $a^4 - 3a^2b^2 - ab^3 + b^3 = 0$ munosabat o'rinli ekanini isbotlang.

Isbot. Masala shartiga ko'ra

$$\angle A = \alpha = \pi/7 \text{ va } \angle B = \angle C = 3\pi/7$$

(13- shakl).

BD kesmani $\angle ABD = \alpha$ shartni

bajaradigan qilib o'tkazamiz,

u holda $\angle DBC = \angle BDC = 2\alpha$ bo'ladi.

ABD va BCD teng yonli uchburchaklardan

$$\cos \alpha = \frac{b}{2(b-a)} \quad \cos 2\alpha = \frac{b-a}{2a} \text{ yozma olamiz.}$$

$$1 + \cos 2\alpha = 2\cos^2 \alpha \text{ munosabatga ko'ra } \frac{b+a}{2a} = \frac{b^2}{2(b-a)^2}$$

Yoki $a^3 - a^2b - 2ab^2 + b^3 = 0$ tenglikni hosil qilamiz. So'ngra tenglikni ikkala tomonini $a+b$ ga ko'paytirib $a^5 - 4a^3b^2 - 3ab^4 + b^5 = 0$ ifodaga ega bo'lamiz. Tasdiq isbotlandi.

Geometrik masalalarni yechish o'quvchilarni fikrlash qobiliyatini rivojlantiradi va ularni matematika faniga bo'lgan qiziqishini oshiradi.

Adabiyotlar:

1. Tolaganov T.R. "Uchburchak geometriyasi" Toshkent, O'qituvchi 1999 y.
2. Tolaganov T.R. Normatov A.A. "Matematikadan praktikum" Toshkent, O'qituvchi 1989 y.
3. Tolaganov T.R. "Uchburchak geometriyasi" Toshkent, O'qituvchi 1999 y.

OLIIY TA'LIM MUASSASASI TALABALARIDA PSIXOLOGIK BARQARORLIKNI TA'MINLASH NAZARIY VA AMALIY MUAMMO SIFATIDA

Nazarov A.M. - Buxoro davlat universiteti Psixologiya kafedrasini mudiri, psixologiya fanlari bo'yicha falsafa doktori (PhD), professor

Annotatsiya. Maqolada talabalardagi psixologik barqarorlik xususiyatlarini shakllantirish orqali ularda innovatsion faoliyatga bo'lgan munosabatni rivojlantirish usullari haqida fikr boradi. Bundan Oliy ta'lim tizimida tahsil olayotgan talabalarni psixologik holatini yaxshilash hamda ularni innovatsion faoliyatga tayyorgarlikni shakllantirish tizimini joriy yetish va optimallashtirish orqali talaba shaxsining innovatsion salohiyatini, kasbiy mahoratini, bilimini, kasbiy muhim fazilatlarini, o'quv faoliyatga munosabatlarini rivojlantirishdan haqida so'z boradi.

Kalit so'zlar: innovatsion faoliyat, innovatsion faollik, tolerantlik, innovatsion fikrlash, psixologik barqarorlik, shaxs, ta'lim tizimi, hissiy va hissiy fazilatlar, kognitiv jarayonlar, aks yettirish, sajda qilish, ijobiy, salbiy.

ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ УСТОЙЧИВОСТИ У СТУДЕНТОВ ВЫСШИХ УЧЕБНЫХ ЗАВЕДЕНИЙ КАК ТЕОРЕТИЧЕСКАЯ И ПРАКТИЧЕСКАЯ ПРОБЛЕМА

**Назаров А.М. - Бухарский государственный университет
Доцент кафедры психологии, доктор философии в области
психологии (PhD)**

Аннотация. В статье рассматриваются способы развития у учащихся отношения к инновационной деятельности путем формирования у них особенностей психологической устойчивости. Речь идет о развитии инновационного потенциала личности студента, профессиональных навыков, знаний, профессионально значимых качеств, отношения к учебной деятельности путем улучшения психологического состояния студентов, обучающихся в системе высшего образования, а также внедрения и оптимизации системы формирования у них готовности к инновационной деятельности.

Ключевые слова: инновационное мышление, познавательные процессы, инновационная деятельность, инновационная активность, толерантность, психологическая устойчивость, современная система образования, психика, креативность.

ENSURING PSYCHOLOGICAL STABILITY IN STUDENTS OF A HIGHER EDUCATIONAL INSTITUTION AS A THEORETICAL AND PRACTICAL PROBLEM

**Nazarov A.M. - Bukhara State University
Associate Professor of the Department of Psychology, Doctor of
Philosophy in Psychology (PhD)**

Annotation. The article discusses ways to develop students' attitude to innovation by forming their psychological stability characteristics. We are talking about the development of the innovative potential of the student's personality, professional skills, knowledge, professionally significant qualities, attitude to educational activities by improving the psychological state of students studying in the higher education system, as well as the introduction and optimization of the system of formation of their readiness for innovation.

Key words: innovative thinking, cognitive processes, innovative activity, innovative activity, tolerance, psychological stability, modern education system, psyche, creativity.

Dunyoning AQSh, Yaponiya, Angliya, Germaniya, Rossiya kabi eng nufuzli ilmiy tadqiqot markazlarining tahlillariga ko'ra, XX asrning boshi iqtisodiy sohada misli ko'rilmagan raqobatning kuchayishi bilan belgilanadi. Resurslar, demografik o'zgarishlar (ayrim hududlarda aholi sonining o'sishi jarayonlarining nomutanosibligi tufayli), qurolli to'qnashuvlar ko'lami va axborot ta'sir kuchining kengayishi, jinoyatlar sonining ko'payishi va jinoyatlarning ko'rinishlarining o'zgarishi, shaxsning psixologik barqarorlik darajasiga o'zining ta'sirini ko'rsatdi.

Shaxsning oilasi, ijtimoiy-psixologik munosabatlari turmush tarzi va guruh a'zolarining ko'lami nuqtai nazaridan jiddiy psixologik o'zgarishlarni muammolarni ilmiy amaliy jihatdan yechish imkonini beradi. Jamiyatda turli xil kasalliklarning paydo bo'lishi oila (jamo'a) - shaxs - jamiyat - davlat - insoniyat taraqqiyotining davomiyligini saqlab qolishi shuningdek, psixologik barqarorligini ta'minlash bugungi kunning dolzarb muammolaridan biri sanaladi.

Oiladagi ijtimoiy-psixologik munosabatlar aloqalarining bir qurilishi sanaladi. Bugungi kun nuqtai nazaridan qaraganda o'zgarishlar sharoitida shaxsning barqarorligi, psixologik himoyasining va ularning o'zaro muvofiqligi muammosi ilmiy-amaliy ahamiyat kasb berilmoqda. Bugungi kunga kelib jahon maydoniga yangi kuchlarning kirib kelishi va yod g'oyalari, yolg'on axborotlar tajovuzkorlikning yangi ko'rinishlari shaxsga ta'sir ko'rsatishning yangi usullari, axborot va psixologik vositalaridan keng foydalanilmoqda.

Mashhur olim I.A. Gundarov tadqiqotlarida talabalarning beqarorligiga olib keladigan psixologik shart - sharoitlarni hisobga olgan holda, diniy g'oyalarni ilgari suradi. Olimning fikricha, shaxsning axloqsiz xulq-atvorining asosiy sababi aynan ma'naviy ehtiyojlarida mujassam bo'ladi. Shaxsning ma'naviy darajalarini uch guruhini ajratadi. Birinchi guruh shaxsning hayotida noto'g'ri yo'l tanlashga majbur qiladigan tashqi ta'siri kuchlari mavjudligini ta'kidlaydi. Bunday salbiy odatlarga quyidagilar kiradi: foyda olishga intilish (pulga bo'lgan muhabbat), behayollik (zino), ichkilikbozlik, giyohvandlik va hokazolar.

Ikkinchi guruh - buzg'unchi ijtimoiy munosabatlar kiradi. Ulardan ba'zilari jamiyatni parokandalikka va vayron bo'lishiga olib keladi (individualizm, xudbinlik, hasad, ota-ona va kattalarni hurmat qilmaslik orqali), boshqalari esa shaxs erkinligini yo'qolishiga (ommaviy madaniyat diktaturasi yoki avtoritar hokimiyatning g'ururi orqali) olib keladi.

Uchinchi guruhga salbiy, zararli bo'lgan his-tuyg'ular kiradi. O'zini o'zi yo'q qilish, xavotirlanish, qo'rquv (g'azab, sog'inish, hayotning mazmunini yo'qotish, umidsizlik, suidsid).

XX asrning 90-yillariga kelib Yevropa davlatlarida iqtisodiy inqiroz ijtimoiy jihatdan umidsizlik holatining kuchayishiga sabab bo'ladi, bu esa barqaror hayotdan mustaqil ravishda uzoqlashishda namoyon bo'ldi. Masalan, 1988-yildan 1994-yilgacha Rossiya bo'yicha ma'lumotlarga qaraganda 20 yoshgacha bo'lgan aholi orasida o'z joniga qasd qilishning ko'payganligini kuzatishimiz mumkin. (o'g'il bolalar o'rtasida 41 foiz, qizlar o'rtasida 13 foiz). Aynan o'sha paytlarda yoshlar orasida alkogolizm, giyohvandlik, o'g'rilik va boshqa g'ayriijtimoiy xatti-harakatlarning soni ko'payganligini ko'rishimiz mumkin.

Har qanday sharoitda talabalar jamiyatning eng zaif nuqtasi bo'lib, ular har qanday xavf va tahdidlarga ochiq bo'lib, jamiyatdagi o'zgarishlari notinch, inqirozli vaziyatlarda eng ko'p o'z ta'sirini o'tkazadi. Aynan talabalar bunday ijtimoiy hodisalardan eng katta ijtimoiy-psixologik zarar ko'radilar.

Agarda talaba birinchidan o'ziga ishongan bo'lsa, juda yuqori va hatto o'zini o'zi qadrlash darajasi yuqori bo'lsa, ikkinchidan o'z faoliyatini o'zining harakatlari natijasida rivojlantiradi, ayniqsa ular muvaffaqiyatsizlikka uchraganida, o'zini past baholasa, va salbiy holatlarni his qilganda ayniqsa yaqqol seziladi. Bunday ikki toifadagi talabalar o'ziga xos tarzda o'zini o'zi anglash yo'llari, usullari va shakllarini qidiradilar. Tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, bunday izlanishlar hali yetarlicha samara bermayotganligini ko'rishimiz mumkin.

Talabalar o'rtasida shaxslararo munosabatlar va hayot haqiqatlari o'rtasida yashirin ziddiyatlarning mavjudligi olimlar tomonidan o'tkazilgan sotsiologik so'rov natijalarga ko'ra 1853 nafar talabadan o'z baxtini nimada ko'rmoqda, degan savolga ko'pchilik talabalar o'zlarining maqsadlarini belgilagan mustahkam oila (59%), samimiy do'stlar (52%), muhabbat (50%), sevgan faoliyatidagi muvaffaqiyat (44%). Quyidagi omillar sezilarli darajada past natijani tashkil etgan moddiy ta'minot (31%), o'zining shaxsiy hayoti (20%), qadriyatlar (9%).

Ota-onalar o'z farzandlarini ijobiy baholashlari, ularni hayotiy qadriyatlar mazmuni bo'yicha qo'llab quvvatlashlar ham xarakterlidir. Ota-onalar farzandlari o'rtasidagi munosabatlar adolat (82%), jamoaviy qo'llab-quvvatlash (74%), ta'lim (70%), vatanparvarlik (54%) hayotlari davomida katta ahamiyat berishlari aniqlangan.

Stress bo'yicha zamonaviy tadqiqotlarga ko'ra, bunday holatlarning uch bosqichi mavjudligi bilan tavsiflanadi: tashvish, qarshilik va charchoq. Barqaror psixikaga ega bo'lgan talabalarda xavotirlanish, tashvishlanish bosqichini nisbatan tez yengib, o'zlarini qo'lga oladilar. Bu holatlar qo'rquv, umidsizlik va halokatga aylanishi mumkin bo'lgan beqaror tartibsizliklardir.

Rus psixologi L.A. Kitayev - Smik "stress" atamasi adabiyotlarda quyidagi hodisalarni ifodalash uchun ishlatilishini ta'kidlaydi.

- 1) tanaga salbiy ta'sir ko'rsatadigan kuchli ta'sir;
- 2) stressorning ta'sirida shaxsda kuchli fiziologik va psixologik ta'sir natijasi;
- 3) kuchli, har xil turdagi ta'sirlarning shaxs uchun ham ijobiy ham salbiy his tuyg'ularning kechishi;
- 4) kuchli ta'sirlar ostida shaxsning o'ziga xos bo'lmagan fiziologik va psixologik holatlari;
- 5) har qanday buzilishlardan kelib chiqadigan shaxsning o'ziga xos bo'lmagan fiziologik, psixologik va ijtimoiy tasirlari.

Yuqorida sanab o'tilgan stresslar o'quv faoliyatiga xos bo'lgan vaziyatlarda talabalarda salbiy holatlarni keltirib chiqaradi. Bu ta'sirlar talaba uchun muhim holatlarni yuzaga keltirishi bilan xarakterlidir. Masalan: o'z faoliyatini baholashni kutish, ijobiy baho olishdagi noaniqlik, noto'g'ri qarorlar qabul qilish kabi holatlarda namoyon bo'ladi.

Tashqi ta'sir faqat haddan tashqari stress bilan qayd etilishi bilan xarakterlidir (juda kuchli emas, balki uzoq vaqt davom etishi). Bunday hollarda, tashvish, xavotir, qo'rquv tushunchalari qo'llaniladi. Bunday salbiy ta'sir ko'rsatadigan qayg'u, alam kabi holatlar stressdan ko'ra foydali ta'sirga ega. Stressiz hayot Gans Selyening so'zlariga ko'ra "o'limdir".

Amerikalik olimlar Fridman va Rozenmanning fikrlariga ko'ra, g'am, qayg'u, xavotirlanishga moyillik bir qator belgilar bilan baholanishi mumkin. Hayotda doim oldinda bo'lishga intilish ("a'lochi talaba"), o'z maqsadiga erishish uchun haqiqiy ishtiyoq bilan, harakatlanish aniq maqsad nima ekanligini aniq tushunishning yo'qligi, doimiy raqobat (nima bo'lishidan qat'iy nazar) va ustunlikni qo'lga kiritish zarurati, vazifalar haddan tashqari ko'p yuklanganda, shov-shuvli va shoshqaloqlikni keltirib chiqaradi, o'zini majburlash istagi, og'ir tashvishli holatlarining ustunligi bilan xarakterlanadi.

Talabalardagi salbiy psixologik holatlar vujudiga kelishi va turli axborotlar to'g'risida noto'g'ri tushunchalarga ega bo'lishga jiddiy e'tibor qaratilishi zarur. Bu turli xildagi holatlarda qayd etiladi: o'z sog'lig'iga beparvo munosabati, uyqu va ovqatlanishning buzilishi turli xildagi; kasalliklarning rivojlanishi yoki kasallik belgilarini o'zida namoyon bo'lishi giyohvand moddalarni iste'mol qilish kabi salbiy xulq-atvor me'yorlarida ko'rinadi.

Talabalarda ayrim hollarda oddiy vaziyatlarda ham o'z daqiqalarga e'tiborini qaratish (do'stlar, qarindoshlar, talabalik davridagi xatolari), yomon fikrlarni boshdan kechirish, boshqalarning muvaffaqiyatlariga hasad qilish va o'z muvaffaqiyatsizliklarida o'zini oqlash, yolg'onchilik kabi illatlar faoliyatiga salbiy ta'sir ko'rsatadi. Shuningdek o'z va'dalarini bajarmaslik, irodaviy sifatlarning zaif darajada rivojlanishi ta'sirida ko'pincha talabalarda dangasalik namoyon bo'ladi. Bu jismoniy psixologik harakatlarga to'sqinlik qiladi, eng kichik muvaffaqiyatsizlikka uchraganda ham boshlangan ishni tashlab qo'yish odati, o'z fikrini ifoda etishda jasorat yo'qligi kabi holatlarda yaqqol namoyon bo'ladi.

Oliy ta'lim muassasalari va nodavlat oliy ta'lim tizimidagi talabalarning xususiyatlari, qobiliyatlari, imkoniyatlari va ehtiyojlari yetarli darajada hisobga olinmaydi. Talabalarning individual xususiyatlari va hissiy-emotsional holatlarini inobatga olish zarur.

O'z-o'zini hurmat qilmaydigan talabalarda yuqori darajadagi takabburlikni kuzatishimiz mumkin va o'zlarining faoliyatlarida muvaffaqiyatga erishish uchun ular g'ayrioddiy usullardan foydalanishadi.

O'zini past baholaydigan talabalarda o'z-o'zidan past baho berish rivojlanadi va shunday his-tuyg'ular shakllanadi. So'nggi paytlarda statistik ma'lumotlarga qaraganda, talabalar tomonidan sodir etilgan huquqbuzarliklarning soni o'sishini kuzatishimiz mumkin. Bugungi kunda oliy ta'lim muassasasi bitiruvchilarining uchdan bir qismi doimiy tarzda surunkali kasalliklardan aziyat chekmoqda. Talabalarning psixologik holati quyidagi ma'lumotlar bilan tavsiflanadi. Olib borilgan so'rovnomalarga asoslanib, talabalarning o'rtacha 10% stressga yuqori darajada moslashish qobiliyatiga ega, 75% o'rtacha, 15% esa past darajada moslashish qobiliyatiga ega. Talabalarning psixologik barqarorligi past darajasi shakllanganligining o'zaro munosabatlarida (ayniqsa, o'qish jarayonida va faoliyatlari davomida xatolarga yo'l qo'ygan vaziyatlarda) xavotirlanish, asabiylashish va qo'pollik ustunlik qiladi.

Psixologik jihatdan beqaror talabalarni salbiy ta'sirlardan himoya qilish uchun ularni saralab olish zarur. Rasmiy holatda, talaba guruhga ta'lim jarayoniga kirishmaydi natijada tushkunlik holatida bo'ladi yoki o'zini boshqa ahamiyatsiz narsalar bilan band qiladi.

Ko'pincha tadqiqotchilar diqqat-e'tiborini eksperimental jarayonlarga ya'ni yangi, xavfsiz tipdagi yetuk shaxsni shakllantirish usullari yo'llari va vositalarining asosini topishdan boshlaydi. Muammolarni nazariy jihatdan ham amaliy jihatdan ham tadqiq etish muhim xarakterga ega.

Taniqli olim V.F.Perevalovning konsepsiyasining mazmuni bu xavfsiz tipdagi shaxs ya'ni talabalardagi psixologik barqarorlikni ta'minlashning yangi tizimini o'z ichiga qamrab oladi. Bunda talabalarning individual xususiyatlari, o'zini-o'zi

rivojlantirishning xavfsiz va xavfli usullaridan samarali foydalanishni anglatadi. Aynan oliy ta'lim tizimidagi xavfsiz tipdagi o'zi va atrofdagilar uchun xavfsiz bo'lgan talabalari faoliyatga yo'naltirish ularning turmush tarziga bog'liq emas.

Oliy ta'lim tizimining asosiy vazifasi davlat ta'lim standartlari dasturidan kelib chiqqan holda, talabalarga turli xil hayotiy vaziyatlardan shu jumladan, eng noqulay holatlardan himoyalanih va barkamol shaxs rivojlanishi uchun yetarli darajadagi bilim, ko'nikmalar hamda malakalarni shakllantirishdan iborat. Shuningdek, talabalarda atrof-muhitni asrash, ijtimoiy psixologik nizolar paytida o'ziga munosib xulq-atvor namoyon bo'lishi va o'z vataniga xizmat qilish ko'nikmalarini shakllantirishdan iborat.

Ushbu muammoni o'rganishdan maqsad oliy ta'lim tizimidagi talabalarning xavfsiz tipdagi shaxsning psixologik barqarorligini ta'minlashdan iborat. Tadqiqot metodlari talabalarda qiziqish uyg'otdi, talabalar o'rtasidagi o'zaro munosabatlarida yuzaga keladigan turli xildagi ziddiyatli vaziyatlar tahlil qilindi.

Xavfsiz tipdagi talabalar uchun muntazam ravishda psixologik xizmat ko'rsatish talabalardagi ilmiy-innovatsion ilmiy-innovatsion qobiliyati va hissiy jihatdan barqarorlikni ta'minlashga xizmat qiladi. Talabalar o'quv jarayonida ilmiy-innovatsion faoliyatlarini keng ko'lamda qo'llaydilar. Oliy ta'lim talabalarining ma'naviy, jismoniy, ijtimoiy, pedagogik-psixologik barqarorligini mustahkamlashda ilmiy-innovatsion faoliyat yo'nalishlari alohida o'rin egallaydi.

Adabiyotlar:

1. Abdullayeva B.S. Bo'lajak o'qituvchilar o'quv-ilmiy faoliyati motivatsiyasining psixofiziologik determinantlari: Monografiya. –T.: «Bookmany print» nashriyoti, 2021 y. – 162 b.
2. Torrance E.P. The nature of creativity as maintest in its testing. // In: R.J.Sternberg (Ed.) The nature of creativity. N.Y.: Cambridge University Press, 1988. P. 43-75.
3. Собчик Л.Н. Диагностика межличностных отношений. Модифицированный вариант интерперсональной диагностики Т.Лири: Методическое руководство. - М., 2006.
4. Winston B. et al. Patient defence/therapist interventions // Psychother. 1994. V.31 (3). – P. 478-491.
5. Woike B.A. Links between intrapsychic and interpersonal defences in dyadic interaction // J. of Research in Personality. 1994. V. 28. – P. 101.