

O'smirlarda stressli vaziyatlarda koping xulq-atvor strategiyalari namoyon bo'lishining ijtimoiy psixologik xususiyatlari

Zulfiya Mexmonovna Maxmudova
olimovlaziz82@gmail.com
Buxoro davlat universiteti

Annotatsiya: Ushbu maqolada ekstremal vaziyatlarda o'smirlarda himoya mexanizmlari, koping xulq-atvorning namoyon bo'lishi sohasida olib borilgan izlanishlar asosida to'plangan ma'lumotlarga tayangan holda ilmiy mushohada yuritilgan bo'lib, asosan xorij psixolog olimlarining bu boradagi psixologik qarashlari o'rtasidagi aloqadorlik tahlil qilinadi, muammoni o'rganishga oid tadqiqot metodi asosida olingan natijalar bo'yicha xulosa beriladi.

Kalit so'zlar: koping xulq-atvor, koping strategiya, yenga olish, himoya mexanizmi, "ikki omil" nazariyasi, "enga olish xulq-atvori

Psychological peculiarities in stressful situations and social psychological features of coping behavior manifestation

Zulfiya Mexmonovna Maxmudova
olimovlaziz82@gmail.com
Bukhara State University

Abstract: This article is based on scientific observations on the mechanisms of protection in adolescents in extreme situations, the manifestations of coping behavior, and mainly the psychological views of foreign psychologists in this regard. The relationship between the two is analyzed, the conclusion is made based on the results obtained through the research method of studying the problem.

Keywords: coping behavior, coping strategy, coping, defense mechanism, "two factor" theory, "conquest behavior", coping strategy, sensory psychological protection, perceptual psychological protection, psychological protection of the individual.

Koping xulq-atvor muammosi hamisha insoniyat oldida turgan eng dolzarb muammolardan biri bo'lib kelgan. Zero, insonning har jihatdan ijtimoiy taraqqiyoti, shaxs sifatidagi faolligi va o'zini o'zi rivojlantira borishi ko'p jihatdan ushbu jarayonga bog'liq.

Jamiyat a'zolari o'zlarining ma'lum doiradagi psixologik imkoniyatlari, yutuq va kamchiliklari haqida yetarli ma'lumotga ega bo'lsalar, bu ularning hayotda uchraydigan turli qiyinchilikliklarni osonlik bilan yenga olishga, o'z imkoniyatlaridan yanada unumli foydalana olishga, o'zlari haqida yanada chuqur, ijobiy va o'ziga xos tasavvurlarning shakllanishiga imkoniyat yaratadi.

Psixologiyada koping xulq-atvor XX asrning 2 yarmida vujudga kelgan. Koping xulq-atvor ingliz tilidan olingan bo'lib "cope, to cope" - yenga olish, bartaraf qilish degan ma'nolarni anglatadi. Ushbu termini birinchi bo'lib L.Merfi 1962 yil bolalarda inqiroz davrida muammoni qanday qilib yengishni o'rganish vaqtida foydalangan. A.Maslau esa bu termini fanga kiritgan. Umuman olganda koping xulq-atvor individning hayotiy muammolarni yechishga tayyorgarligi bilan xarakterlanadi.

U o'zida muammolarni yenga olish imkoniyatlaridan, vositalaridan foydalanishni namoyon etadi, bu esa stressli xulq-atvorni bartaraf etish bilan tavsiflanadi.

Ko'pchilik xorijlik mutaxassislarining fikriga tayanib shuni aytishimiz mumkinki, koping xulq-atvorning turli-tuman strategiya va uslublari mavjud bo'lib, insonlar ulardan hayotiy murakkab vaziyatlarga duch kelganlaridagina foydalanadilar. Koping xulq-atvorning rang-barang ko'plab klassifikatsiyalari mavjud bo'lib, uni bir necha tadqiqot yo'nalishlariga ko'ra taxlil qilinadi. Ulardan bir nechalarini ko'rib chiqamiz. Koping uslublarini tadqiq etgan yetakchi mutaxassislaridan biri R.S.Lazarusning fikricha, koping strategiyalarining ikkita global tipi mavjud: (stressni bartaraf etish usuli) - muammoga mo'ljal olmoq, sub'ektiv mo'ljal olmoq.

Muammoga mo'ljal oluvchi tip, qiyin vaziyatni rasional hal qilishga yo'nalgan bo'lib, ularning xulq-atvorida holatni mustaqil tahlil qilishga, boshqalardan yordam olishga, qo'shimcha manbalardan ma'lumot izlashga nisbatan moyillik kuzatiluvchi tipdir.

Sub'ektiv mo'ljal oluvchi tip esa, stressni yengishda vaziyatni emotsional hal qiladilar, ularda aniq ishni bajarishga, muammo haqida o'ylashga mutlaqo xohish istaklari yo'q, ular o'zlarining qayg'ularini salbiy emotsiya vositalari bilan kompensatsiya qilib alkogol, uyqu, ovqat vositasida chiqaradilar. Ular o'zlarining emotsional balanslarini tiklashda passiv strategiyalardan jadalroq foydalanadilar, agar insonda vaziyat haqida hech qanday bilimi bo'lmasa yoki real imkoniyatlaridan foydalana olmasa stressor bosimi pasayadi.

Ma'lumki, "hayotiy muammolarni yengish" tushunchasining o'zi ham turli ahamiyatlar kasb etadi. Avvalo bu doimiy o'zgaruvchi jarayondir. Uills T. va Shifman S. bu jarayonni uch bosqichga bo'lish mumkin deb hisoblaydilar.

Birinchi bosqich - ogohlantirish. Bu bosqichdagi faoliyatda inson hayotiy negativ holatni bartaraf etish orqali yana bir yaqinlashayotgan murakkablikni bartaraf etadi.

Ikkinchi bosqich - muammoni to'g'ridan to'g'ri xal qilish. Bunda aniq muammoni hal qilishda kognitiv va xulq-atvor kuchidan foydalaniladi.

Uchinchi bosqich - inson hodisa natijalariga tanqidiy yondashadi. Ushbu bosqichning maqsadi - o'ziga oladigan zarblarni kamaytirib, oldingi normal holatiga tezroq qaytish. Bu tiklanish bosqichi hisoblanadi.

Izohlarga qo'shilgan holda, koping xulq-atvor o'zida individning stressga nisbatan o'ziga hos javob reaksiyasini namoyon etadi. Bu shuni anglatadiki, qachon inson stressni his qilsa, muammoli vaziyatda kognitiv va xulq-atvor jihatidan bartaraf etishga urinadi. Bunday yondashuv sub'ekt xulq-atvorining kundalik va avval erishgan jihatlarini inobatga olib, odatdagi negativ qirralarini yengishdagi jihatlarini inobatga olmaydi. Masalan, mazkur yondashuv individning stressdan qochish imkoniyatlaridan mustasno hisoblanadi. Shuningdek, bu talabga ko'ra, inson stress bilan reaksiyaga kirishmaguniga qadar hayotiy muammoni yengish sifatida qarab bo'lmaydi.

"Koping strategiyasi" tushunchasi jarayon resurslarini boshqarish sifatida ham keng tahlil qilinadi. Taxminlarga ko'ra hayotiy murakkabliklarni bartaraf etish mohiyatan shaxs resurslarini safarbar etish orqali amalga oshiriladi.

Koping strategiya va uning usullari himoya mehanizmlaridan farqlanganda konstruktiv faol zarurat nazarda tutiladi va vaziyat orqali yoqimsizliklardan chetlashishga harakatdir. Psixologiyada kopingning predmeti mavjud bo'lib, u maxsus tadqiqot hududida insondagi emotsional mexanizm va rasional regulyatsiyani o'rganishda o'zining maqsadli optimal xulq-atvoriga ko'ra hayotiy holatlarni o'zining maqsadlariga muvofiq qayta qurishni amalga oshiradi.

Shaxsning stressli vaziyatlardagi koping xulq-atvori ma'lum darajada stressli vaziyatlarda javob reaksiyasi uchun muhim ahamiyat kasb etadi. Ayniqsa o'smirlik davrida bu jarayonga jiddiy qarash kerak bo'ladi. Shuni hisobga olib o'smirlarda koping xulq-atvor va stressli vaziyatlarda javob reaksiyasi o'rtasidagi mutanosiblik bilan bog'liq ijtimoiy psixologik omillarni empirik jihatdan o'rganish va shartli ravishda qabul qilingan mezonlar asosida uning natijalarini tahlil qilish ko'zda tutilgan edi. Ushbu vazifani amalga oshirish uchun tadqiqot metodikalari tanlandi.

Yana shuni ta'kidlash joizki, ba'zan har bir o'smir stressli vaziyatlarda o'z imkoniyatlariga adekvat baho bera olishga ma'lum ma'noda qiyinchilikka uchrashi mumkin. Bizningcha, bunday qiyinchilik zamirida stressli vaziyatlar haqida yetarli tasavvurga ega emasligi bilan izohlash mumkin.

Endi bevosita mazkur metodikalar yordamida olingan empirik ma'lumotlar tahliliga o'tamiz.

Dastavval shuni ta'kidlash joizki, natijalar taniqli psixologlar S.Norman, D.F.Endler, D.A.Djeyms, M.I.Parkerlar tomonidan ishlab chiqilgan maxsus uch shkalali (topshiriqni hal qilishga, emotsiyaga va qochishga yo'nalgan koping (a) qochish shkalasi ichidan bosh tortish, chalg'ish subshkalasi, b) qochish shkalasi ichidan ijtimoiy chalg'ish subshkalasi)) usullar majmuasini qo'llash asosida va barcha empirik dalillarning haqqoniyligini tasdiqlovchi qo'shimcha statistik mezonlar

yordamida aniqlandi. Buning uchun ma'lum ilmiy adabiyotlardagi nazariy va amaliy fikrlar asos qilib olindi.

1-jadval

O'smirlarda stressli vaziyatlarda javob reaksiyasi namoyon etilishining o'rtacha umumiy ko'rsatkichlari (S.Norman, D.F.Endler, D.A.Djeys, M.I.Parker; T.A.Kryukovanning moslashtirilgan varianti) (eksperimentdan oldin)

Shkalalar Ishtirokchilar	5-sinf n=340				9-sinf n=340			
	Yigitlar		Qizlar		Yigitlar		Qizlar	
	n ₁ =173	%	n ₂ =137	%	n ₁ =183	%	n ₂ =157	%
Topshiriqni hal qilishga yo'nalgan koping	37	21	23	17	76	41	43	37
Emotsiyaga yo'nalgan koping	59	34	54	40	45	25	53	34
Qochishga yo'nalgan koping	77	45	59	43	62	34	61	39
A) Qochish shkalasi ichidan bosh tortish, chalg'ish subshkalasi	31	60	36	39	29	47	37	61
B) Qochish shkalasi ichidan ijtimoiy chalg'ish subshkalasi	46	40	23	61	33	53	24	39

2.-jadval

O'smirlarda stressli vaziyatlarda javob reaksiyasi namoyon etilishining o'rtacha umumiy ko'rsatkichlari (S.Norman, D.F.Endler, D.A.Djeys, M.I.Parker; T.A.Kryukovanning moslashtirilgan varianti) (eksperimentdan keyin)

Shkalalar Ishtirokchilar	5-sinf n=310				9-sinf n=340			
	Yigitlar		Qizlar		Yigitlar		Qizlar	
	n ₁ =173	%	n ₂ =137	%	n ₁ =183	%	n ₂ =157	%
Topshiriqni hal qilishga yo'nalgan koping	77	44	57	42	76	41	68	43
Emotsiyaga yo'nalgan koping	62	36	51	37	45	25	48	31
Qochishga yo'nalgan koping	34	20	29	21	62	34	41	26
A) Qochish shkalasi ichidan bosh tortish, chalg'ish subshkalasi	19	43	36	61	41	66	17	41
B) Qochish shkalasi ichidan ijtimoiy chalg'ish subshkalasi	25	57	23	39	21	34	24	59

O'smirlarda stressli vaziyatlarda stressni yenga olish xulq-atvor ko'rsatkichlarini tahlil qilish o'smir shaxsi ijtimoiy psixologik taraqqiyotini ta'minlashda muhim ahamiyat kasb etadi. Shuningdek, bu jarayonning kechishida jins va yoshga oid omillarning ham o'ziga xos o'rni bo'lishi tabiiy. Shu nuqtai nazardan o'smirlarga xos bo'lgan stressni yenga olish xulq-atvori va uning imkoniyatlari haqida batafsil ma'lumotga ega bo'lish uchun o'smirlarda alohida tadqiqotlar olib borildi.

Har bir olingan natija maxsus tartibda qabul qilingan mezonlar va ballar tizimiga kiritilib, quyidagi ma'lumotlarga ega bo'lish imkonini berdi: muammoni hal qilish, ijtimoiy qo'llab-quvvatlashni kutish, muammodan qochish kabi tayanch koping strategiyalari.

Mazkur yo'nalishlar bo'yicha har bir olingan natija tadqiqotning maqsadi asosida birlashtirilib umumiy tartibda tadqiq qilindi.

3- jadval

O'smirlarda stressli vaziyatlarda yenga olish strategiyalari namoyon etilishining o'rtta umumiy ko'rsatkichlari (D.Amirxan metodikasi bo'yicha) (eksperimentdan oldin)

Punktlar Ishtirokchilar	5-sinf n=310				9-sinf n=340			
	Yigitlar		Qizlar		Yigitlar		Qizlar	
	n ₁ =173	%	n ₂ =137	%	n ₁ =183	%	N ₂ =157	%
Muammoni hal qilish	39	22	21	15	92	50	59	37
Ijtimoiy qo'llab-quvvatlashni qidirish	81	47	72	53	49	27	72	46

Demak, D.Amirxanning "Stressli vaziyatlarda yenga olish strategiyalari" nomli modifikatsiya qilingan holda qo'llanilgan metodika natijalari yuqorida ta'kidlaganimizdek, o'smirlarning stressli vaziyatda yenga olish strategiyalari yuzasidan juda muhim empirik ma'lumotlarga ega bo'lish imkonini berdi. Bu ma'lumotlar o'smirlarning stressli vaziyatlarda stressni yenga olish strategiyalari bilan bog'liq tasavvurlarini bilishga va shu tasavvurlar orqali o'smirlarga to'g'ri psixologik yondashuv yo'llarini belgilab olishga imkon yaratadi. Keltirilgan jadvaldagi raqamlardan shu narsa ma'lum bo'ladiki, 5 va 9-sinf o'quvchilari orasida, ya'ni o'smirlarning boshlanishi va oxirida stressni yenga olish strategiyalari turlicha darajada namoyon bo'lishini ko'rishimiz mumkin. Xususan, umumiy o'rtta ta'lim maktablarining 5-sinf o'quvchilari uchun (n=310, yigitlar - n₁=173, qizlar - n₂=137) yigitlarda stressli vaziyatlarda muammoni hal qilish strategiyasi 22% ni tashkil qilsa, qizlarda bu ko'rsatkich 15% ni ko'rsatgan bo'lsa, bu holat 9- sinfga (n=340, yigitlar - n₁=183, qizlar - n₂=157) kelib ya'ni o'smirlarning oxirida muammoni hal qilish strategiyasi yigitlarda 50% ni tashkil qilsa, qizlarda bu ko'rsatkich 37% dagi ko'lamini ko'ramiz. Stressli vaziyatlarda ijtimoiy qo'llab-quvvatlash strategiyasi bo'yicha 5 sinf yigitlarida 47 %ni, qizlarda 53 %, 9-sinf yigitlarda 27%ni, qizlarda esa bu ko'rsatkich 46 %ni ko'rsatdi. Chunonchi, yigitlarda ham, qizlarda ham bu ko'rsatkich 5-sinfga nisbatan 9-sinfda pastligini ko'rishimiz mumkin.

4-jadval

O'smirlarda stressli vaziyatlarda yenga olish strategiyalari namoyon etilishining o'rtta umumiy ko'rsatkichlari (D.Amirxan metodikasi bo'yicha) (eksperimentdan keyin)

Shkalalar Ishtirokchilar	5-sinf n=310				9-sinf n=340			
	Yigitlar		Qizlar		Yigitlar		Qizlar	
	n ₁ =173	%	n ₂ =137	%	n ₁ =183	%	n ₂ =157	%
Topshiriqni hal qilishga yo'nalgan koping	77	44	57	42	76	41	68	43
Emotsiyaga yo'nalgan koping	62	36	51	37	45	25	48	31
Qochishga yo'nalgan koping	34	20	29	21	62	34	41	26
A) Qochish shkalasi ichidan bosh tortish, chalg'ish subshkalasi	19	43	36	61	41	66	17	41
B) Qochish shkalasi ichidan ijtimoiy chalg'ish subshkalasi	25	57	23	39	21	34	24	59

Umuman, shaxsdagi xavotirlanish xususiyatlari va psixologik himoya imkoniyatlari mutanosibligining o'rtacha umumiy va qiyosiy tipik ko'rsatkichlari tahlil qilinganda 9-sinf o'quvchilariga nisbatan 5-sinf o'quvchilarida ham shaxsiy, ham reaktiv xavotirlik darajasi ham yuqori ekanligini ko'rsatadi.

1. O'smirlarda stressli vaziyatlarda javob reaksiyasi namoyon etilishi (S.Norman, D.F.Endler, D.A.Djeyms, M.I.Parker; T.A.Kryukovanning moslashtirilgan varianti) bo'yicha qo'lga kiritilgan ma'lumotlarda stressni yenga olish ko'rsatkichlarining namoyon etilishi, aksariyat hollarda topshiriqni hal qilishga, emotsiyaga va qochishga yo'nalgan koping (a) qochish shkalasi ichidan bosh tortish, chalg'ish subshkalasi, b) qochish shkalasi ichidan ijtimoiy chalg'ish subshkalasi sifatlarining o'smir shaxsida qay tariqa tarkib topganligining belgilanish va baxolanishiga bog'liq ekanligini ko'rsatdi. Ayni paytda bu "bog'liqlik" stressli vaziyatlarda yenga olish strategiyalari va shaxsning o'zini o'zi adekvat individual hissiy baholash asosida kechishi mumkinligini tasdiqladi.

2. D.Amirxan metodikasi asosida o'rganilgan o'smirlarda stressli vaziyatlarda yenga olish strategiyalari namoyon etilishi oid ko'rsatkichlar ko'lamining tadqiq qilinishi o'smirlik davrining boshlanishi (5-sinf) hamda o'smirlik davrining oxirgi bosqichi (9- sinf o'quvchilari misolida) uchun yangi empirik ma'lumotlarni tadqiq qilish imkoniyatini yaratdi.

Demak, ta'lim muassasalarining rahbarlari, maktab o'qituvchilari, psixologlari, sinf rahbarlari va ota-onalar bu holatni inobatga olgan holda ta'lim-tarbiya ishlarini to'g'ri yo'lga qo'yishlari talab qilinadi. Aks holda ekstremal vaziyatlarda shaxsning psixologik himoya imkoniyatlari pasayib ketishi mumkinligini qayd qilish lozim.

Foydalanilgan adabiyotlar

1. Maxmudova Z.M., Olimov L.Ya. Social Psychological Characteristics Of Psychological Defenses Manifested In Adolescents In Extreme Situations. Вестник интегративной психологии журнал для психологов. Выпуск № 22, 2021 г. С 233-237.

2. Elov Z.S. Causes and analysis of suicidal thoughts among adolescents. EPRA International Journal of Research and Development (IJRD). Volume: 6 | Issue: 11 | November 2021 75-76

3. Elov Z.S. Conditions and the reasons of cases of the suicide among the staff of law-enforcement bodies. European Journal of Research and Reflection in Educational Sciences Vol 5 2017

4. Elov Z.S. Psychological influence of speech disorders and the causes that cause them on the child's psyche. Academia globe: inderscience research volume: 3, issue 1, january-2022 39-42

5. Elov Z.S. Researches of the Reasons Conditions, Factors of Suicide Risk Intellectual Archive Volume 5 Number 1. 2016. 49-53
6. Elov.Z.S. Қадимги халқлар урф-одатлари ва ривожланган жамиятда ўз жонига қасд қилишнинг ижтимоий психологик сабаблари. Тарих ва бугун (қадимги халқлар урф-одатлари ва бугунги замон) Jamiyat va innovasiyalar. 10.2021 169-173.
7. F.F.Usmonov, Z.S.Elov. Suicide – as a global problem facing humanity. Web of scientist: international scientific research journal. Volume 3, Issue 2, Feb.,2022. 349-354
8. Maxmudova Z.M., Olimov L.Ya. O`smirlarda ekstremal vaziyatlarda psixologik himoya mexanizmlarini shakllantirish. Monografiya. “Buxoro viloyat bosmaxonasi MChJ” nashriyoti. Buxoro. 2021. -B. 160.
9. Maxmudova Z.M., Olimov L.Ya.. Psixodiagnostika va eksperimental psixologiya. “Durdona” nashriyoti. Buxoro. 2021. -B. 600.
10. Olimov L, Avezov O. Social Psychological Characteristics Of Psychological Defenses Manifested In Adolescents In Extreme Situations. International Journal of Scientific & Technology Research. volume 9, issue 02, february 2020. P 2784-2786.
11. Olimov L.Ya, Maxmudova Z.M. Psychological peculiarities in stressful situations and social psychological features of coping behavior manifestation. "Science and Education" Scientific Journal. February 2022/ Volume 3 Issue 2. www.openscience.uz 1324-1333.
12. Olimov L.Ya. Psixodiagnostika va psixometrika asoslari. Darslik. “Durdona” nashriyoti. Buxoro. 2021. -B. 747.
13. Olimov L.Ya. Umumiy psixodiagnostika. “Durdona” nashriyoti. Buxoro. 2020. -B. 1103.
14. Z.Elov. Qobiliyatning shaxs psixologiyasidagi o'rni va Danning-Kryuger effektipedagogik mahorat 2021/10/30 Номер 5 Страницы 143-144
15. Олимов Л.Я, Махмудова З.М. Психодиагностикани автоматлаштириш ва фанни ўқитишда инновацион педагогик ва ахборот-коммуникацион технологиялардан фойдаланишнинг ўзига хослиги. Масофавий таълимни ташкил этишнинг педагогик-психологик жиҳатлари мавзусидаги Республика илмий-амалий анжуман материали. Тошкент., 2021. –Б. 489-493.
16. Олимов Л.Я. Бахрамова М.Р. Формирование личности преподавателя в процессе самовоспитания. Вестник интегративной психологии.(журнал для психологов). 2018 год, Выпуск 17. 131-133 ст.
17. Олимов Л.Я. Социально-психологический подход к исследованию конфликтов. Вестник интегративной психологии.(журнал для психологов). 2019 год, Выпуск 19. 379-381 ст.

18. Олимов Л.Я. Теоретические основы педагогической технологии. Вестник интегративной психологии.(журнал для психологов). 2018 год, Выпуск 18. 163-165 ст.
19. Олимов Л.Я. Теоретический анализ проблемы креативности в психологии. Вестник интегративной психологии журнал для психологов. Выпуск № 23, 2021 г. С 237-241.
20. Олимов Л.Я., Жумаев Н.З. Педагогическое общение педагога со студентами. Вестник интегративной психологии.(журнал для психологов). 2017 год, Выпуск 15. 198-203 ст.
21. Олимов Л.Я., Махмудова З.М. Диагностика Управленческих Способностей. Вестник интегративной психологии журнал для психологов. Выпуск № 2, 2020 г. С 204-209.
22. Олимов Л.Я., Махмудова З.М. Психологические механизмы девиантного поведения. Психология XXI века. Ярославль., 2020. –С. 125-127.
23. Олимов Л.Я., Махмудова З.М. Стрессли вазиятларда психологик ҳимоя механизмлари ва копинг хулқ-атвор намоён бўлишининг ижтимоий психологик хусусиятлари: стрессли вазиятларда психологик ҳимоя механизмлари. Psixologiya ilmiy jurnali. 2020 yil, 4 son 109-115 b.
24. Элов З.С. Замонавий жамиятда суицид (ўз жонига қасд қилиш) муаммолари. Eurasian journal of Law, Finance and Applied Sciences. 2(2021): EJLFAS 26-28
25. Элов З.С. Исследования причин условий, факторов суицидального риска. Евразийский юридический журнал. 7 (86) 2015. 310-312
26. Элов З.С. Психологические особенности самоубийств среди сотрудников ОВД. Психология XXI столетия. 2020 401-403
27. Элов З.С. Суицид - ўз жонига қасд қилиш ижтимоий психологик муаммо сифатида. Conference on social and humanitarian research. International Conference on Social Humanitarian Research 17-18 th September, 2021 Poland 188-189.
28. Элов З.С. Суицидал уринишларни содир этишга сабаб бўлувчи асосий омиллар (Ички ишлар органлари ходимлари мисолида). Psixologiya. 2(18) 2015. 82-87
29. Элов З.С. Суицидал хулқ шаклланиши ижтимоий-психологик муаммо сифатида (ички ишлар идоралари ходимлари мисолида). Psixologiya. 3(23) 2016. 62-72
30. Элов З.С. Теоретические основы суицидального поведения. Psixologiya. 4(16) 2014. 20-24.