

**NIZOMIY NOMIDAGI O‘ZBEKISTON MILLIY PEDAGOGIKA
UNIVERSITETI HUZURIDAGI ILMIY DARAJALAR BERUVCHI
PhD.03/30.12.2021.P.26.02 RAQAMLI ILMIY KENGASH**

BUXORO DAVLAT UNIVERSITETI

RUZMETOVA ZILOLAXON DILMURADOVNA

**TALABALARDA XORIJIY TILLARNI O‘RGANISH JARAYONIDA
NAMOYON BO‘LADIGAN EMOTSIONAL HOLATLARNING
PSIXOLOGIK XUSUSIYATLARI**

19.00.06 – Yosh va pedagogik psixologiya. Rivojlanish psixologiyasi

**PSIXOLOGIYA FANLARI BO‘YICHA FALSAFA DOKTORI (PhD)
DISSERTASIYASI AVTOREFERATI**

Toshkent – 2025

**Psixologiya fanlari bo'yicha falsafa doktori (PhD) dissertasiyasi
avtoreferati mundarijasi**

**Оглавление автореферата диссертации доктора философии (PhD) по
психологическим наукам**

**Contentsf dissertation abstract of the doctor of philosophy (PhD) on
psychological sciences**

Ruzmetova Zilolaxon Dilmuradovna

Talabalarda xorijiy tillarni o'rganish jarayonida namoyon bo'ladigan
emotsional holatlarning psixologik xususiyatlari.....3

Рузметова Зилолахон Дилмурадovна

Психологические особенности эмоциональных состояний студентов в
процессе изучения иностранных языков.....25

Ruzmetova Zilolakhon Dilmuradovna

Psychological characteristics of students' emotional states in the process of
learning foreign languages48

E'lon qilingan ishlar ro'yxati

Список опубликованных работ
List of published works.....52

**UNIVERSITETI HUZURIDAGI ILMIY DARAJALAR BERUVCHI
PhD.03/30.12.2021.P.26.02 RAQAMLI ILMIY KENGASH**

BUXORO DAVLAT UNIVERSITETI

RUZMETOVA ZILOLAXON DILMURADOVNA

**TALABALARDA XORIJIY TILLARNI O'RGANISH JARAYONIDA
NAMOYON BO'LADIGAN EMOTSIONAL HOLATLARNING
PSIXOLOGIK XUSUSIYATLARI**

19.00.06 – Yosh va pedagogik psixologiya. Rivojlanish psixologiyasi

**PSIXOLOGIYA FANLARI BO'YICHA FALSAFA DOKTORI (PhD)
DISSERTASIYASI AVTOREFERATI**

Toshkent – 2025

Psixologiya fanlari bo'yicha falsafa doktori (PhD) dissertatsiyasi mavzusi O'zbekiston Respublikasi Oliy attestatsiya komissiyasida B2024.4.PhD/P1112 raqami bilan ro'yxatga olingan.

Dissertasiya Buxoro davlat universitetida bajarilgan

Dissertatsiya avtoreferati uch tilda (o'zbek, rus, ingliz (rezyume)) Ilmiy kengash veb-sahifasida (www.tdpu.uz) va «Ziyonet» Axborot ta'lim portalida (www.ziyonet.uz) joylashtirilgan

Ilmiy rahbar:

Urazbayeva Dilbar Abdullayevna
psixologiya fanlari doktori (DSc), professor

Rasmiy opponentlar:

Kamilova Nodira Gayratovna
psixologiya fanlari doktori, professor

Salomova Guli Shodimurodovna
psixologiya fanlari doktori, dotsent

Yetakchi tashkilot:

Samarqand davlat universiteti

Dissertasiya himoyasi Nizomiy nomidagi O'zbekiston milliy pedagogika universiteti huzuridagi _____ raqamli Ilmiy kengashning 2025-yil «_____» _____ kuni soat _____ dagi majlisida bo'lib o'tadi. (Manzil: 100185, Toshkent shahri, Chilonzor tumani, Bunyodkor ko'chasi, 27-uy. Tel.: (+99871) 276-82-32; faks: (+99871) 276-76-51; e-mail: tdpu_kengash@edu.uz).

Dissertasiya bilan Nizomiy nomidagi O'zbekiston milliy pedagogika universitetining Axborot-resurs markazida tanishish mumkin (_____ raqami bilan ro'yxatga olingan). (Manzil: 100185, Toshkent shahri, Chilonzor tumani, Bunyodkor ko'chasi, 27-uy. Tel.: (+99871) 276-82-32).

Dissertasiya avtoreferati 2025-yil «_____» _____ kuni tarqatildi.

(2025-yil «_____» _____ dagi _____ raqamli reyestr bayonnomasi).

F.A.Akramova

Ilmiy darajalar beruvchi Ilmiy
kengash raisi, psixologiya fanlari
doktori, professor

N.B.Atabayeva

Ilmiy darajalar beruvchi Ilmiy kengash
ilmiy kotibi, psixologiya fanlari
doktori, professor

Z.T.Nishanova

Ilmiy darajalar beruvchi Ilmiy kengash
qoshidagi ilmiy seminar raisi, psixologiya fanlari
doktori, professor

KIRISH (falsafa doktori (PhD) dissertatsiyasi annotatsiyasi)

Dissertatsiya mavzusining dolzarbligi va zarurati. Jahonda so‘nggi yillarda mehnat muhojirlari soni va yo‘nalishi o‘shish tendensiyasiga ega. Xalqaro migratsiya tashkiloti statistik ma‘lumotiga ko‘ra, 2023-yilda dunyo bo‘ylab 281 million xalqaro mehnat migrantlari bo‘lgan va ular jahon ishchi kuchining 4,9 foizini, mehnatga layoqatli yoshdagi (15 yosh va undan katta) xalqaro mehnat migrantlarning taxminan 60 foizini tashkil etgan.¹ Bu borada Xalqaro mehnat migratsiyasi turli darajadagi iqtisodiy, demografik, texnologik, siyosiy hamda ekologik omillar ta‘sirida kuchayishi, oqibatda rivojlangan davlatlardagi demografik inqirozning vujudga kelishi, ishchi kuchi taqchilligi muammosi keltirib chiqishi tendentsiyasi kuzatilmoqda. Lekin aksariyat mehnat muhojirlarining turli noxush holatlarga duch kelishi - krimogen, odam savdosi va boshqa vaziyat qurboni bo‘lishi ularning ishlab turgan davlatining tilini bilmasligi sabab bo‘lmoqda. Mazkur vaziyat mehnat migratsiyasi jarayonida chet tillarini o‘rganish nafaqat individual darajadagi manfaatlarni oshirishi, balki migrantlarni qabul qiluvchi davlatning iqtisodiy, ijtimoiy rivojlanishiga ijobiy ta‘sir ko‘rsatadi. Shunga ko‘ra, til o‘rganish dolzarb ahamiyatli sifatida ilmiy tadqiq etish zaruratini yuzaga keltiradi.

Jahon oliy ta‘lim muassasalari va ilmiy-amaliy markazlarida amalga oshirilayotgan ilmiy izlanishlar va yangi islohotlar xorijiy tillarini o‘qitishda til o‘rganish jarayonining muvaffaqiyatini ta‘minlaydigan pedagogik-psixologik omillarni tadqiq qilishga qaratilgan ilmiy va amaliy izlanishlar olib borilmoqda. Bunday omillar qatorida til o‘rganuvchilarning lingvistik qobiliyati, xorijiy tillarni o‘rganishga layoqati, moyilligi, qiziqishi, ehtiyoji va maqsadlari, kognitiv sohasining o‘ziga xosligi, asab tizimining egiluvchanligi va shu kabi individual psixologik xususiyatlarini hisobga olish zarurligi ta‘kidlanadi. Bu borada, chet tillarni o‘zlashtirish jarayonida til o‘rganuvchilarda vujudga keladigan emotsional holatlarning ulardagi motivatsion, kognitiv va konativ (xulq-atvorga oid) sohasiga ta‘sirini inobatga olib, mazkur muammoni alohida tadqiqot predmeti sifatida o‘rganish zarurati yuzaga keladi.

Yangi O‘zbekistonda so‘nggi yillarda oliy ta‘lim tizimining barcha turlari, jumladan, oliy malakali ilmiy va ilmiy-pedagog kadrlar tayyorlash tizimini tubdan isloh qilish bo‘yicha aniq va maqsadli ishlar amalga oshirilib, zarur zarur huquqiy-me‘yoriy asoslari yaratildi: «Xorijiy tillarni o‘qitish sifatini yaxshilash, ilmiy tadqiqotlar ko‘lamini kengaytirish, aholining xorijiy tillarni o‘rganishga bo‘lgan qiziqishini oshirish bo‘yicha kompleks chora-tadbirlar dasturi»² ning ishlab chiqilganligi mamlakatimizda chet tillarni o‘qitishda zamonaviy ta‘lim texnologiyalaridan foydalanish, bu borada ilmiy tadqiqot ishlarini olib borishni takomillashtirish uchun zarur asos bo‘la oladi.

¹ Доклад о мировой миграции за 2024 год – Глобальные тенденции и проблемы в области мобильности людей - News Central Asia (nCa)

² 312-сон 19.05.2021. Хорижий тилларни ўрганишни оммалаштиришни самарали ташкил этиш чора-тадбирлари тўғрисида

O‘zbekiston Respublikasining 2023-yil 1-mayda O‘RQ-837-son «O‘zbekiston Respublikasi Konstitutsiyasi to‘g‘risida»gi Qonuni, O‘zbekiston Respublikasi Prezidentining 2023-yil 11-sentabrdagi PF-158-son «O‘zbekiston – 2030» Strategiyasi to‘g‘risida», 2022-yil 28-yanvardagi PF-60-son «2022-2026-yillarga mo‘ljallangan Yangi O‘zbekistonning taraqqiyot strategiyasi to‘g‘risida», 2019 yil 8 oktyabrdagi PF-5847-son «O‘zbekiston Respublikasi oliy ta‘lim tizimini 2030 yilgacha rivojlantirish kontsepsiyasi», 2020-yil 6-noyabrdagi PF-6108-son «O‘zbekistonning yangi taraqqiyot davrida ta‘lim-tarbiya va ilm-fan sohalarini rivojlantirish chora-tadbirlari to‘g‘risida» Farmonlari, 2021-yil 19-maydagi PQ-5117-son «O‘zbekiston respublikasida xorijiy tillarni o‘rganishni ommalashtirish faoliyatini sifat jihatidan yangi bosqichga olib chiqish chora-tadbirlari to‘g‘risida», O‘zbekiston Respublikasi Vazirlar Mahkamasining 2017-yil 11-avgustdagi 610-son «Ta‘lim muassasalarida chet tillarini o‘qitishning sifatini yanada takomillashtirish chora-tadbirlari to‘g‘risida»gi Qarorlari hamda sohaga oid boshqa me‘yoriy-huquqiy hujjatlarda belgilangan keng ko‘lamli strategik chora-tadbirlarni amalga oshirishda ushbu dissertatsiya ishi muayyan darajada xizmat qiladi.

Tadqiqotning respublika fan va texnologiyalari rivojlanishining asosiy ustuvor yo‘nalishlariga mosligi. Tadqiqot respublika fan va texnologiyalar rivojlanishining «Axborotlashgan jamiyat va demokratik davlatni ijtimoiy, huquqiy, iqtisodiy, madaniy, ma‘naviy-ma‘rifiy rivojlantirishda, innovatsion g‘oyalar tizimini shakllantirish va ularni amalga oshirish yo‘llari» ustuvor yo‘nalishi doirasida bajarilgan.

Muammoning o‘rganilganlik darajasi. O‘zbekiston psixolog olimlaridan M.G.Davletshin, E.G‘.G‘oziyev, M.T.Isakova, S.Isroiljonov, V.M.Karimova, M.G.Miliyeva, Z.T.Nishonova, B.R.Qodirov, K.B.Qodirov, G.Sh.Salomova, M.Ahmedova, J.Jalolov, L.Iliyeva, M.Abdullayeva, S.N.Jo‘rayeva, O.Hoshimov, G.Sobirova, G.Tajibayev, M.Yusupova va boshqalar tomonidan talabalik davrida o‘qish faoliyatiga ta‘sir ko‘rsatuvchi turli psixologik, ijtimoiy omillar xususan, xorijiy tillarni muvaffaqiyatli o‘qitish sohasidagi motivatsiya, xotira, tafakkur, qobiliyat masalalari o‘rganilgan.

Mustaqil Davlatlar Hamdo‘stligi mamlakatlari olimlaridan D.B. Elkonin, V.G.Aseev, L.I.Bojovich, E.P.Ilyin, I.P.Imenitova, A.N.Leontev, A.K. Markova, L.S.Vigotskiy, E.V.Shoroxova, N.M.Simonova va boshqalar tomonidan xorijiy tilni muvaffaqiyatli o‘zlashtirishdagi psixoemotsional omillardan motivatsiya va chet tili bilish qobiliyati muammosini o‘rganishda eng samarali bo‘lgan tizimli yondashuvlarni o‘rgangan holda ilmiy izlanishlarni amalga oshirishgan.

Xorijlik psixolog olimlardan V.Atkinson, R.Gardner, U.Lambert, K.Rodgers, V.Frankl, Yu.L.Xanin va boshqalarning ilmiy izlanishlarida pedagogik muloqotni dialoglashtirish muammolari, ma‘naviy-axloqiy ustunlik va shaxsning qadr-qimmatini, uning faoliyat, muloqat va kasb-hunarga tayyorgarlikdagi yutuqlari masalalarini ilmiy tadqiq qilingan.

Dissertatsiya mavzusining dissertatsiya bajarilgan oliy ta‘lim muassasasining ilmiy-tadqiqot ishlari rejasi bilan bog‘liqligi. Dissertatsiya

tadqiqoti Buxoro davlat universiteti ilmiy-tadqiqot ishlari rejasining PZ-202005236 «Oila psixologiyasi fanidan multimedia mahsulotini yaratish» nomli innovatsion loyiha doirasida bajarilgan (2021-2022-y.y.).

Tadqiqotning maqsadi talabalarda xorijiy tillarni o'rganish jarayonida namoyon bo'ladigan emotsional holatlarining psixologik xususiyatlarini o'rganish va ularga zaruriy tavsiyalar ishlab chiqishdan iborat.

Tadqiqotning vazifalari:

xorijiy tillarni o'rganishda talabalarda namoyon bo'ladigan emotsional holatlarning yosh va jinsiy farqlarini aniqlash;

xorijiy tillarni o'rganayotgan talabalarda emotsional sohaga ta'sir qiluvchi motivatsiya, ijtimoiy obro'ga intilish kabi psixologik ko'rsatkichlarning yosh va individual tafovutlarini tahlil qilish;

xorijiy tillarni o'rganish jarayonida talabalaridagi emotsional holat, muvaffaqiyatga erishish motivlari, iroda kuchi va emotsional intellekt darajalarining o'zaro korrelyatsion aloqadorligini aniqlash;

xorijiy tillarni o'rganayotgan talabalarda ijobiy emotsional holatlarni barqarorlashtirishga qaratilgan maxsus psixokorreksion dastur ishlab chiqish va unig samaradorligini tekshirish.

Tadqiqot obyekti sifatida talabalarda xorijiy tillarni o'rganish jarayonida namoyon bo'ladigan emotsional holatlarining psixologik xususiyatlari tanlangan bo'lib, Buxoro pedagogika universiteti Filologiya va tillarni o'qitish, Pedagogika, Boshlang'ich ta'lim fakultetlaridan 78 nafar, Ma'mun universiteti Filologiya, Iqtisod, Psixologiya va tibbiyot fakultetlaridan 160 nafar va Qoraqalpoq davlat universitetidan 65 nafar talabalar, jami 303 nafar respondentlar tadqiqotga jalb etilgan.

Tadqiqot predmetini talabalarda xorijiy tillarni o'rganish jarayonida namoyon bo'ladigan emotsional holatlarning psixologik xususiyatlari tashkil etadi.

Tadqiqotning usullari. Tadqiqotda Ch.D.Spilberger va Yu.L.Xaninning «Reaktiv va shaxsiy havotirlik darajasini aniqlash» metodikasi, T.Elersning «Muvaffaqiyatga erishish va mag'lubiyatdan qochish motivatsiyasini aniqlash» metodikasi, N.Xollning «Emotsional intellekt koeffitsiyentini aniqlash» metodikasi, N.N.Obozovning «Iroda kuchini baholash» testi, M.Kubyshkinaning «MAC» metodikalaridan foydalanildi. Olingan natijalarning ishonchlilik darajasi matematik-statistika metodlaridan Mann-Uitnining U-mezoni, Kruskal-Uollisning-H-mezoni, Spirmanning r-korrelyatsiya koeffitsiyentini qo'llash orqali tasdiqlandi.

Tadqiqotning ilmiy yangiligi quyidagilardan iborat:

talabalarda xorijiy tillarni o'rganish jarayonida namoyon bo'ladigan emotsional holatlarning darajaviy rivojlanishiga ko'ra ularda til o'rganish bilan bog'liq «emotsional bilimdonlik», «o'z emotsiyalarini boshqarish», «empatiya», «o'zgalarning emotsional holatlarini bilish» hamda shaxsiy xavotirlik holatlarining yosh va jinsiy tafovutlanishi dalillangan;

talabalarining xorijiy tillarni o'rganish jarayonida «muvaffaqiyatga erishish motivatsiyasi», «raqobat istagi», «maqsadga erishishga intilish» kabi psixologik ko'rsatkichlarning yoshga bog'liq differensial identiv ekanligi isbotlangan;

xorijiy tillarni o'rganish jarayonida talabalardagi emotsional holatlarning ifodalanishiga ko'ra ulardagi empatiya shkalasi «muvaqqiyatga erishish» istagining ijobiy, «vaziyatli va shaxsiy xavotirlanuvchanlik» holati bilan salbiy aloqadorlikda, o'zgalarning emotsiyalarini bilish qobiliyati esa «muvaqqiyatga erishish», «iroda kuchi» bilan ijobiy bog'liqlikda ekanligi dalillangan;

talabalarining xorijiy tillarni o'rganish jarayonida namoyon bo'ladigan salbiy emotsional holatlarni maxsus tashkil qilingan dastur asosida «kognitiv», «emotsional», «konativ» sohalariga maqsadli ta'sir tufayli, «reaktiv xavotirlanuvchanlik», «mag'lubiyatdan qochish», «muvaqqiyatga erishish» kabi psixologik ko'rsatkichlarning ijobiy barqarorlashishiga erishish dalillangan.

Tadqiqotning amaliy natijalari quyidagilardan iborat:

talabalarda xorijiy tillarni o'rganish jarayonida namoyon bo'ladigan emotsional holatlarining psixologik xususiyatlarini aniqlashga doir Ijtimoiy psixologik so'rovnomani ishlab chiqilgan va amaliyotda qo'llanilgan;

talabalarda xorijiy tillarni o'rganish jarayonida namoyon bo'ladigan emotsional holatlarining psixologik xususiyatlarini aniqlash asosida emotsional holatlarni tartibga solish va ijobiylikni rivojlantirish bo'yicha uslubiy ko'rsatmalar va rivojlantiruvchi dastur uchun mo'ljallangan amaliy tavsiyalar ishlab chiqilgan;

xorijiy tillarni o'rganayotgan talabalarda sodir bo'ladigan psixos emotsional holatlarni barqarorlashtirish va ijobiylikni rivojlantirish maqsadida psixokorreksion dastur samaradorligi tasdiqlanib, o'qituvchi va talabalar o'quv faoliyatiga joriy etilgan.

Tadqiqot natijalarining ishonchliligi tadqiqot respondentlarining yetarlicha reprezentativligi; olingan empirik miqdoriy ko'rsatkichlarning matematik statistikaning ishonchli usullari yordamida tahlil qilinganligi; tadqiqot natijalarining ilmiy jihatdan asoslanganligi, xalqaro miqyosida e'tirof etilgan metodikalar vositasida o'rganilganligi, empirik izlanishlar nazariy asoslab berilganligi va olingan natijalar aniq matematik-statistik metodlar va ma'lumotlarni qayta ishlash «MS EXCEL», «SPSS 20» dasturi yordamida korrelyatsion qayta ishlab chiqilganligi va shu asosda psixologik interpretatsiya qilinganligi, xulosa, taklif, tavsiyalarining amaliyotda joriy etilganligi; tadqiqot maydoni sifatida turli hududlardagi muassasalar tanlangani; olingan natijalar keng ilmiy jamoatchilik o'rtasida muhokama qilinganligi bilan izohlanadi.

Tadqiqot natijalarining ilmiy va amaliy ahamiyati.

Xorijiy tillarni o'rganish jarayonida namoyon bo'ladigan emotsional holatlarning xorijiy tilni o'zlashtirishdagi ijobiy va salbiy ta'siri, shu bilan birga o'zaro bog'liqligi ajratib ko'rsatib berildi, ilmiy xulosalardan xorijiy tillarni o'rganishning psixos emotsional holatlar asosida rivojlantirish imkoniyati mavjudligi bilan izohlanadi.

Tadqiqotning amaliy ahamiyati ishdagi nazariy umumlashma va tahlillardan talabalarda xorijiy tillarni o'rganish jarayonida sodir bo'ladigan psixos emotsional holatlarni ko'rsatib beruvchi pedagogik-psixologik omillarini belgilab olgan holda psixologiya, psixolingvistika va xorijiy tillarni o'rganish psixologiyasi fanlaridan o'quv qo'llanma, darsliklar tayyorlashda, psixologik lug'atlarni takomillashtirishda foydalanish mumkinligi bilan belgilanadi.

Tadqiqot natijalarining joriy qilinishi: Talabalarda xorijiy tillarni o‘rganish jarayonida namoyon bo‘ladigan emotsional holatlarning psixologik xususiyatlari mavzusida olib borilgan ilmiy tadqiqot asosida:

xorijiy tillarni o‘rganayotgan talabalardagi til o‘rganish jarayonlarida namoyon bo‘ladigan emotsional holatlarning darajaviy ifodalanishiga ko‘ra ular chet tillari bilan bog‘liq vaziyatli va shaxsiy xavotirlanish holatlari hamda emotsional entellekt ko‘rsatgichlarining yosh va jinsiy jihatdan differensial farqlanishini dalillashga oid takliflar «Ontagenez psixologiyasi. Differensial psixologiya» moduliga kiritilgan. (Toshkent davlat pedagogika universiteti huzuridagi Psixologiya o‘quv-ilmiy markazining 2025-yil 5-mart PM-325a sonli ma‘lumotnomasi). Natijada Xorijiy tillarni o‘rganayotgan talabalardagi til o‘rganish jarayonlaridagi emotsional holatlarini yosh va jins xususiyatlariga bog‘liq holda differensial farqlanishini ilmiy tadqiq etish erishilgan;

xorijiy tillarni o‘rganayotgan talabalarda chet tillarni o‘rganish jarayonlaridagi emotsional holatlarning namoyon bo‘lishiga ko‘ra ularda muvaffaqiyatga erishish va muvaffaqiyatsizlikdan qochish motivlari, irodaviy jarayonlar va ijtimoiy obro‘ga intilish, muvaffaqiyatga erishish xususiyatlarida yosh, jins va kurslar kesimida differensial tafovutlar mavjudligini aniqlashga oid ma‘lumotlar «Ontagenez psixologiyasi. Differensial psixologiya» moduliga kiritilgan. (Toshkent davlat pedagogika universiteti huzuridagi Psixologiya o‘quv-ilmiy markazining 2025-yil 5-mart PM-325a sonli ma‘lumotnomasi). Natijada talabalar chet tillarni o‘rganish jarayonlaridagi emotsional holatlarini yosh va jins xususiyatlariga bog‘liq holda differensial farqlanishini ilmiy tadqiq etishga erishilgan;

xorijiy tillarni o‘rganayotgan talabalarda chet tillarini o‘zlashtirish jarayonlarida emotsional holatlarning namoyon bo‘lishiga ko‘ra ularda vaziyat bilan bog‘liq xavotirlanishning «Emotsional bilimdonlik» xususiyati bilan ijobiy, «O‘z emotsiyalarini boshqarish», «O‘zini o‘zi undash qobiliyati», «Empatiya» va «O‘zgalarning emotsional holatlarini bilish qobiliyati» esa vaziyat va shaxsiy xavotirlanish holati bilan salbiy aloqadorligda ekanligi, shuningdek, iroda kuchining «Muvaffaqiyatga erishish» motivi bilan musbat aloqadorlikda ekanligini aniqlashga oid ma‘lumotlar «Ontagenez psixologiyasi. Differensial psixologiya» moduliga kiritilgan. (Toshkent davlat pedagogika universiteti huzuridagi Psixologiya o‘quv-ilmiy markazining 2025-yil 5-mart PM-325a sonli ma‘lumotnomasi). Natijada talabalar chet tillarini o‘rganish jarayonlarida namoyon bo‘ladigan emotsional holatlarning motivatsiya bilan korrelyatsion aloqadorligini aniqlash sharoit yaratilgan;

xorijiy tillarni o‘rganish jarayonida namoyon bo‘ladigan emotsional holatlar namoyon bo‘lishida talabalarda o‘z emotsiyalarini baholash va boshqarish ko‘nikmasini maxsus psixologik rivojlantirish dasturini qo‘llash orqali «Emotsional bilimdonlik», «O‘z emotsiyalarini boshqarish», «O‘z o‘zini undash» va xorijiy tillarni o‘rganish jarayonidagi reaktiv xavotirlanish holatlarini pasayishiga erishilish mumkinligini isbotlashga oid ma‘lumotlar «Ontagenez psixologiyasi. Differensial psixologiya» moduliga kiritilgan. (Toshkent davlat pedagogika universiteti huzuridagi Psixologiya o‘quv-ilmiy markazining 2025-yil 5-mart PM-325a sonli

ma'lumotnomasi). Natijada talabalarda xorijiy tillarni o'rganish jarayonida samarali psixologik tayyorgarlikni ta'minlash uchun maxsus psixokorreksion dastur ishlab chiqish va uning samaradorligini aniqlashga erishilgan.

Tadqiqot natijalarining aprobatyasi. Ushbu tadqiqot natijalari 2 ta xalqaro hamda 3 ta Respublika miqyosidagi ilmiy-amaliy anjumanlarida qilinib, ilmiy jamoatchilik tomonidan tahlil etilgan.

Tadqiqot natijalarining e'lon qilinganligi. Dissertatsiya mavzusi bo'yicha jami 10 ta ilmiy ish chop etilgan, jumladan, O'zbekiston Respublikasi Oliy Attestatsiya Komissiyasining dissertatsiyalar asosiy ilmiy natijalarini chop etish tavsiya etilgan ilmiy nashrlarda 5 ta maqola, jumladan, 4 tasi respublika va 1 tasi xorijiy jurnallarda nashr etilgan.

Dissertatsiyaning tuzilishi va hajmi. Tadqiqot ishi tarkibi kirish qismi, uchta bob, xulosa va tavsiyalar, foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati hamda ilovalardan iborat. Dissertatsiya ishining hajmi 129 sahifani tashkil etadi.

DISSERTASIYANING ASOSIY MAZMUNI

Dissertatsiyaning **kirish** qismida dissertatsiya mavzusining dolzarbligi va zarurati asoslangan, tadqiqotning maqsad va vazifalari belgilab olingan, tadqiqotning metodlari, obyektlari va predmetlari aniqlangan, dissertatsiya mavzusi bo'yicha muammoning o'rganilganlik darajasi tahlil qilingan. Ishning respublika fan va texnologiyalari rivojlanishining ustuvor yo'nalishlariga mosligi ko'rsatilgan, tadqiqotning ilmiy yangiligi ochib berilgan hamda ilmiy va amaliy ahamiyati tavsiflangan, natijalarning ishonchligi, tadqiqot natijalarining amaliyotga joriy etilishi, nashr etilgan ishlar va tadqiqot tuzilishi borasidagi ma'lumotlar keltirilgan.

Dissertatsiyaning birinchi bobi «**Talabalarda xorijiy tillarni o'rganishda namoyon bo'ladigan emotsional holatlar haqidagi ilmiy manbalarning yoritilishi**» deb nomlangan bo'lib unda xorijiy tillarni o'rganishda faqatgina qobiliyatning o'zigina kamlik qilishini, yuqori darajadagi xohish va motivatsiya tilni o'zlashtirish tezligini oshirishini va qiziqishni orttirishini, xorijiy til o'rganish insonning kognitiv rivojlanishi, xotirasi va diqqatini yaxshilash, stressni kamaytirish va demensiyaning oldini olish kabi psixologik afzalliklarga ega ekanligi haqidagi ma'lumotlar keltirilgan. Jumladan, talabalarda xorijiy tillarni o'rganish jarayonida namoyon bo'ladigan emotsional holatlarning psixologik xususiyatlarini tadqiq qilishning ahamiyati batafsil ravishda yoritib berilgan. Nazariy tahlil asosida zamonaviy psixologik tadqiqotlarda chet tillarini o'rganishda emotsiyalarning o'rni va rivojlanish bosqichlarining psixologik jihatlari ko'rib chiqilgan.

Talabalarda xorijiy tillarni o'rganish jarayonida namoyon bo'ladigan emotsional holatlarining psixologik xususiyatlari bo'yicha xorij olimlaridan S.Hardjono, X. Klark, Gardner, Lambert, A.L.Leontev, I.A.Zimnaya, V.N.Myasishchev, Parigin, Shakurov, I.F.Gerbert, S.Shexter, R.Pekrun, Sh.Shoaib, Z.Dornye, V.Ipatova, J.M.Devale, B.Makinter, R.Pishgadam, K.Sherer va boshqalarning olib borilgan ilmiy izlanishlarida talabalarda chet tillarini o'rganish jarayonida yuzaga keladigan havotirlik darajasini

aniqlash va u bilan kurashish, shu bilan bir qatorda iroda kuchi, muvaffaqiyatga erishishga motivatsiya, emotsional bilimdonlik darajalari, o'z emotsiyalarini namoyon eta olish, muloqot qobiliyatlari, maqsadlari sari olg'a intilish kabi sifatlarni rivojlanishi borasida va talabalarda o'z hissiyotlarini boshqarish ko'nikmasi rivojlanishi muammolari bo'yicha tadqiqotlar tahlil qilingan.

Olib borilgan nazariy–ilmiy tahlillar tanlangan mavzu doirasidagi muammoning bugungi kunda rivojlanish va pedagogik-psixologiya fani taraqqiyoti uchun nihoyatda dolzarb ekanligini ko'rsatdi.

O'rganilgan ilmiy adabiyotlar tahlili bugungi kunda universitet talabalaridagi xorijiy tillarni o'rganish jarayonida namoyon bo'ladigan emotsional holatlarning psixologik xususiyatlariga bevosita ta'sir etuvchi ijtimoiy-psixologik omillar tizimini empirik jihatdan o'rganish va shu o'rganish natijalari asosida ilmiy xulosalarni shakllantirish va psixologlar, pedagoglar, talabalar uchun muhim bo'lgan amaliy tavsiyalarni ishlab chiqish muqarrarligini ko'rsatadi.

Dissertatsiyaning **«Xorijiy tillarni o'rganayotgan talabalarda namoyon bo'ladigan emotsional holatlarning empirik o'rganilishi»** deb nomlangan ikkinchi bobida xorijiy tillarni o'rganayotgan talabalarda namoyon bo'ladigan emotsional holatlardagi psixologik tadqiqotning nazariy-metodologik asoslari, qo'llanilgan metodikalarning umumiy tavsifi va o'tkazish tartibi o'z aksini topgan. Shuningdek, talabalarda xorijiy tillarni o'rganish jarayonida namoyon bo'ladigan emotsional holatlarining psixologik xususiyatlarida namoyon bo'ladigan xavotirlilik, muvaffaqiyatga erishish motivatsiyasi, muvaffaqiyatsizlikdan qochish motivatsiyasi, iroda kuchi, emotsional bilimdonlik, o'z emotsiyalarini boshqarish, o'z o'zini undash qobiliyati, empatiya, o'zgalarning emotsional holatlarini bilish qobiliyati, ijtimoiy obro'ga intilish, raqobat istagi, maqsadga erishishga intilish kabi holatlarda o'zaro muvofiqlik, rivojlanish darajalari differentsial farqlari, o'zaro bog'liqligi masalasiga alohida e'tibor qaratilgan.

Tadqiqotda foydalanilgan usullarning metodologik asosi sifatida J.W.Atkinson, V.N.Myasishev, P.V.Simonov, G.Ollport, B.G.Ananev, L.S.Vigotskiy, A.N.Leontyev, V.V.Davidov, S.L.Rubinshteyn, P.Ya.Galperin kabi olimlarning ilmiy va metodologik ishlari asos etib olingan.

Tadqiqot ishini tashkil qilishda xorijiy tillarni o'rganayotgan ixtisoslik va boshqa yo'nalish talabalari o'rtasida ijtimoiy psixologik so'rovnoma, N.N.Obozovning «Iroda kuchini baholash» so'rovnomasi, N.Xollning «Emotsional intellekt koeffitsiyentini aniqlash» metodikasi, T.Elersning «Muvaffaqiyatga erishish va mag'lubiyatdan qochish motivatsiyasini aniqlash» va «Muvaffaqiyatsizlikdan qochish motivatsiyasi» metodikasi, Ch.D.Spilberger va Yu.L.Xaninning «Reaktiv va shaxsiy xavotirlik darajasini aniqlash» metodikasi, M.Kubyshkinaning «MAS» so'rovnomasidan foydalanildi.

Tadqiqotda asosan, Buxoro pedagogika universitetidan 78 nafar, Ma'mun universitetidan 160 nafar va Qoraqalpoq davlat universitetidan 65 nafar talabalardan jami 303 nafar respondentlar tanlab olindi. Tadqiqot maqsadiga erishish uchun

yuqorida keltirilgan metodologik asoslarga tayanib talabalar bilan ijtimoiy psixologik so‘rovnoma ham o‘tkazildi.

Quyida N.Hollning «Emotsional intellekt koefitsientini» aniqlash metodikasining natijalari keltirildi.

1-jadval

Xorijiy tillarni o‘rganayotgan talabalarda N.Xollning «Emotsional intellekt koefitsientini aniqlash» metodikasi natijalari, yosh kesimida, (Mann-Uitni mezoni, n=303)

Shkalalar	Yoshi	N	O‘rtacha rang	U	p
Emotsional bilimdonlik	18-21 yosh	165	136,91	8950,500	,003**
	22-30 yosh	138	165,69		
O‘z emotsiyalarini boshqarish	18-21 yosh	57	159,33	9564,000	,038**
	22-30 yosh	246	138,82		
O‘zini o‘zi undash qobiliyati	18-21 yosh	57	143,98	10103,000	,180
	22-30 yosh	246	157,21		
Empatiya	18-21 yosh	57	140,48	9531,500	,034*
	22-30 yosh	246	161,42		
O‘zgalarning emotsional holatlari bilish qobiliyati	18-21 yosh	57	137,47	9041,000	,005**
	22-30 yosh	246	165,02		

Izoh: **p≤0,01

1-jadvalga asosan, «Emotsional intellekt koefitsientini» aniqlash metodikasining yosh guruhi bo‘yicha natijalar tahlili «Emotsional bilimdonlik» shkalasida ishonchli farqlar namoyon qildi (U=8950,500; p≤0,01). Emotsional bilimdonlik intellekti 22-30 yoshli talabalarda 18-21 yoshli talabalarga nisbatan yuqori ekan. Xorijiy tillarni o‘rganayotgan 22-30 yoshli talabalarda emotsional bilimdonlik yuqori bo‘lishi ularda aql-idrokni yaxshi rivojlanganligi, tajribaning yetarliligi va yosh davrining yetakchi faoliyatida aks etadi. Ularda xorijiy tillarni o‘rganish jarayonida yuzaga keladigan turli vaziyatlarda o‘zini qanday tutishini bilishi uchun salbiy hissiyotlar ham, ijobiy hissiyotlar ham manba vazifasini o‘taydi. Salbiy hissiyotlar ularning hayotida nimadir o‘zgartirishi kerakligini tushunishiga yordam beradi va kelgusida xorij tilini o‘zlashtirishning yengil usullarini ishlab chiqadilar.

Shu bilan birga «O‘z emotsiyalarini boshqarish» shkalasida ishonchli farqlar kuzatildi (U=9564,000; p≤0,001) va 18-21 yoshli talabalarda 22-30 yoshli talabalarga nisbatan yuqori bo‘lib, xorijiy tillarni o‘rganish davrida 18-21 yoshli yigit qizlarda ancha oson va kelajakka bo‘lgan ishonchning balandligi, maqsadlarning ko‘pligi bilan ajralib turadi, chunki bu davrda ulardagi xavotirlik darajasining, ya’ni kelajakdagi ish faoliyati bilan bog‘liq qo‘rquvlarning past darajada ekanligi o‘z emotsiyalarini boshqarishda qiyinchiliklarga uchramasliklariga sabab bo‘la oladi. O‘z emotsiyalarini boshqara olish o‘z navbatida o‘ziga bo‘lgan ishonchni oshiradi va bu chet tillarini o‘rganayotgan talabalar uchun muhim hisoblanadi, shu sababli ham 18-21 yoshli yigit va qizlar orasida til sertifikatlarini muvaffaqiyatli qo‘lga kiritganlar ko‘pchilikni tashkil etadi.

«Empatiya» shkalasida ($U=9531,500$; $p \leq 0,01$) 22-30 yoshli talabalarda 18-21 yoshli talabalarga nisbatan yuqori bo‘lib, 22-30 yoshli talabalar o‘zgalarning muammolari, tashvishlarini tinglay oladilar, boshqalarning hissiy ehtiyojlariga nisbatan o‘ta sezgir bo‘ladilar, ochiq izhor etilmagan taqdirda ham birovlarining hiskechinmalarini tushuna oladilar. Ular yuz ifodasiga qarab odamlarning kayfiyatini biladilar, birovlarining ko‘nglidagi dardlarini ular bilan muloqot qilish orqali bila oladilar, o‘zgalarning kayfiyatlariga moslasha oladilar.

Tadqiqot natijalariga ko‘ra, «o‘zgalarning emotsional holatlarini bilish qobiliyati» shkalasi bo‘yicha ($U=9041,000$; $p \leq 0,001$) 22-30 yosh oralig‘idagi talabalar 18-21 yoshli talabalarga nisbatan boshqalarning emotsional holatlarini yaxshiroq anglaydilar va bu yosh oralig‘ida ushbu qobiliyat nisbatan yuqori darajada shakllangan. Bu esa shaxsiy va professional hayotda muvaffaqiyatli ijtimoiy muloqot va moslashuvchanlikning oshishiga turtki berishi mumkin.

Tadqiqotda Spilberger-Xaninning «Reaktiv va shaxsiy xavotirlik darajasini aniqlash» metodikasi jins kesimida tahlil qilindi va ushbu usulning samaradorligi baholandi va quyida natijalari keltirildi.

2-jadval

Xorijiy tillarni o‘rganayotgan talabalarda N Ch.D.Spilberger-Yu.L.Xaninlarning «Reaktiv va shaxsiy xavotirlik shkalalarini o‘rganish» metodikasi natijalari, jins kesimida
(Mann-Uitni mezoni, $n=303$)

Shkalalar	Jinsi	N	O‘rtacha rang	U	p
Reaktiv xavotirlik holati	Yigitlar	57	148,03	6693,500	,741
	Qizlar	246	152,29		
Shaxsiy xavotirlik holati	Yigitlar	57	109,42	4531,500	,000***
	Qizlar	246	161,08		

Izoh: *** $p \leq 0,001$

Yuqorida keltirilgan jadvalga asosan, shaxsiy xavotirlik holati qiz bola talabalarda yuqoriligi ishonchli farqlar orqali ma‘lum bo‘ldi ($U=4531,500$; $p \leq 0,001$). Qiz bola talabalarda shaxsiy xavotir yuqori bo‘lishiga asosiy sabablardan biri qilib qadriyatlarimizdagi qiz bolalar uchun ayrim cheklovlar mavjudligi (kech tushushi bilan ko‘chada yurolmaslik, xorijga chiqolmaslik, og‘ir mehnatlarni qilish kabi holatlar) yoshligidan singib kelgan va ushbu holatlar chet tillarini o‘rganishda yuzaga keladigan shaxsiy xavotirlikni oshishiga sabab bo‘la oladi. Yigitlarga nisbatan qizlar xorijiy tillarni qanchalik mukammal bilishlariga qaramasdan, xorijda o‘qish va ishlash yuzasidan oila a‘zolarining qarashlari va xattoki roziliklarini olishda qiyinchiliklarga duch kelishlarini kuzatishimiz mumkin, shuning uchun ham qiz talabalarda yoshligidan qolib ketgan xavotir va qo‘rquv darajasi yuqoridagi shaxsiy xavotirlik holatlari oshib ketishiga olib keladi.

Tadqiqot natijalari shuni ko‘rsatadiki, 22–30 yosh oralig‘idagi talabalarda muvaffaqiyatga erishish motivatsiyasi 18–21 yoshli talabalarga nisbatan ancha yuqori darajada shakllangan. Katta yoshdagi talabalar odatda o‘qish jarayonida va hayotiy tajribada ko‘proq sinovlardan o‘tgan bo‘lib, ularning o‘ziga bo‘lgan ishonchi yuqori

darajada bo'lishi kuzatiladi. Shuningdek, 22–30 yosh oralig'idagi talabalar, ayniqsa, xorijiy tillarni o'rganayotgan va yuqori kurslarda tahsil olayotgan talabalar, o'z oldiga qo'ygan maqsadlariga erishishda mustahkam irodaga ega bo'lib, muvaffaqiyat sari intilishlari bilan ajralib turadilar.

3-jadval

Xorijiy tillarni o'rganayotgan talabalarda T.Elersning «Muvaffaqiyatga erishish va mag'lubiyatdan qochish motivatsiyasi»ni aniqlash metodikasi natijalari, yosh kesimida (Mann-Uitni mezon, n=303)

Shkalalar	Yoshi	N	O'rtacha rang	U	p
Muvaffaqiyatga erishish motivatsiyasi	18-21 yosh	165	139,51	9374,500	,020**
	22-30 yosh	138	162,57		
Mag'lubiyatdan qochish motivatsiyasi	18-21 yosh	165	157,36	9885,000	0,104
	22-30 yosh	138	141,18		

Izoh: **p≤0,01

Ushbu yosh guruhida qaror qabul qilish qobiliyati kuchaygan bo'lib, ular duch keladigan to'siqlarni yengib o'tish qobiliyatiga ega ekanliklari kuzatiladi.

Xorijiy tillarni o'rganayotgan talabalar yosh kesimida «MAS» metodikasining natijalari tahlil qilindi va quyida natijalari keltirildi.

4-jadval

Xorijiy tillarni o'rganayotgan talabalarda Kubyskinaning «MAS» metodikasi natijalari, yosh kesimida (Mann-Uitni mezon, n=303)

Shkalalar	Yoshi	N	O'rtacha rang	U	p
Ijtimoiy obro'-e'tiborga intilish	18-21 yosh	165	144,03	10110,500	,184
	22-30 yosh	138	157,16		
Raqobat istagi	18-21 yosh	57	168,68	8039,500	,000**
	22-30 yosh	246	127,61		
Maqsadga erishishga intilish	18-21 yosh	57	131,83	8122,500	,000**
	22-30 yosh	246	171,78		

Izoh: ***p≤0,001

Jadvalda keltirilgan ma'lumotlarga tayangan holda, «Raqobat istagi» shkalasida ishonchli farqlar kuzatildi (U=8039,500; p≤0,001), ya'ni 22-30 yoshli talabalarga nisbatan 18-21 yoshli talabalarda raqobat istagi yuqori ekan. Bu davrda talabalar universitetga endigina kirgan, uning imkoniyatlaridan foydalanish uchun, kursdosh do'stalaridan ortda qolmaslik uchun, ustozlarining ko'zga ko'ringan shogirdi bo'lish

uchun harakat qilishadi va bu ayniqsa chet tillarni o'rganishda yaqqol ko'zga ko'rinadi. Chunki bugunki kunda chet tili bilish sertifikatiga ega bo'lgan talabalarga universitetlarda qo'shimcha imkoniyatlar mavjudligi sababli xorijiy tillarni o'rganayotgan talabalarda qo'shimcha imtiyozlarga erishish va kursdoshlaridan o'zib ketish maqsadida raqobat istagi yuqori bo'ladi. Bu davrda chet tili o'rganayotgan talabalar doim boshqalardan oldinda bo'lishga va yaxshi natijalarga erishishga intiladilar va ularning natijalari boshqalarga qaraganda yaxshiroq ekanligi ular uchun juda muhim, boshqalarning muvaffaqiyati hamma narsadan ko'ra ko'proq ularni rag'batlantiradi va faollashtiradi.

«Maqsadga erishishga intilish» shkalasida ishonchli farqlar kuzatildi ($U=8122,500$; $p\leq 0,001$), 18-21 yoshli talabalarga nisbatan 22-30 yoshli talabalarda maqsadga erishishga intilish yuqori ekan. Bu yoshli talabalar raqobatchilaridan o'zib ketish uchun bor kuchi bilan ishlashga tayyor bo'ladilar, chunki ushbu davr kelajak ish faoliyati uchun muhim qadamlardan biri ekanligini his qilgan holda harakat qilishadi. Chet tilini o'rganish, xalqaro sertifikatga ega bo'lish karyera hayotida muvaffaqiyat garovi ekanligini anglagan holda o'z oldiga aniq maqsad qo'yib harakatlanadilar.

Tadqiqot vazifasidan kelib chiqqan holda, «Muvaffaqiyatga erishish va mag'lubiyatdan qochish motivatsiyasini aniqlash» hamda «Emotsional intellekt koeffitsientini aniqlash» metodikasi shkalalari orasidagi korrelyatsiya koeffitsientlari ko'rib chiqildi va quyidagi jadvalda natijalar keltirildi.

5-jadval

T.Elersning «Muvaffaqiyatga erishish va Mag'lubiyatdan qochish motivatsiyasini aniqlash» va N.Xollning «Emotsional intellekt koeffitsientini aniqlash» metodikalari orasidagi korrelyatsion aloqadorlik
(Spirmen bo'yicha, $n=303$)

Emotsional intellekt koeffitsienti	Muvaffaqiyatga erishish motivatsiyasi	Mag'lubiyatdan qochish motivatsiyasi
Emotsional bilimdonlik	,081	,109
O'z emotsiyalarini boshqarish	,077	,025
O'zini o'zi undash qobiliyati	,071	,085
Empatiya	,158**	,092
O'zgalarning emotsional holatlari bilish qobiliyati	,117*	-,003

Izoh: * - $p\leq 0,05$

«Muvaffaqiyatga erishish motivatsiyasi» va «Empatiya» shkalalarida musbat ($r=,158$; $p\leq 0,01$) aloqadorlik aniqlandi. Muvaffaqiyatga erishish motivatsiyasining yuqoriligi orqali empatiya oshadi, ya'ni yuqori motivatsiyaga ega shaxslar odatda atrofdagilarning his-tuyg'ulariga sezgirroq bo'lishligini ko'rishimiz mumkin, bu esa ijtimoiy munosabatlarda samaradorlikni oshirishga xizmat qiladi.

«Muvaffaqiyatga erishish motivatsiyasi» va «O'zgalarning emotsional holatlari bilish qobiliyati» shkalalari musbat ($r=,117$; $p\leq 0,01$) aloqadorlikda bo'lib, insonning boshqalarni tushunish, ularga hamdardlik bildirish va emotsional holatlarni anglash

qobiliyati muvaffaqiyat sari intilish bilan birga shakllanadi. Ushbu natijalar shaxsiy va kasbiy muvaffaqiyat uchun motivatsiya bilan emotsional intellektning integratsiyalashgan holda rivojlanishi zarurligini ko'rsatadi. Natijalarga asosan, ta'lim jarayonida nafaqat akademik yutuqlarga, balki talabalarning emotsional intellektini rivojlantirishga ham e'tibor qaratish muhim ahamiyatga ega.

Xorijiy tillarni o'rganayotgan talabalarda «Iroda kuchini baholash» metodikasi hamda «Emotsional intellekt koeffitsientini aniqlash» metodikasi shkalalari orasidagi korrelyatsiya koeffitsientlari tahlili va natijalari quyidagi jadvalda keltirildi.

6-jadval

N.N.Obozovning «Iroda kuchini baholash» metodikasi hamda N.Xollning «Emotsional intellekt koeffitsientini aniqlash» metodikasi shkalalari orasidagi korrelyatsion aloqadorligi (Spirmen bo'yicha, n=303)

Emotsional intellekt koeffitsientini aniqlash	Iroda kuchini baholash
Emotsional bilimdonlik	,024
O'z emotsiyalarini boshqarish	-,050
O'zini o'zi undash qobiliyati	-,085
Empatiya	,046
O'zgalarning emotsional holatlari bilish qobiliyati	,354**
Ijtimoiy obro'-e'tiborga intilish	-,086

Izoh: ** - $p \leq 0.01$

Tadqiqotimizning maqsad va vazifalaridan kelib chiqib, xorijiy tillarni o'rganayotgan talabalarning «Iroda kuchini baholash» va «Emotsional intellekt koeffitsienti» o'rtasidagi o'zaro korrelyatsion aloqadorlikni tahlil qilinganda «Iroda kuchini baholash» va «O'zgalarning emotsional holatlari bilish qobiliyati» shkalalari ijobiy ($r=0,354$; $p \leq 0,01$) aloqadorlik mavjud bo'lib, bu ikki omil bir-birini kuchaytiradi.

7-jadval

Ch.D.Spilberger-Yu.L.Xaninlarning «Reaktiv va shaxsiy xavotirlik darajasini aniqlash» metodikasi va N.Xollning «Emotsional intellekt koeffitsientini aniqlash» metodikasi shkalalari orasidagi korrelyatsion aloqadorlik (Spirmen bo'yicha, n=303)

Emotsional intellekt koeffitsienti	Reaktiv xavotirlik holati	Shaxsiy xavotirlik holati
Emotsional bilimdonlik	,163**	-,088
O'z emotsiyalarini boshqarish	-,149*	-,175**
O'zini o'zi undash qobiliyati	-,118*	-,218**
Empatiya	-,139*	-,114*
O'zgalarning emotsional holatlari bilish qobiliyati	-,136*	-,122*

Izoh: * - $p \leq 0.05$; ** - $p \leq 0.01$

Xorijiy tillarni o'rganayotgan talabalar uchun yuqori iroda kuchi nafaqat akademik muvaffaqiyat uchun, balki ijtimoiy va emotsional jihatdan ham rivojlanishning muhim manbai hisoblanadi. Til o'rganish jarayonida to'siqlarni yengib o'tish qobiliyati, ya'ni iroda kuchini rivojlantirish orqali talabalarda boshqalarning emotsiyalarini chuqurroq anglash, emotsional intellektini oshirish imkonini beradi, bu esa ularning kelajakdagi professional va shaxsiy muvaffaqiyatlariga zamin yaratadi.

Quyida «Reaktiv va shaxsiy xavotirlik shkalalarini o'rganish» metodikasi hamda «Emotsional intellekt koeffitsientini» aniqlash metodikasi shkalalari orasidagi korrelyatsiya tahlili jadvali va natijalari keltirilgan.

«Reaktiv xavotirlik holati» va «o'z emotsiyalarini boshqarish» ($r=-,149$; $p\leq 0,01$), «o'zini o'zi undash qobiliyati» ($r=-,118$; $p\leq 0,01$), «empatiya» ($r=-,139$; $p\leq 0,01$), «o'zgalarning emotsional holatlari bilish qobiliyati» ($r=-,136$; $p\leq 0,01$) shkalalari bilan manfiy aloqadorlikda bo'lib, reaktiv xavotirlik darajasi oshgani sari, talabalarning o'z emotsiyalarini boshqarish, ichki motivatsiyasi, o'zini rag'batlantirish, o'z oldiga aniq maqsad qo'yish, unga erishish, atrofidagi insonlarning ruhiy holatini to'g'ri anglash kabi qobiliyatlari pasayadi. Chunki, xavotirga moyil bo'lgan shaxslar stress sharoitida o'z hissiyotlarini nazorat qilishda qiyinchiliklarga duch keladilar.

«Shaxsiy xavotirlik holati» shkalasi va «o'z emotsiyalarini boshqarish» ($r=-,175$; $p\leq 0,01$), «o'zini o'zi undash qobiliyati» ($r=-,218$; $p\leq 0,01$), «empatiya» ($r=-,114$; $p\leq 0,01$), «o'zgalarning emotsional holatlari bilish qobiliyati» ($r=-,122$; $p\leq 0,01$) shkalalari manfiy aloqadorlikda bo'lib, shaxsiy xavotir darajasi yuqori bo'lgan talabalarda o'z his-tuyg'ularini boshqarish, o'zini rag'batlantirish, ichki motivatsiyasi, boshqalar bilan hamdardlik qilish, boshqalar bilan emotsional jihatdan bog'lanish va ularning kayfiyatini to'g'ri tushunish qobiliyati va imkoniyati pastroq bo'ladi.

Tadqiqotning «**Talabalarda xorijiy tillarni o'rganishda yuzaga keladigan salbiy emotsional holatlarni korreksiyalashning dasturiy asoslari**» deb nomlangan uchinchi bobida talabalarda xorijiy tillarni o'rganishda namoyon bo'ladigan emotsional holatlarni korreksiyalash va rivojlantirish bo'yicha trening dasturi tavsifi, rivojlantirish modeli va psixokorreksion treningdan keyingi natijalar keltirilgan. Rivojlantiruvchi trening dasturda qo'llanilgan metod va mashqlarni tanlashda ularning metodologik asoslariga ham e'tibor qaratildi. Jumladan, dasturni tuzishda individual (psixogimnastik), bixevioral (xulq-atvor), gumanistik (jamoviy), ekzistensial, kognitivistik yondashuvlar hamda zamonaviy yo'nalishlardan hikoya terapiya, psixodrama usullaridan foydalanildi.

Xorijiy tillarni o'rganayotgan talabalarning psixologik emotsiyalarini, ya'ni til o'rganishdagi iroda kuchi, muvaffaqiyatga erishishga bo'lgan motivlarini oshirish, ushbu jarayondagi xavotirlik darajasini kamaytirish va emotsional holatlarini me'yorga solishga qaratilgan rivojlantiruvchi psixologik dastur «Xorijiy tillarni o'rganishdagi ijobiy emotsional holatlarni barqarorlashtirish» deb nomlanib, mazkur dastur chet tili o'rganish uchun zarur bo'lgan sifatlarning umumiy rivojlanishiga olib boradigan 8 ta alohida maqsadlarga ega bo'lgan mashg'ulotdan tashkil topgan. Dastur ikki oyga mo'ljallangan va har bir mashg'ulot o'z maqsadiga hamda kutiladigan natijalariga ega.

Xorijiy tillarni o'rganayotgan Filologiya yo'nalishi talabalaridagi zaruriy psixologik xususiyatlarni rivojlantirish bo'yicha ishlab chiqilgan «Xorijiy tillarni o'rganishdagi ijobiy emotsional holatlarni barqarorlashtirish» nomli psixologik dasturda mazkur yo'nalishda tahsil olayotgan birinchi kursdan to'rtinchi kursgacha bo'lgan talabalar jami 26 nafari ishtirok qildilar. Dastur ikki oy davomida amalga oshirildi.

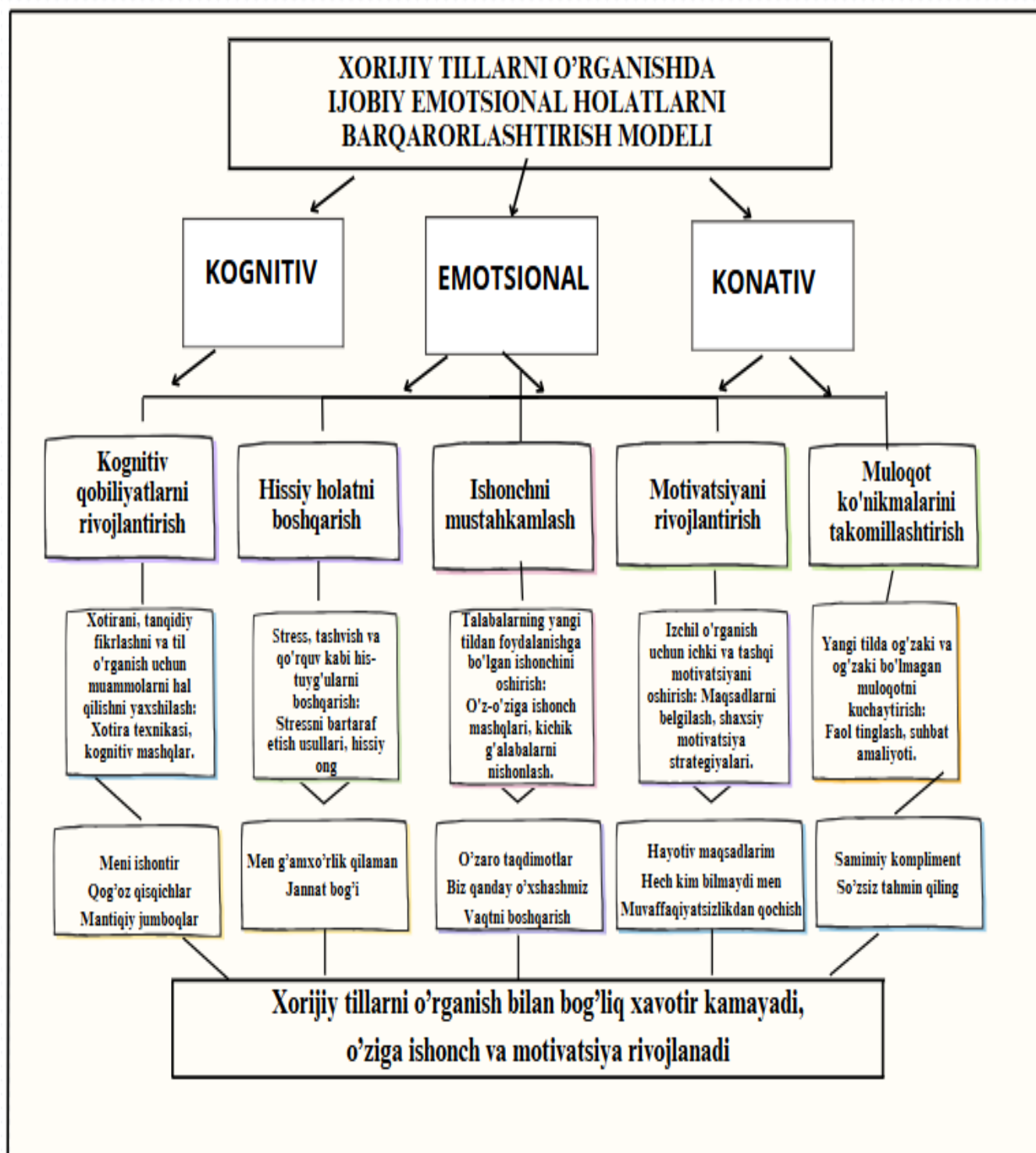
Talabalarda xorijiy tillarni o'rganish jarayonida namoyon bo'ladigan emotsional holatlarining psixologik xususiyatlarini rivojlantirish uchun o'yin texnologiyalari orqali ta'sir etishning zarurati o'z isbotini topdi. Xorijiy tillarni o'rganayotgan talabalarda o'tkaziladigan mazkur rivojlantiruvchi dasturdan kelib chiqib, talabalarda xorijiy tillarni o'rganish jarayonida namoyon bo'ladigan emotsional holatlarining psixologik xususiyatlarini rivojlantirishning psixologik modeli ishlab chiqildi (1-rasmga qaralsin).

Quyida tasvirlangan jadvalda (1-rasm) talabalarda xorijiy tillarni o'rganish jarayonida namoyon bo'ladigan emotsional holatlarining psixologik xususiyatlarini rivojlantirish modeli keltirilgan bo'lib, sinalluvchilarda o'tkazish uchun asosan, ishlash mexanizmi ushbu yosh bosqichlarining barcha jihatlarini qamrab olgan psixotexnika va mashqlar yordamida amalga oshiriladi. Mazkur talabalarda xorijiy tillarni o'rganish jarayonida namoyon bo'ladigan emotsional holatlarning psixologik xususiyatlarini rivojlantirish modeli xorijiy tillarni o'rganishda zarur bo'lgan psixologik ko'nikmalarni rivojlantirishni izchil yondashuv asosida tavsiflaydi. Model beshta asosiy psixologik komponentni o'z ichiga oladi, ularning har biri chet tilini o'zlashtirish jarayonida ta'lim oluvchilarning samaradorligini oshirishga qaratilgan.

1. Hissiy holatni boshqarish komponenti ta'lim oluvchilarning stress, tashvish va qo'rquv kabi salbiy hissiy holatlarini boshqarishga qaratilgan. Til o'rganish jarayonida yuzaga keladigan stress va xavotir ta'lim samaradorligiga salbiy ta'sir ko'rsatishi mumkin. Shu sababli, stressni kamaytirish texnikalari (masalan, nafas olish mashqlari, mindfulness amaliyotlari) va hissiy ongini rivojlantirish usullari joriy etiladi. Ushbu ko'nikmalar ta'lim oluvchilarga stressni boshqarishda yordam berib, ularning motivatsiyasini va ish faoliyatini yaxshilaydi.

2. Motivatsiyani rivojlantirish xorijiy tilni o'zlashtirishdagi asosiy omillardan biri hisoblanadi. Ushbu bosqich ichki va tashqi motivatsiyani oshirish mexanizmlarini o'z ichiga oladi. Ichki motivatsiya tilni o'rganishga bo'lgan shaxsiy ehtiyoj va qiziqish asosida yuzaga keladi. Tashqi motivatsiya esa rag'batlantirish, maqsadlar qo'yish va yutuqlarni baholash orqali ta'minlanadi. Motivatsiyani mustahkamlash uchun maqsadlarni aniq belgilash, shaxsiy o'sishni rejalashtirish va samarali motivatsiya strategiyalaridan foydalanish zarur.

3. Ishonchni mustahkamlash chet tilidan foydalangan holda muloqot qilishda talabalar o'ziga ishonchini oshirishni nazarda tutadi. Buning uchun o'z-o'ziga ishonch mashqlari, ya'ni o'zining muvaffaqiyatlarini tan olish va kichik yutuqlarni nishonlash orqali ishonchni mustahkamlash va pozitiv fikrlash texnikalari -xatolardan qo'rqmaslik va ularni o'rganish imkoniyati sifatida qabul qilish. Ishonchning mustahkamlanishi o'quvchilarni faolroq bo'lishga va yangi til bilimlarini amaliyotda qo'llashga undaydi.



1-rasm «Xorijiy tillarni o'rganishda ijobiy emotsional holatlarni barqarorlashtirish» modeli

4. Kognitiv qobiliyatlarni rivojlantirish komponenti kognitiv jarayonlarni, ya'ni xotira, tanqidiy fikrlash va muammolarni hal qilish qobiliyatlarini rivojlantirishni o'z ichiga oladi. Til o'rganish jarayonida axborotni saqlash va eslab qolish qobiliyatini kuchaytirish (masalan, assotsiativ o'rganish, mnemonik usullar) maqsadida xotira texnikalaridan foydalaniladi. O'rganilgan bilimlarni tahlil qilish, ularni turli vaziyatlarda qo'llash qobiliyatini oshirish maqsadida tanqidiy fikrlash mashqlaridan

unumli foydalaniladi. Kognitiv qobiliyatlarning rivojlanishi til o‘zlashtirish jarayonini samaraliroq va izchil qiladi.

5. Muloqot ko‘nikmalarini takomillashtirish chet tilini o‘rganishning asosiy maqsadi hisoblanib, og‘zaki va og‘zaki bo‘lmagan muloqot ko‘nikmalarini rivojlantirishga qaratilgan. Yangi tilni tushunishni va muloqot samaradorligini oshirish maqsadida faol tinglash va suhbat amaliyoti til o‘rganuvchilarning real vaziyatlarda tilni qo‘llash qobiliyatini kuchaytirish zarur. Muloqot ko‘nikmalarining takomillashuvi talabalarga til bilish darajasini amaliyotda qo‘llash imkonini beradi.

Dastur tugagandan keyin, uning samaradorligini aniqlash maqsadida Spilberger-Xaninning «Shaxsiy va reaktiv xavotirlik shkalalarini o‘rganish», T.Elersning «Muvaffaqiyatga erishish va mag‘lubiyatdan qochish motivatsiyasini aniqlash» va N.Xollning «Emotsional intellekt koeffitsientini aniqlash» metodikalari qayta o‘tkazildi. Quyidagi jadvalda Spilberger-Xaninning «Shaxsiy va reaktiv xavotirlik shkalalarini o‘rganish» metodikasidan olingan natijalari keltirilgan.

8-jadval

Xorijiy tillarni o‘rganayotgan talabalarning reaktiv va shaxsiy xavotirlik shkalalarini o‘rganish bo‘yicha korreksiyadan keyingi natijalari (Uilkokson mezonida aniqlash, n=26)

		N	O‘rtacha rang	Ranglar summasi	W	p
Reaktiv xavotir	Pasaygan	16	11,41	182,50	-3,567	0,000***
	Oshgan	4	2,50	7,50		
	O‘zgarmagan	6				
Shaxsiy xavotir	Pasaygan	10	8,56	68,50	-1,656	0,098
	Oshgan	5	4,50	22,50		
	O‘zgarmagan	11				

Izoh: ***- $p \leq 0,001$;

Chet tillarni o‘rganuvchi talabalarning ijobiy hissiyotlarini rag‘batlantirish va salbiy hissiyotlarini tuzatish orqali ularda til o‘rganish jarayonida sodir bo‘ladigan emotsional holatlarni nazorat qilish va rivojlantirish mumkin. Bu jarayonda talabalarga ijobiy namuna ko‘rsatish va muvaffaqiyatlarini rag‘batlantirish, ularga o‘z hissiyotlarini boshqarish, muvaffaqiyatga intilish motivatsiyasini kuchaytirish va emotsional intellektni rivojlantirishga yordam beradi.

Ushbu soha orqali talabalar to‘g‘ri muloqot qilishni o‘rganishadi, bu esa ularga o‘z his-tuyg‘ularini ifodalash, boshqalar bilan o‘zaro munosabatlar o‘rnatish va ijtimoiy vaziyatlarda to‘g‘ri qarorlar qabul qilishga yordam beradi. Natijada talabalarda boshqa talabalarni hurmat qilish, o‘z emotsiyalarini anglagan holda o‘zgalarning emotsional holatlarini ham bilish qobiliyatlarini rivojlantiradilar, til

o'rganish uchun zaruriy sifatlardan iroda kuchi va muvaffaqiyatga erishishga bo'lgan motivatsiyalarini rivojlantirish orqali xavotirlik darajalarini kamaytirishga erishiladi.

Tadqiqot doirasida xorijiy tillarni o'rganayotgan turli yoshdagi talabalarning «reaktiv va shaxsiy xavotirlik» shkalalari bo'yicha korreksiya oldi va keyingi natijalari o'rganildi va korreksiya jarayonidan keyin sezilarli farqlar mavjudligini ko'rsatdi. Xususan, reaktiv xavotir shkalasi bo'yicha ijobiy farqlar aniqlangan ($W=-3,567$; $p\leq 0,001$), bu esa korreksiyadan keyin reaktiv xavotir darajasining pasayganligini anglatadi. Ushbu natija psixologik aralashuv va korreksiya metodlarining samaradorligini tasdiqlaydi. Xavotir darajasini pasaytirishga qaratilgan korreksiya choralari samarali bo'lib, talabalar stressga bardoshliroq va til o'rganish jarayonida yanada ishonchli harakat qilish imkoniyatiga ega bo'lishdi.

9-jadval

Turli yoshdagi xorijiy tillarni o'rganayotgan talabalarning «Muvaffaqiyatga erishish va mag'lubiyatdan qochish motivatsiyasini aniqlash» bo'yicha korreksiyadan keyingi natijalari (Uilkokson mezonida aniqlash, n=26)

		N	O'rtacha rang	Ranglar summasi	W	p
Mag'lubiyatdan qochish motivatsiyasi	Pasaygan	5	3,40	17,00	-3,056 ^c	0,002***
	Oshgan	17	13,88	236,00		
	O'zgarmagan	4				
Muvaffaqiyatga erishish motivatsiyasini aniqlash	Pasaygan	2	2,00	4,00	-3,208 ^c	0,001***
	Oshgan	17	10,94	186,00		
	O'zgarmagan	7				

Izoh: ***- $p\leq 0,001$;

9-jadvalda T.Elersning «Muvaffaqiyatga erishish va mag'lubiyatdan qochish motivatsiyasini aniqlash» metodikasining treningdan oldingi va keyingi natijalari tahlili keltirilgan.

Turli yoshdagi xorijiy tillarni o'rganayotgan talabalarda «Mag'lubiyatdan qochish motivatsiyasi» shkalasi ($W=-3,056$; $p\leq 0,001$) va «Muvaffaqiyatga erishish motivatsiyasini aniqlash» shkalasi ($W=-3,208$; $p\leq 0,001$) ko'rsatkichlarida ijobiy farqlar aniqlandi va tadqiqot natijalariga ko'ra, talabalarda xorijiy tillarni o'rganish jarayonida namoyon bo'ladigan emotsional holatlarining psixologik xususiyatlarini rivojlantiruvchi mashg'ulotlarni o'tkazilishi, ya'ni, talabalarda chet tili o'rganish uchun zaruriy ko'nikmalardan irodaviylik, empatiya, muloqotchanlik, motivatsiya, maqsad sari intilish, intellektni rivojlanishi, o'z emotsiyalarni boshqarish, boshqalarga ijobiy ta'sir qila olish, o'z fikrlari, hatti-harakatlari, xavotirlik darajalarini tahlil qilish hamda boshqarish kabilar rivojlanishi va mustahkamlanishi orqali talabalarda xorijiy tillarni o'rganish jarayonida namoyon bo'ladigan emotsional holatlarining psixologik xususiyatlarini rivojlanishiga olib keladi.

10-jadval

Turli yoshdagi xorijiy tillarni o'rganayotgan talabalarning emotsional intellekt koeffitsientini aniqlash bo'yicha korreksiyadan keyingi natijalari (Uilkokson mezonida aniqlash, n=26)

		N	O'rtacha rang	Ranglar summasi	W	p
Emotsional bilimdonlik	Pasaygan	5	3,40	17,00	-3,583	0,000***
	Oshgan	17	13,88	236,00		
	O'zgarmagan	4				
O'z emotsiyalarini boshqarish	Pasaygan	2	2,00	4,00	-3,679	0,000***
	Oshgan	17	10,94	186,00		
	O'zgarmagan	7				
O'z o'zini undash	Pasaygan	3	3,00	9,00	-3,477	0,001***
	Oshgan	16	11,31	181,00		
	O'zgarmagan	7				
Empatiya	Pasaygan	2	4,50	9,00	-2,156	0,031*
	Oshgan	9	6,33	57,00		
	O'zgarmagan	15				
O'zgalar emotsional holatini bilish	Pasaygan	1	2,50	2,50	-3,158 ^c	0,002**
	Oshgan	14	7,88	102,50		
	O'zgarmagan	11				

Izoh: ** - $p \leq 0,01$; *** - $p \leq 0,001$;

Turli yoshdagi xorijiy tillarni o'rganayotgan talabalarning emotsional intellekt koeffitsientini aniqlash bo'yicha korreksiyadan keyingi natijalar o'rtasidagi statistik farqlar borligi kuzatildi. Xorijiy tillarni o'rganishda emotsional bilimdonlik muhim rol o'ynab, talabalarning o'z his-tuyg'ularini anglash va boshqarishga yordam beradi. Bundan kelib chiqadiki, emotsiyalarini boshqara oladigan talabalar stress va xavotirga bardoshli bo'lib, jarayonga moslashuvchan tarzda yondasha olishi bilan bir vaqtda o'z-o'zini undash motivatsiyani saqlab, davomiylikni ta'minlaydi, bu esa xorijiy tillarni o'rganishda yaxshiroq natijalarga erishish imkonini beradi. Empatiya va boshqalarning emotsiyalarini anglash ijtimoiy muloqotni kuchaytirib, til o'rganishda faolroq ishtirok etishga yordam beradi. Shu sababli, emotsional jihatlarning rivojlanishi til kompetensiyasini oshirishda muhim ahamiyatga ega.

Demak, Talabalarda xorijiy tillarni o'rganish jarayonida emotsional holatlarning psixologik xususiyatlari talabalarning o'rganish samaradorligini va til o'rganishga bo'lgan motivatsiyasini sezilarli darajada ta'sir qiladi. Xorijiy tilni o'rganish – bu murakkab psixologik jarayon bo'lib, u talabada turli xil hissiy va emotsional holatlarni yuzaga keltirishi mumkin. Bu holatlar, o'z navbatida, til o'rganish jarayonining muvaffaqiyatiga yoki muvaffaqiyatsizligiga olib kelishi mumkin.

XULOSA

«Talabalarda xorijiy tillarni o‘rganish jarayonida namoyon bo‘ladigan emotsional holatlarning psixologik xususiyatlari» mavzusidagi dissertatsion tadqiqot natijalari asosida quyidagi **xulosalar** shakllantirildi:

1. Talabalarning xorijiy tillarni o‘rganish jarayonida namoyon bo‘ladigan emotsional holatlari ularning til o‘rganishga nisbatan motivatsiyaga ahimiyatli ta‘sir ko‘rsatadi;

2. Talabalarining xorijiy tillarni o‘rganish jarayonida namoyon bo‘ladigan salbiy emotsional holatlarni maxsus tashkil qilingan dastur asosida «kognitiv», «emotsional», «konativ» sohalariga maqsadli ta‘sir tufayli, «reaktiv xavotirlanuvchanlik», «mag‘lubiyatdan qochish», «muvaffaqiyatga erishish» kabi psixologik ko‘rsatkichlarning ijobiy barqarorlashishiga erishildi.

3. Xorijiy tillarni o‘rganish jarayonida talabalardagi emotsional holatlarning ifodalanishiga ko‘ra ulardagi empatiya shkalasi «muvaffaqiyatga erishish» istagining ijobiy, «vaziyatli va shaxsiy xavotirlanuvchanlik» holati bilan salbiy aloqadorlikda, o‘zgalarning emotsiyalarini bilish qobiliyati esa «muvaffaqiyatga erishish», «iroda kuchi» bilan ijobiy bog‘liqlikda ekanligi dalillandi.

4. Talabalarda xorijiy tillarni o‘rganish jarayonida namoyon bo‘ladigan emotsional holatlarning darajaviy rivojlanishiga ko‘ra ularda til o‘rganish bilan bog‘liq «emotsional bilimdonlik», «o‘z emotsiyalarini boshqarish», «empatiya», «o‘zgalarning emotsional holatlarini bilish» hamda shaxsiy xavotirlik holatlarining yosh va jinsiy tafovutlanishi aniqlandi.

5. Xorijiy tillarni o‘rganayotgan talabalarda ulardagi til o‘rganish vaziyati bilan bo‘g‘liq xavotirlanish holatlarini maxsus psixokorreksion dastur va psixokorreksion mashqlar orqali muvaffaqiyatga erishish motivini kuchaytirishga erishish mumkin ekanligi empirik va amaliy jihatdan asoslandi.

6. Talabalarining xorijiy tillarni o‘rganish jarayonida «muvaffaqiyatga erishish motivatsiyasi», «raqobat istagi», «maqsadga erishishga intilish» kabi psixologik ko‘rsatkichlarning yoshga bog‘liq differensial identiv ekanligi isbotlandi.

«Talabalarda xorijiy tillarni o‘rganish jarayonida namoyon bo‘ladigan emotsional holatlarning psixologik xususiyatlari» mavzusidagi dissertatsion tadqiqot xulosalariga ko‘ra quyidagi **amaliy tavsiyalarni** berish maqsadga muvofiq:

1. Talabalar xorijiy tillarni o‘rganish jarayonida o‘zini ifoda etish va boshqalar oldida gapirishda ko‘pincha ijtimoiy xavf his qilishi mumkin. Xatolar yoki nutqdagi noaniqliklar ularda xavotirni yuzaga keltirib, bu esa ijtimoiy interaktsiyalardan chekinishga olib kelishi mumkin. Bu holatni yengish uchun xavfsiz va qo‘llab-quvvatlovchi muhit yaratish hamda xatolarini to‘g‘ri baholashni o‘rgatish zarur.

2. Talabalarda xorijiy tilni o‘rganish nafaqat kognitiv jarayon (yangi so‘zlarni yodlash, grammatik qoidalarni o‘rganish)ni talab etadi, balki yuqori darajadagi emotsional yukni ham keltirib chiqaradi. Emotsional zo‘riqish va charchoqni kelib yengish maqsadida kerakli dam olish va stressni kamaytirishga yordam beradigan metodlar (masalan, meditatsiya, vaqtni boshqarish)dan foydalanish zarur.

3. Talabalarda xorijiy tillarni o'rganish jarayonida motivatsiya muhim o'rin egallaydi va til o'rganishga chin dildan istak bilan yondashish tufayli ichki motivatsiya uzoq muddatli muvaffaqiyatga, tashqi motivatsiya esa qisqa muddatli va ko'pincha talabanning stress darajasini oshishiga olib kelganligi sababli ichki motivatsiyani rivojlantirishga e'tibor qaratish maqsadlidir.

4. Xorijiy tillarni o'rganishda guruh a'zolarining o'zaro ta'siri talabalarning emotsional holatiga bevosita ta'sir qiladi. Guruhdagi ijobiy munosabatlar, o'zaro yordam, hamkorlik, muvaffaqiyatlarni bo'lishish va bir-birini qo'llab-quvvatlash talabalarda motivatsiya va ishonchni oshirib, xavotirni kamaytirishga yordam beraishi psixologik ta'sir etishini qo'llash kerak.

5. Xorijiy tillarni o'rganish jarayonida realistik va ko'lami jihatidan erishish mumkin bo'lgan maqsadlarni belgilash muvaffaqiyatga erishish hissini yaratishi, talabanning ijobiy emotsiyalari oshirishiga ta'sir etishi orqali til o'rganish motivatsiyasini saqlab turishi uchun zarurdir.

**НАУЧНЫЙ СОВЕТ PhD.03/30.12.2021.Р.26.02 ПО ПРИСУЖДЕНИЮ
УЧЕНЫХ СТЕПЕНЕЙ ПРИ УЗБЕКИСТАНСКОМ НАЦИОНАЛЬНОМ
ПЕДАГОГИЧЕСКОМ УНИВЕРСИТЕТЕ ИМЕНИ НИЗАМИ**

БУХАРСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ

РУЗМЕТОВА ЗИЛОЛАХОН ДИЛМУРАДОВНА

**ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ ЭМОЦИОНАЛЬНЫХ
СОСТОЯНИЙ, ПРОЯВЛЯЮЩИХСЯ У СТУДЕНТОВ В ПРОЦЕССЕ
ИЗУЧЕНИЯ ИНОСТРАННЫХ ЯЗЫКОВ**

19.00.06. – Возрастная и педагогическая психология. Психология развития

**АВТОРЕФЕРАТ ДИССЕРТАЦИИ ДОКТОРА ФИЛОСОФИИ (PhD) ПО
ПСИХОЛОГИЧЕСКИМ НАУКАМ**

Ташкент – 2025

Тема диссертации доктора философии (PhD) по психологическим наукам зарегистрирована в Высшей аттестационной комиссии Республики Узбекистан за № В2024.4.PhD/P1112

Диссертация выполнена в Бухарский государственный университет.

Автореферат диссертации на трех языках (узбекский, русский и английский (резюме)) размещен на веб-странице Научного совета (www.tdpu.uz) и на Информационно-образовательном портале «ZiyoNet» (www.ziyo.net).

Научный руководитель: **Уразбаева Дильбар Абдуллаева**
доктор психологических наук (DSc), профессор

Официальные оппоненты: **Камилова Нодира Гайратовна**
доктор психологических наук (DSc), профессор

Саломова Гули Шодимуродовна
доктор психологических наук (DSc), доцент

Ведущая организация: **Самаркандский государственный университет**

Защита диссертации состоится «__» _____ 2025 года в ____ часов на заседании Научного совета PhD.03/30.12.2021.P.26.02 по присуждению ученых степеней при Национальный педагогический университет Узбекистана имени Низами. (Адрес: 100185, г. Ташкент, Чиланзарский район, ул. Бунёдкор, 27. Тел.: (99871) 276–82–32; факс: (99871) 276–76–51, e-mail: tdpukengash@edu.uz).

С диссертацией можно ознакомиться в Информационно-ресурсном центре национального педагогического университет Узбекистана имени Низами (зарегистрирована за № ____). Адрес: 100185, г. Ташкент, Чиланзарский район, ул. Бунёдкор, 27. Тел.: (99871) 276–82–32.

Автореферат диссертации разослан «__» _____ 2025 года.

(реестр протокола рассылки №__ от «__» _____ 2025 года).

Ф.А.Акрамова,
председатель научного совета
по присуждению ученых
степеней, доктор психол.
наук, профессор

Н.Б.Атабаева,
ученый секретарь научного
совета по присуждению
ученых степеней, доктор
психол. наук, профессор

З.Т.Нишанова,
председатель Научного семинара
при научном совете по
присуждению ученых степеней,
доктор психол. наук, профессор

ВВЕДЕНИЕ (аннотация диссертации доктора философии (PhD))

Актуальность и востребованность темы диссертации. В мире в последние годы наблюдается тенденция роста числа трудовых мигрантов и расширения направлений миграции. Согласно статистическим данным Международной организации по миграции, в 2023 году во всем мире насчитывалось 281 миллион международных трудовых мигрантов, что составляет 4,9% мировой рабочей силы и около 60% международных трудовых мигрантов трудоспособного возраста (15 лет и старше)³. В связи с этим наблюдается тенденция усиления международной трудовой миграции под влиянием различных экономических, демографических, технологических, политических и экологических факторов, что приводит к демографическому кризису в развитых странах и проблемам нехватки рабочей силы. Однако большинство трудовых мигрантов сталкивается с различными неприятными ситуациями - становятся жертвами криминальных действий, торговли людьми и других негативных явлений из-за незнания языка страны, в которой они работают. Данная ситуация показывает, что изучение иностранных языков в процессе трудовой миграции не только повышает индивидуальные возможности, но и положительно влияет на экономическое и социальное развитие принимающей страны. Соответственно, изучение языка становится актуальной темой, требующей научного исследования.

В высших учебных заведениях и научно-практических центрах мира проводятся научные и практические исследования, направленные на изучение педагогических и психологических факторов, обеспечивающих успешность процесса изучения языка при преподавании иностранных языков. Среди таких факторов подчеркивается необходимость учета лингвистических способностей обучающихся, их склонности к изучению иностранных языков, интересов, потребностей и целей, особенностей когнитивной сферы, пластичности нервной системы и других индивидуально-психологических характеристик. В связи с этим, принимая во внимание влияние эмоциональных состояний, возникающих у изучающих язык в процессе овладения иностранными языками, на их мотивационную, когнитивную и конативную (поведенческую) сферы, возникает необходимость изучения данной проблемы в качестве отдельного предмета исследования.

В последние годы в Новом Узбекистане проведена конкретная и целенаправленная работа по коренному реформированию всех видов системы высшего образования, в том числе системы подготовки высококвалифицированных научных и научно-педагогических кадров, создана необходимая нормативно-правовая база: Разработка «Программы комплексных мер по повышению качества преподавания иностранных языков, расширению масштабов научных исследований, повышению интереса населения к изучению

³ Доклад о мировой миграции за 2024 год – Глобальные тенденции и проблемы в области мобильности людей - [News Central Asia \(nCa\)](#)

иностранных языков»⁴ может стать необходимой основой для использования современных образовательных технологий в преподавании иностранных языков в нашей стране, совершенствования проведения научных исследований в этой области.

Данное диссертационное исследование в определенной степени служит реализации широкомасштабных стратегических мер, определенных в Законе Республики Узбекистан от 1 мая 2023 года No ЗРУ-837 «О Конституции Республики Узбекистан,» Указах Президента Республики Узбекистан от 11 сентября 2023 года No УП-158 «О Стратегии «Узбекистан - 2030,» от 28 января 2022 года No УП-60 «О Стратегии развития Нового Узбекистана на 2022-2026 годы,» от 8 октября 2019 года No УП-5847 «Концепция развития системы высшего образования Республики Узбекистан до 2030 года,» от 6 ноября 2020 года No УП-6108 «О мерах по развитию сфер образования, воспитания и науки в новый период развития Узбекистана,» Постановлении Президента Республики Узбекистан от 19 мая 2021 года No ПП-5117 «О мерах по поднятию на качественно новый уровень деятельности по популяризации изучения иностранных языков в Республике Узбекистан,» Постановлении Кабинета Министров Республики Узбекистан от 11 августа 2017 года No 610 «О мерах по дальнейшему совершенствованию качества преподавания иностранных языков в образовательных учреждениях,» а также в других нормативно-правовых документах, касающихся данной сферы.

Соответствие исследования приоритетным направлениям развития науки и технологий республики. Исследование выполнено в рамках приоритетного направления развития науки и технологий республики «Формирование системы инновационных идей и пути их реализации в социальном, правовом, экономическом, культурном, духовно-просветительском развитии информационного общества и демократического государства.»

Степень изученности проблемы. Ученые-психологи нашей страны М.Г.Давлетшин, Э.Г.Гозиев, М.Т.Исакова, С.Исроилджонов, В.М.Каримова, М.Г.Миличева, З.Т.Нишоновна, Б.Р.Кодиров, К.Б.Кодиров, Г.Ш.Саломова, М.Ахмедова, Ж.Джалолов, Л.Илиева, М.Абдуллаева, С.Н.Джураева, О.Хошимов, Г.Собирова, Г.Таджибаев, М.Юсупова и другие изучали различные психологические, социальные факторы, влияющие на учебную деятельность в студенческий период, в частности, вопросы мотивации, памяти, мышления, способностей в области успешного обучения иностранным языкам.

Ученые из стран Содружества Независимых Государств Д.Б. Эльконин, В.Г.Асеев, Л.И.Божович, Э.П.Ильин, И.П.Именитова, А.Н.Леонтьев, А.К.Маркова, Л.С.Выготский, Э.В.Шорохова, Н.М.Симонова и другие проводили научные исследования, изучая наиболее эффективные системные подходы к изучению проблемы мотивации и навыков владения иностранным языком из психоэмоциональных факторов успешного овладения иностранным языком.

⁴ No 312 от 19.05.2021. О мерах по эффективной организации популяризации изучения иностранных языков

В научных исследованиях зарубежных ученых-психологов В.Аткинсона, Р.Гарднера, У.Ламберта, К.Роджерса, В.Франкла, Ю.Л.Ханина и других научно исследованы проблемы диалогизации педагогического общения, духовно-нравственного превосходства и достоинства личности, его достижений в деятельности, общении и профессиональной подготовке.

Связь темы диссертации с планами научно-исследовательских работ высшего образовательного учреждения, где выполнена диссертация выполнена в соответствии с планом научно-исследовательских работ Бухарского государственного университета в рамках инновационного проекта под названием ПЗ-202005236 по теме «Создание мультимедийного продукта по дисциплине семейная психология». (2021–2022 гг).

Целью исследования является изучение психологических особенностей эмоциональных состояний студентов, проявляющихся в процессе изучения иностранных языков, и разработка необходимых рекомендаций для них.

Задачи исследования:

выявление возрастных и половых различий эмоциональных состояний, проявляющихся у студентов при изучении иностранных языков;

анализ возрастных и индивидуальных различий таких психологических показателей, как мотивация, стремление к общественному авторитету, влияющих на эмоциональную сферу у студентов, изучающих иностранные языки;

определение корреляционной взаимосвязи эмоционального состояния студентов, мотивов достижения успеха, уровня силы воли и эмоционального интеллекта в процессе изучения иностранных языков;

разработка специальной психокоррекционной программы, направленной на стабилизацию положительных эмоциональных состояний у студентов, изучающих иностранные языки, и проверка ее эффективности.

В качестве объекта исследования были выбраны психологические особенности эмоциональных состояний студентов, проявляющихся в процессе изучения иностранных языков, в исследовании приняли участие 78 студентов факультетов филологии и преподавания языков, педагогики, начального образования Бухарского педагогического университета, 160 студентов факультетов филологии, экономики, психологии и медицины Университета Маъмуна и 65 студентов Каракалпакского государственного университета, всего 303 респондента.

Предметом исследования являются психологические особенности эмоциональных состояний, проявляющихся у студентов в процессе изучения иностранных языков.

Методы исследования. В исследовании использованы методика Ч.Д.Спилбергера и Ю.Л.Ханина «Определение уровня реактивной и личностной тревожности,» методика Т.Элерса «Определение мотивации достижения успеха и избегания неудачи,» методика Н.Холла «Определение коэффициента эмоционального интеллекта,» тест Н.Н.Обозова «Оценка силы воли,» методика М.Кубышкиной «МАС,» уровень достоверности полученных результатов

подтвержден применением математико-статистических методов Колмогорова Смирнова, критерия Манна Уитни, критерия Крускала Уоллиса, коэффициента определения по критерию Уилкоксона.

Научная новизна диссертационного исследования заключается в следующем:

доказана возрастная и половая дифференциация «эмоциональной грамотности,» «управления своими эмоциями,» «эмпатии,» «понимания эмоциональных состояний других,» а также личностной тревожности, связанных с изучением языка, в соответствии с уровнем развития эмоциональных состояний, проявляющихся у студентов в процессе изучения иностранных языков;

доказано, что такие психологические показатели, как «мотивация к достижению успеха,» «желание конкурировать,» «стремление к достижению цели,» являются возрастными дифференциальными идентификаторами в процессе изучения иностранных языков студентами;

установлено, что по выражению эмоциональных состояний у студентов в процессе изучения иностранных языков шкала эмпатии у них имеет положительную связь со стремлением «достичь успеха,» отрицательную связь с состоянием «ситуативной и личностной тревожности,» а способность понимать эмоции других людей имеет положительную связь с «достижением успеха» и «силой воли»;

доказано достижение положительной стабилизации таких психологических показателей, как «реактивная тревожность,» «избегание поражения,» «достижение успеха» за счет целенаправленного воздействия на «когнитивную,» «эмоциональную,» «конативную» сферы на основе специально организованной программы, направленной на коррекцию негативных эмоциональных состояний, проявляющихся у студентов в процессе изучения иностранных языков.

Практические результаты исследования заключаются в следующем:

- разработан и применен на практике социально-психологический опросник для определения психологических особенностей эмоциональных состояний студентов, проявляющихся в процессе изучения иностранных языков;

- на основе выявления психологических особенностей эмоциональных состояний, проявляющихся у студентов в процессе изучения иностранных языков, разработаны методические указания и практические рекомендации для развивающей программы по регулированию и развитию положительных эмоциональных состояний;

- в целях стабилизации и развития положительных психоэмоциональных состояний, возникающих у студентов, изучающих иностранные языки, была подтверждена эффективность психокоррекционной программы и внедрена в учебную деятельность преподавателей и студентов.

Достоверность результатов исследования объясняется достаточной репрезентативностью респондентов исследования; анализом полученных эмпирических количественных показателей с использованием надежных методов математической статистики; научной обоснованностью результатов

исследования, изучением их с использованием международно признанных методик, теоретическим обоснованием эмпирических исследований и корреляционной обработкой полученных результатов с использованием точных математико-статистических методов и программ обработки данных «MS EXCEL,» «SPSS 20» и психологической интерпретацией на этой основе, внедрением выводов, предложений, рекомендаций в практику; выбором учреждений в различных регионах в качестве исследовательской площадки; обсуждением полученных результатов среди широкой научной общественности.

Научная и практическая значимость результатов исследования.

Выделено положительное и отрицательное влияние эмоциональных состояний, проявляющихся в процессе изучения иностранных языков, на их усвоение, а также взаимосвязь этих факторов. Научные выводы указывают на возможность развития методов изучения иностранных языков на основе учета психоэмоциональных состояний обучающихся.

Практическая значимость результатов диссертации определяется тем, что теоретические обобщения и анализы в работе могут быть использованы при подготовке учебных пособий, учебников по психологии, психолингвистике и психологии изучения иностранных языков, совершенствовании психологических словарей с определением педагогических и психологических факторов, отражающих психоэмоциональные состояния, возникающие у студентов в процессе изучения иностранных языков.

Внедрение результатов исследования: на основе научного исследования, проведенного по теме психологических особенностей эмоциональных состояний, проявляющихся у студентов в процессе изучения иностранных языков:

в соответствии с уровневым выражением эмоциональных состояний, проявляющихся в процессе изучения языка у студентов, изучающих иностранные языки, они испытывают ситуативные и личностные тревожные состояния, связанные с иностранными языками, а также предложения по доказательству возрастных и гендерных дифференциаций показателей эмоционального интеллекта «Психология онтагенеза. Дифференциальная психология.» (Справка Учебно-научного центра психологии при Ташкентском государственном педагогическом университете от 10 декабря 2024 г. No РМ-271а). В результате достигнуто научное исследование дифференциальной дифференциации эмоциональных состояний студентов, изучающих иностранные языки, в процессе изучения языка в зависимости от возрастных и гендерных особенностей;

в соответствии с проявлением эмоциональных состояний в процессе изучения иностранных языков у студентов, изучающих иностранные языки, у них выявлены мотивы достижения успеха и избегания неудачи, волевые процессы и стремление к общественному авторитету, наличие дифференциальных различий в возрастном, гендерном и курсовом разрезе в характеристиках достижения успеха. Дифференциальная психология.» (Справка Учебно-научного центра психологии при Ташкентском государственном

педагогическом университете от 10 декабря 2024 г. No PM-271a). В результате достигнуто научное исследование дифференциальной дифференциации эмоциональных состояний студентов в процессе изучения иностранных языков в зависимости от возрастных и половых особенностей;

по проявлению эмоциональных состояний в процессе овладения иностранными языками у студентов, изучающих иностранные языки, выявлено, что у них тревожность, связанная с ситуацией, положительно связана со свойством «Эмоциональной грамотности,» а «Управление своими эмоциями,» «Способность к самомотивации,» «Эмпатия» и «Способность знать эмоциональные состояния других» отрицательно связаны с ситуацией и состоянием личной тревожности, а также силы воли положительно связаны с мотивом «Достижения успеха.» Дифференциальная психология.» (Справка Учебно-научного центра психологии при Ташкентском государственном педагогическом университете от 10 декабря 2024 г. No PM-271a). В результате созданы условия для определения корреляционной связи эмоциональных состояний, проявляющихся у студентов в процессе изучения иностранных языков, с мотивацией;

применение специальной программы психологического развития у студентов навыков оценки и управления своими эмоциями при проявлении эмоциональных состояний, проявляющихся в процессе изучения иностранных языков, «Эмоциональная грамотность,» «Управление своими эмоциями,» «Самомотивация» и данные по доказательству того, что можно добиться снижения реактивной тревожности в процессе изучения иностранных языков «Психология онтогенеза. Дифференциальная психология.» (Справка Учебно-научного центра психологии при Ташкентском государственном педагогическом университете от 10 декабря 2024 г. No PM-271a). В результате удалось разработать специальную психокоррекционную программу для обеспечения эффективной психологической подготовки студентов в процессе изучения иностранных языков и определить ее эффективность.

Апробация результатов исследования. Результаты данного исследования были представлены на 2 международных и 3 республиканских научно-практических конференциях и проанализированы научным сообществом.

Публикация результатов исследования. По теме диссертации опубликовано всего 10 научных работ, в том числе 5 статей в научных изданиях, рекомендованных Высшей аттестационной комиссией Республики Узбекистан для публикации основных научных результатов диссертаций, из которых 4 опубликованы в республиканских и 1 в зарубежном журнале.

Структура и объем диссертации. Исследовательская работа состоит из введения, трех глав, заключения и рекомендаций, списка использованной литературы и приложений. Объем диссертации составляет 129 страниц.

ОСНОВНОЕ СОДЕРЖАНИЕ ДИССЕРТАЦИИ

Во **введении** диссертации обоснованы актуальность и востребованность темы диссертации, охарактеризованы цель и задачи, объект и предмет исследования, показано соответствие приоритетным направлениям развития науки и технологий республики. Показано соответствие работы приоритетным направлениям развития науки и технологий республики, изложены научная новизна и практические результаты исследования, раскрыта научная и практическая значимость полученных результатов, приведены сведения о внедрении результатов исследования в практику, опубликованных работах и структуре исследования.

В первой главе диссертации, озаглавленной **«Освещение научных источников об эмоциональных состояниях, проявляющихся у студентов при изучении иностранных языков»**, приводятся сведения о том, что при изучении иностранных языков недостаточно одних только способностей, высокий уровень желаний и мотивации увеличивает скорость усвоения языка и повышает интерес, изучение иностранного языка имеет такие психологические преимущества, как когнитивное развитие человека, улучшение памяти и внимания, снижение стресса и профилактика деменции. В частности, подробно освещается важность исследования психологических особенностей эмоциональных состояний, проявляющихся у студентов в процессе изучения иностранных языков. На основе теоретического анализа рассмотрены психологические аспекты роли и этапов развития эмоций в изучении иностранных языков в современных психологических исследованиях.

В научных исследованиях зарубежных ученых, таких как С.Харджоно, Х.Кларк, Гарднер, Ламберт, А.Л.Леонтьев, И.А.Зимняя, В.Н.Мясищев, Паригин, Шакуров, И.Ф.Гербарт, С.Шехтер, Р.Пекрун, Ш.Шоайб, З.Дорнье, В.Ипатова, Ж.М.Девале, Б.Макинтер, Р.Пишгадам, К.Шерер и других по психологическим особенностям эмоциональных состояний, проявляющихся у студентов в процессе изучения иностранных языков, проанализированы исследования по выявлению уровня тревожности, возникающей у студентов в процессе изучения иностранных языков, и борьбе с ней, а также по развитию таких качеств, как сила воли, мотивация к достижению успеха, уровни эмоциональной осведомленности, умение проявлять свои эмоции, коммуникативные навыки

Проведенный теоретико-научный анализ показал, что проблема в рамках выбранной темы сегодня чрезвычайно актуальна для развития и развития педагогико-психологической науки.

Анализ изученной научной литературы показывает неизбежность эмпирического изучения системы социально-психологических факторов, непосредственно влияющих на психологические особенности эмоциональных состояний, проявляющихся у студентов университетов в процессе изучения иностранных языков, и формирования научных выводов на основе результатов этого изучения и разработки практических рекомендаций, важных для психологов, педагогов, студентов.

Во второй главе диссертации, озаглавленной «**Эмпирическое изучение эмоциональных состояний, проявляющихся у студентов, изучающих иностранные языки,**» отражены теоретико-методологические основы психологического исследования эмоциональных состояний, проявляющихся у студентов, изучающих иностранные языки, общее описание использованных методик и порядок их проведения. Также особое внимание уделяется вопросу взаимной совместимости, дифференциальных различий и взаимозависимости уровней развития, проявляющихся в психологических особенностях эмоциональных состояний студентов, проявляющихся в процессе изучения иностранных языков, таких как тревожность, мотивация достижения успеха, мотивация избегания неудачи, сила воли, эмоциональная осведомленность, управление своими эмоциями, способность мотивировать себя, эмпатия, способность понимать эмоциональные состояния других, стремление к общественному авторитету, стремление к конкуренции, стремление к достижению цели.

В качестве методологической основы методов, использованных в исследовании, были взяты научные и методологические работы таких ученых, как Дж.В.Аткинсон, В.Н.Мясишев, П.В.Симонов, Г.Оллпорт, Б.Г.Ананьев, Л.С.Выготский, А.Н.Леонтьев, В.В.Давыдов, С.Л.Рубинштейн, П.Я.Гальперин.

При организации исследовательской работы были использованы социально-психологический опросник среди студентов специальности и других направлений, изучающих иностранные языки, опросник Н.Н.Обозова «Оценка силы воли,» методика Н.Холла «Определение коэффициента эмоционального интеллекта,» методика Т.Элерса «Определение мотивации достижения успеха и избегания неудачи» и «Мотивация избегания неудачи,» методика Ч.Д.Спилбергера и Ю.Л.Ханина «Определение уровня реактивной и личностной тревожности,» опросник М.Кубышкиной «МАС.»

В исследовании были отобраны в общей сложности 303 респондента из 78 студентов Бухарского педагогического университета, 160 студентов Университета Маъмуна и 65 студентов Каракалпакского государственного университета. Для достижения цели исследования, опираясь на вышеуказанные методологические основы, был проведен социально-психологический опрос студентов.

Ниже приведены результаты методики определения «Коэффициента эмоционального интеллекта» Н.Холла.

В то же время наблюдались достоверные различия по шкале «Управление своими эмоциями» ($U=9564,000$; $p<0,001$) и были выше у студентов 18-21 года по сравнению со студентами 22-30 лет, в период изучения иностранных языков юноши и девушки 18-21 года отличаются более легкой и высокой уверенностью в будущем, большим количеством целей, потому что в этот период уровень тревожности у них, то есть низкий уровень страхов, связанных с будущей работой, может быть причиной того, что они не испытывают трудностей в управлении своими эмоциями. Умение управлять своими эмоциями, в свою очередь, повышает уверенность в себе, и это важно для студентов, изучающих

иностранные языки, поэтому среди юношей и девушек в возрасте 18-21 года большинство успешно получили языковые сертификаты.

Таблица 1

Результаты методики определения «Коэффициента эмоционального интеллекта» в возрастном разрезе студентов, изучающих иностранные языки (критерий Манна-Уитни, n=303)

Шкалы	Возрастная группа	N	Средний цвет	U	p
Эмоциональная осведомленность	18-21 лет	165	136,91	8950,500	,003**
	22-30 лет	138	165,69		
Управление собственными эмоциями	18-21 лет	57	159,33	9564,000	,038**
	22-30 лет	246	138,82		
Способность к самомотивации	18-21 лет	57	143,98	10103,000	,180
	22-30 лет	246	157,21		
Эмпатия	18-21 лет	57	140,48	9531,500	,034*
	22-30 лет	246	161,42		
Способность знать эмоциональные состояния других	18-21 лет	57	137,47	9041,000	,005**
	22-30 лет	246	165,02		

Примечание: ** $p \leq 0,01$

По шкале «Эмпатия» ($U=9531,500$; $p \leq 0,01$) у студентов в возрасте 22-30 лет выше, чем у студентов в возрасте 18-21 года, студенты в возрасте 22-30 лет умеют выслушивать проблемы, тревоги других, очень чувствительны к эмоциональным потребностям других, способны понять чужие чувства, даже если они не выражаются открыто. Они узнают настроение людей по выражению их лиц, узнают боль других людей, общаясь с ними, и могут адаптироваться к настроениям других.

Согласно результатам исследования, по шкале «способность понимать эмоциональные состояния других» ($U=9041,000$; $p \leq 0,001$) студенты в возрасте 22-30 лет лучше понимают эмоциональные состояния других, чем студенты в возрасте 18-21 года, и эта способность сформировалась на относительно высоком уровне в этом возрастном диапазоне. Это может способствовать повышению успешного социального общения и гибкости в личной и профессиональной жизни.

В исследовании была проанализирована методика Спилбергера-Ханина «Определение уровня реактивной и личностной тревожности» в разрезе пола и оценена эффективность данного метода, результаты которого приведены ниже.

Таблица 2

Результаты методики «Определение уровня реактивной и личностной тревожности» в разрезе пола студентов, изучающих иностранные языки (критерий Манна-Уитни, n=303)

Шкала	Пол	N	Средний ранг	U	P
Состояние реактивной тревоги	Парни	57	148,03	6693,500	,741
	Девушки	246	152,29		
Состояние личного тревоги	Парни	57	109,42	4531,500	,000***
	Девушки	246	161,08		

Примечание: *** $p \leq 0,001$

Согласно приведенной выше таблице, по достоверным различиям выявлено, что состояние личностной тревожности выше у студенток ($U=4531,500$; $p \leq 0,001$). Одной из основных причин высокой личной тревожности у студенток является наличие некоторых ограничений в наших ценностях для девушек (таких как неспособность ходить по улицам с наступлением темноты, неспособность выезжать за границу, выполнение тяжелых работ), которые прививаются с детства, и эти ситуации могут стать причиной повышения личной тревожности, возникающей при изучении иностранных языков.

Таблица 3

Результаты методики «Определение мотивации достижения успеха и избегания неудачи» в возрастном разрезе студентов, изучающих иностранные языки (критерий Манна-Уитни, n=303)

Шкала	Возрастная группа	N	Средний ранг	U	p
Мотивация к достижению успеха	18-21 лет	165	139,51	9374,500	,020**
	22-30 лет	138	162,57		
Мотивация избегания поражения	18-21 лет	165	157,36	9885,000	0,104
	22-30 лет	138	141,18		

Примечание: ** $p \leq 0,01$

По сравнению с юношами, мы можем наблюдать, что девушки, независимо от того, насколько хорошо они знают иностранные языки, испытывают трудности с получением взглядов и даже согласия членов семьи на обучение и работу за границей, поэтому уровень тревожности и страха, оставшийся у студенток с юности, приводит к увеличению вышеуказанных случаев личной тревожности.

Результаты исследования показывают, что у студентов в возрасте 22-30 лет мотивация к достижению успеха сформирована на значительно более высоком уровне, чем у студентов в возрасте 18-21 года. Студенты старшего возраста обычно проходят больше испытаний в процессе обучения и жизненного опыта, и у них наблюдается высокий уровень уверенности в себе. Также студенты в возрасте 22-30 лет, особенно студенты, изучающие иностранные языки и обучающиеся на старших курсах, отличаются сильной волей к достижению поставленных целей и стремлением к успеху. В этой возрастной группе наблюдается повышенная способность к принятию решений и способность преодолевать препятствия, с которыми они сталкиваются.

Проанализированы результаты методики «МАС» в возрастном разрезе студентов, изучающих иностранные языки, результаты которых приведены ниже.

Таблица 4

Результаты методики «МАС» в возрастном разрезе студентов, изучающих иностранные языки (критерий Манна-Уитни, n=303)

Шкала	Возрастная группа	N	Средний ранг	U	p
Стремление к социальному престижу	18-21 лет	165	144,03	10110,500	,184
	22-30 лет	138	157,16		
Желание соревноваться	18-21 лет	57	168,68	8039,500	,000**
	22-30 лет	246	127,61		
Стремление к достижению цели	18-21 лет	57	131,83	8122,500	,000**
	22-30 лет	246	171,78		

Примечание: *** $p \leq 0,001$

Основываясь на данных, представленных в таблице, по шкале «Конкурентное желание» наблюдались достоверные различия ($U=8039,500$; $p \leq 0,001$), то есть желание к конкуренции выше у студентов 18-21 года по сравнению со студентами 22-30 лет. В этот период студенты, только поступившие в университет, стараются воспользоваться его возможностями, не отставать от своих однокурсников, стать выдающимися учениками своих учителей, и это особенно заметно при изучении иностранных языков. Поскольку в настоящее время у студентов, имеющих сертификат о знании иностранного языка, есть дополнительные возможности в университетах, у студентов, изучающих иностранные языки, будет высокое желание конкурировать с целью

получения дополнительных преимуществ и превзойти своих однокурсников. В этот период студенты, изучающие иностранный язык, всегда стремятся быть впереди других и добиваться хороших результатов, и для них очень важно, что их результаты лучше, чем у других, успех других мотивирует и активизирует их больше всего.

По шкале «Стремление к достижению цели» наблюдались достоверные различия ($U=8122,500$; $p\leq 0,001$), стремление к достижению цели было выше у студентов 22-30 лет по сравнению со студентами 18-21 года. Студенты этого возраста готовы работать изо всех сил, чтобы превзойти своих конкурентов, потому что они действуют, чувствуя, что этот период является одним из важных шагов для будущей карьеры. Понимая, что изучение иностранного языка и получение международного сертификата - залог успеха в карьере, они ставят перед собой четкие цели.

Исходя из задачи исследования, были рассмотрены коэффициенты корреляции между шкалами методики «Определение мотивации достижения успеха и избегания поражения» и «Определение коэффициента эмоционального интеллекта,» результаты представлены в таблице ниже.

Таблица 5

Корреляционная связь между шкалами методики «Определение мотивации достижения успеха и избегания неудачи» и «Определение коэффициента эмоционального интеллекта» (по Спирмену, $n=303$)

Коэффициент эмоционального интеллекта	Мотивация к успеху	Мотивация избегания поражения
Эмоциональная осведомленность	,081	,109
Управление собственными эмоциями	,077	,025
Способность к самомотивации	,071	,085
Эмпатия	,158**	,092
Способность знать эмоциональные состояния других	,117*	-,003

Примечание: * - $p\leq 0,05$

По шкалам «Мотивация к достижению успеха» и «Эмпатия» выявлена положительная корреляция ($r=,158$; $p\leq 0,01$). Эмпатия повышается за счет высокой мотивации к достижению успеха, то есть мы видим, что люди с высокой

мотивацией обычно более чувствительны к эмоциям окружающих, что служит повышению эффективности в социальных отношениях.

Шкалы «Мотивация к достижению успеха» и «Способность познавать эмоциональные состояния других» имеют положительную корреляцию ($r=,117$; $p \leq 0,01$), и способность человека понимать других, сопереживать им и понимать эмоциональные состояния формируется вместе со стремлением к успеху. Эти результаты показывают, что для личного и профессионального успеха необходимо развивать эмоциональный интеллект в интеграции с мотивацией. Основываясь на результатах, важно уделять внимание не только академическим достижениям в образовательном процессе, но и развитию эмоционального интеллекта студентов.

Анализ и результаты коэффициентов корреляции между шкалами методики «Оценка силы воли» и методики «Определение коэффициента эмоционального интеллекта» у студентов, изучающих иностранные языки, представлены в таблице ниже.

Таблица 6

Корреляционная связь между шкалами методики «Оценка силы воли» и методики «Определение коэффициента эмоционального интеллекта» (по Спирмену, $n=303$)

Коэффициент эмоционального интеллекта	Оценка силы воли
Эмоциональная осведомленность	,024
Управление собственными эмоциями	-,050
Способность к самомотивации	-,085
Эмпатия	,046
Способность знать эмоциональные состояния других	,354**

Примечание:** - $p \leq 0,01$

Исходя из целей и задач нашего исследования, при анализе корреляционной взаимосвязи между «Оценкой силы воли» и «Коэффициентом эмоционального интеллекта» студентов, изучающих иностранные языки, шкала «Оценка силы воли» и «Способность познавать эмоциональные состояния других» имеют положительную корреляцию ($r=0,354$; $p \leq 0,01$), эти два фактора усиливают друг друга. Для студентов, изучающих иностранные языки, высокая сила воли является важным источником не только академического успеха, но и социального и эмоционального развития. Способность преодолевать препятствия в процессе изучения языка, то есть развитие силы воли, позволяет студентам глубже понимать эмоции других, повышать свой эмоциональный

интеллект, что создает основу для их будущих профессиональных и личностных успехов.

Ниже приведены таблица и результаты корреляционного анализа между шкалами методики «Изучение шкал реактивной и личностной тревожности» и методики определения «Коэффициента эмоционального интеллекта.»

«Состояние реактивной тревожности» и «управление своими эмоциями» ($r=-,149$; $p\leq 0,01$), «способность к самомотивации» ($r=-,118$; $p\leq 0,01$), «эмпатия» ($r=-,139$; $p\leq 0,01$), «способность познавать эмоциональные состояния других» ($r=-,136$; $p\leq 0,01$) отрицательно коррелируют со шкалами, и по мере повышения уровня реактивной тревожности снижаются такие способности студентов, как управление своими эмоциями, внутренняя мотивация, самостимуляция, постановка конкретных целей, их достижение, правильное понимание психического состояния окружающих людей. Потому что люди, склонные к тревоге, испытывают трудности с контролем своих эмоций в стрессовых ситуациях.

Таблица 7

Корреляционная связь между шкалами методики «Определение уровня реактивной и личностной тревожности» и методики «Определение коэффициента эмоционального интеллекта» (по Спирмену, $n=303$)

Коэффициент эмоционального интеллекта	Состояние реактивной тревоги	Состояние личной тревоги
Эмоциональная осведомленность	,163**	-,088
Управление собственными эмоциями	-,149*	-,175**
Способность к самомотивации	-,118*	-,218**
Эмпатия	-,139*	-,114*
Способность знать эмоциональные состояния других	-,136*	-,122*

Примечание: * - $p\leq 0,05$; ** - $p\leq 0,01$

Шкалы «состояние личностной тревожности» и «управление своими эмоциями» ($r=-,175$; $p\leq 0,01$), «способность к самомотивации» ($r=-,218$; $p\leq 0,01$), «эмпатия» ($r=-,114$; $p\leq 0,01$), «способность познавать эмоциональные состояния других» ($r=-,122$; $p\leq 0,01$) имеют отрицательную корреляцию, и у студентов с высоким уровнем личностной тревожности меньше способностей и возможностей управлять своими эмоциями, самомотивация, внутренняя мотивация, эмпатия к другим, эмоциональная связь с другими и правильное понимание их настроения.

В третьей главе исследования, озаглавленной «**Программные основы коррекции негативных эмоциональных состояний, возникающих у студентов при изучении иностранных языков,**» приведены описание программы тренинга по коррекции и развитию эмоциональных состояний,

проявляющихся у студентов при изучении иностранных языков, модель развития и результаты после психокоррекционного тренинга. При выборе методов и упражнений, используемых в развивающей тренинговой программе, также уделялось внимание их методологическим основам. В частности, при составлении программы использовались индивидуальный (психогимнастический), бихевиоральный (поведенческий), гуманистический (коллективный), экзистенциальный, когнитивный подходы, а также современные методы повествования, терапии, психодрамы.

Развивающая психологическая программа, направленная на повышение психологических эмоций студентов, изучающих иностранные языки, то есть силы воли при изучении языка, мотивации к достижению успеха, снижение уровня тревожности в этом процессе и нормализацию их эмоционального состояния, называется «Стабилизация положительных эмоциональных состояний при изучении иностранных языков,» и эта программа состоит из 8 занятий с особыми целями, которые ведут к общему развитию качеств, необходимых для изучения иностранного языка. Программа рассчитана на два месяца, и каждое занятие имеет свою цель и ожидаемые результаты.

В психологической программе «Стабилизация положительных эмоциональных состояний при изучении иностранных языков,» разработанной для развития необходимых психологических особенностей у студентов филологического направления, изучающих иностранные языки, приняли участие в общей сложности 26 студентов с первого по четвертый курс, обучающихся по данному направлению. Программа реализовывалась в течение двух месяцев.

Доказана необходимость воздействия посредством игровых технологий для развития психологических особенностей эмоциональных состояний, проявляющихся у студентов в процессе изучения иностранных языков. Исходя из данной развивающей программы, проводимой у студентов, изучающих иностранные языки, была разработана психологическая модель развития психологических особенностей эмоциональных состояний, проявляющихся у студентов в процессе изучения иностранных языков (см. рисунок 1).

В приведенной ниже таблице (рис. 1) представлена модель развития психологических особенностей эмоциональных состояний, проявляющихся у студентов в процессе изучения иностранных языков, для проведения которой у испытуемых, в основном, механизм работы осуществляется с помощью психотехники и упражнений, охватывающих все аспекты этих возрастных этапов. Модель развития психологических особенностей эмоциональных состояний, проявляющихся у данных студентов в процессе изучения иностранных языков, характеризует развитие психологических навыков, необходимых при изучении иностранных языков, на основе последовательного подхода. Модель включает в себя пять основных психологических компонентов, каждый из которых направлен на повышение эффективности обучающихся в процессе овладения иностранным языком.

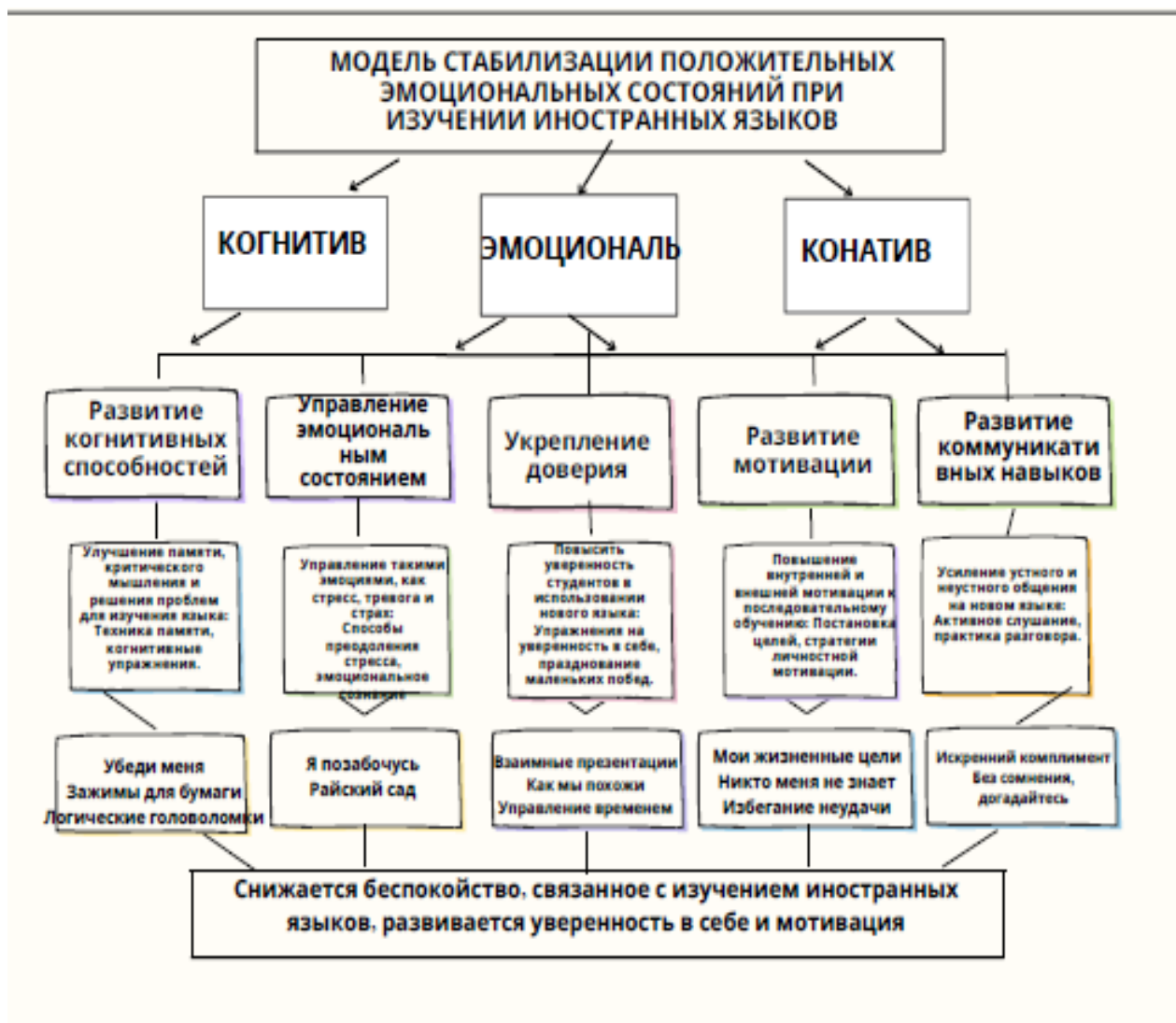


Рисунок 1 Модель «Стабилизация положительных эмоциональных состояний при изучении иностранных языков»

1. Компонент управления эмоциональным состоянием направлен на управление негативными эмоциональными состояниями обучающихся, такими как стресс, тревога и страх. Стресс и тревога, возникающие в процессе изучения языка, могут негативно сказаться на эффективности обучения. Поэтому внедряются методы снижения стресса (например, дыхательные упражнения, практики сознательности) и методы развития эмоционального сознания. Эти навыки помогают обучающимся справляться со стрессом и улучшают их мотивацию и работоспособность.

2. Развитие мотивации является одним из основных факторов овладения иностранным языком. Этот этап включает в себя механизмы повышения внутренней и внешней мотивации. Внутренняя мотивация возникает на основе личной потребности и интереса к изучению языка. Внешняя мотивация обеспечивается посредством стимулирования, постановки целей и оценки достижений. Для укрепления мотивации необходимо четко ставить цели,

планировать личностный рост и использовать эффективные стратегии мотивации.

3. Укрепление уверенности предполагает повышение уверенности студентов в себе при общении с использованием иностранного языка. Для этого используются упражнения на уверенность в себе, то есть методы укрепления уверенности и позитивного мышления путем признания своих успехов и празднования небольших достижений - не бояться ошибок и воспринимать их как возможность учиться. Укрепление веры побуждает учащихся быть более активными и применять новые языковые знания на практике.

4. Компонент развития когнитивных способностей включает в себя развитие когнитивных процессов, т.е. способностей к запоминанию, критическому мышлению и решению проблем. В процессе изучения языка используются техники памяти с целью усиления способности к хранению и запоминанию информации (например, ассоциативное обучение, мнемонические методы). Упражнения на критическое мышление эффективно используются для анализа полученных знаний и повышения способности применять их в различных ситуациях. Развитие когнитивных способностей делает процесс усвоения языка более эффективным и последовательным.

5. Совершенствование коммуникативных навыков является основной целью изучения иностранного языка и направлено на развитие навыков устного и невербального общения. В целях повышения понимания нового языка и эффективности общения необходимо усилить практику активного слушания и беседы, способность изучающих язык использовать язык в реальных ситуациях.

Таблица 8

Результаты после коррекции по изучению шкал реактивной и личностной тревожности студентов, изучающих иностранные языки (Определение по критерию Уилкоксона, n=26)

		N	Средний ранг	Сумма рангов	W	P
Состояние реактивной тревоги	Снижен	16	11,41	182,50	-3,567	0,000***
	Повышен	4	2,50	7,50		
	Не изменен	6				
Состояние личной тревоги	Снижен	10	8,56	68,50	-1,656	0,098
	Повышен	5	4,50	22,50		
	Не изменен	11				

Примечание: ***- $p \leq 0,001$;

После завершения программы, с целью определения ее эффективности, были повторно проведены методики Спилбергера-Ханина «Исследование шкалы личностной и реактивной тревожности,» Т.Элерса «Определение мотивации к достижению успеха и избеганию поражения» и Н.Холла «Определение коэффициента эмоционального интеллекта.» В таблице ниже представлены

результаты, полученные по методике Спилбергера-Ханина «Исследование личностных и реактивных шкал тревожности.»

Стимулируя положительные эмоции и корректируя отрицательные эмоции у студентов, изучающих иностранные языки, можно контролировать и развивать у них эмоциональные состояния, возникающие в процессе изучения языка. В этом процессе студентам помогают подавать положительный пример и поощрять их достижения, управлять своими эмоциями, укреплять мотивацию к достижению успеха и развивать эмоциональный интеллект.

Благодаря этой области студенты учатся правильно общаться, что помогает им выражать свои чувства, устанавливать взаимоотношения с другими и принимать правильные решения в социальных ситуациях. В результате у студентов развивается уважение к другим студентам, умение понимать эмоциональные состояния других, осознавая свои собственные эмоции, снижается уровень тревожности за счет развития силы воли и мотивации к достижению успеха из качеств, необходимых для изучения языка.

В рамках исследования изучены коррекционные и последующие результаты студентов разного возраста, изучающих иностранные языки, по шкалам «реактивная и личностная тревожность,» и было показано, что после коррекционного процесса существуют значительные различия. В частности, выявлены положительные различия по шкале реактивной тревожности ($W=-3,567$; $p\leq 0,001$), что означает снижение уровня реактивной тревожности после коррекции. Данный результат подтверждает эффективность методов психологического вмешательства и коррекции. Коррекционные меры, направленные на снижение уровня тревожности, оказались эффективными, студенты стали более устойчивыми к стрессу и имели возможность действовать более уверенно в процессе изучения языка.

Таблица 9

Результаты после коррекции по «Определению мотивации достижения успеха и избегания поражения» у студентов разного возраста, изучающих иностранные языки
(определение по критерию Уилкоксона, $n=26$)

		N	Средний ранг	Сумма рангов	W	p
Мотивация избегания поражения	Снижен	5	3,40	17,00	-3,056 ^c	0,002***
	Понижен	17	13,88	236,00		
	Не изменен	4				
Мотивация к достижению успеха	Снижен	2	2,00	4,00	-3,208 ^c	0,001***
	Понижен	17	10,94	186,00		
	Не изменен	7				

Примечание: ***- $p\leq 0,001$;

В таблице 9 представлен анализ результатов методики Т.Элерса «Выявление мотивации к достижению успеха и избеганию поражения» до и после тренинга.

Таблица 10

Результаты после коррекции по определению коэффициента эмоционального интеллекта студентов разного возраста, изучающих иностранные языки (определение по критерию Уилкоксона, n=26)

		N	Средний ранг	Сумма рангов	W	p
Эмоциональная осведомленность	Снижен	5	3,40	17,00	-3,583	0,000***
	Повышен	17	13,88	236,00		
	Не изменен	4				
Управление собственными эмоциями	Снижен	2	2,00	4,00	-3,679	0,000***
	Повышен	17	10,94	186,00		
	Не изменен	7				
Самомотивация	Снижен	3	3,00	9,00	-3,477	0,001***
	Повышен	16	11,31	181,00		
	Не изменен	7				
Эмпатия	Снижен	2	4,50	9,00	-2,156	0,031*
	Повышен	9	6,33	57,00		
	Не изменен	15				
Способность знать эмоциональные состояния других	Снижен	1	2,50	2,50	-3,158 ^c	0,002**
	Повышен	14	7,88	102,50		
	Не изменен	11				

Примечание: ** - $p \leq 0,01$; *** - $p \leq 0,001$;

У студентов разного возраста, изучающих иностранные языки, выявлены положительные различия в показателях шкалы «Мотивация избегания неудачи» ($W = -3,056$; $p \leq 0,001$) и шкалы «Определение мотивации достижения успеха» ($W = -3,208$; $p \leq 0,001$) и, согласно результатам исследования, проведение занятий, развивающих психологические особенности эмоциональных состояний, проявляющихся у студентов в процессе изучения иностранных языков, то есть развитие у студентов необходимых навыков для изучения иностранного языка, таких как воля, эмпатия, общительность, мотивация, стремление к цели, развитие интеллекта, управление своими эмоциями, умение положительно влиять на других, анализ и управление своими мыслями, действиями, уровнями тревожности, приводит к развитию психологических особенностей

эмоциональных состояний, проявляющихся у студентов в процессе изучения иностранных языков.

Наблюдались статистические различия между результатами после коррекции по определению коэффициента эмоционального интеллекта студентов разного возраста, изучающих иностранные языки. Эмоциональная грамотность играет важную роль в изучении иностранных языков, помогая студентам осознавать и управлять своими эмоциями. Из этого следует, что студенты, умеющие контролировать свои эмоции, устойчивы к стрессу и тревоге, способны адаптироваться к процессу, в то же время самомотивация сохраняет мотивацию и обеспечивает преемственность, что позволяет добиваться лучших результатов в изучении иностранных языков. Понимание эмпатии и эмоций других усиливает социальное общение и способствует более активному участию в изучении языка. Поэтому развитие эмоциональных аспектов имеет важное значение в повышении языковой компетенции.

Таким образом, психологические особенности эмоциональных состояний студентов в процессе изучения иностранных языков существенно влияют на эффективность их обучения и мотивацию к изучению языка. Изучение иностранного языка - это сложный психологический процесс, который может вызвать у студента различные чувственные и эмоциональные состояния. Эти состояния, в свою очередь, могут привести к успеху или неудаче в процессе изучения языка.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

По результатам диссертационного исследования на тему «Психологические особенности эмоциональных состояний, проявляющихся у студентов в процессе изучения иностранных языков» сформулированы следующие выводы:

1. Эмоциональные состояния студентов, проявляющиеся в процессе изучения иностранных языков, оказывают значительное влияние на их мотивацию к изучению языка;

2. В результате целенаправленного воздействия на «когнитивную», «эмоциональную» и «конативную» сферы в рамках специально разработанной программы удалось достичь положительной стабилизации таких психологических показателей, как «реактивная тревожность», «избегание неудачи» и «стремление к успеху», проявляющихся у студентов в процессе изучения иностранных языков в виде негативных эмоциональных состояний;

3. В процессе изучения иностранных языков было установлено, что шкала эмпатии у студентов имеет положительную связь со стремлением «достичь успеха» и отрицательную связь с состоянием «ситуативной и личностной тревожности.» При этом способность распознавать эмоции других людей положительно коррелирует с «достижением успеха» и «силой воли,» что подтверждается выражением эмоциональных состояний учащихся;

4. В соответствии с уровнем развития эмоциональных состояний, проявляющихся у студентов в процессе изучения иностранных языков, были выявлены возрастные и гендерные различия в «эмоциональной грамотности,» «управлении собственными эмоциями,» «эмпатии,» «понимании эмоциональных состояний других,» а также в уровне личностной тревожности, связанной с изучением языка;

5. Эмпирически и практически обосновано, что у студентов, изучающих иностранные языки, можно добиться усиления мотивации к достижению успеха путем применения специальной психокоррекционной программы и психокоррекционных упражнений, направленных на снижение тревожности, связанной с ситуацией изучения языка;

6. Доказано, что в процессе изучения иностранных языков студентами такие психологические показатели, как «мотивация к достижению успеха,» «желание конкурировать,» «стремление к достижению цели,» имеют возрастную дифференциальную идентичность.

Согласно выводам диссертационного исследования на тему «Психологические особенности эмоциональных состояний, проявляющихся у студентов в процессе изучения иностранных языков» целесообразно дать следующие **практические рекомендации**:

1. Студенты в процессе изучения иностранных языков часто могут испытывать социальную опасность, выражая себя и выступая перед другими. Ошибки или неточности в речи могут вызывать у них беспокойство, что может привести к отходу от социального взаимодействия. Чтобы справиться с этой ситуацией, необходимо создать безопасную и поддерживающую среду и научить правильно оценивать свои ошибки.

2. Изучение иностранного языка у студентов требует не только когнитивного процесса (заучивание новых слов, изучение грамматических правил), но и создает высокий уровень эмоциональной нагрузки. Чтобы преодолеть эмоциональное напряжение и усталость, необходимо использовать методы, которые помогают снизить необходимый отдых и стресс (например, медитация, управление временем).

3. Мотивация играет важную роль в процессе изучения иностранных языков у студентов, и из-за искреннего желания подходить к изучению языка целесообразно сосредоточиться на развитии внутренней мотивации, поскольку внутренняя мотивация приводит к долгосрочному успеху, а внешняя мотивация - к краткосрочному и часто к повышению уровня стресса студента.

4. Взаимодействие членов группы при изучении иностранных языков напрямую влияет на эмоциональное состояние студентов. Следует применять психологическое воздействие, учитывая, что положительные отношения в группе, взаимопомощь, сотрудничество, обмен успехами и взаимная поддержка способствуют повышению мотивации и уверенности студентов, а также помогают снизить тревожность.

5. Установление реалистичных и достижимых по масштабу целей в процессе изучения иностранных языков необходимо для создания ощущения успеха, что способствует поддержанию мотивации к изучению языка путем воздействия на усиление положительных эмоций студента.

**SCIENTIFIC COUNCIL PhD.03/30.12.2021.P.26.02 ON AWARD OF
SCIENTIFIC DEGREE OF DOCTOR OF SCIENCES AT UZBEKISTAN
NATIONAL PEDAGOGICAL UNIVERSITY NAMED AFTER NIZAMI**

BUKHARA STATE UNIVERSITY

RUZMETOVA ZILOLAKHON DILMURADOVNA

**PSYCHOLOGICAL CHARACTERISTICS OF EMOTIONAL STATES
EXPRESSED BY STUDENTS IN THE PROCESS OF STUDYING FOREIGN
LANGUAGES**

19.00.06 - Age and educational psychology. Developmental psychology

**ABSTRACT OF THE DISSERTATION OF THE DOCTOR OF
PHILOSOPHY (PhD) IN PSYCHOLOGICAL SCIENCES**

Tashkent – 2025

The theme of the of doctoral dissertation (PhD) was registered at the Supreme Attestation Commission of the Republic of Uzbekistan under № B2024.4.PhD/P1112

The dissertation was carried out at Bukhara State University.

The dissertation abstract is published on the website of the Scientific Council (www.tdpu.uz) and on the Ziyonet Information Portal at (www.ziyonet.uz) in three language (Uzbek, Russian, English).

Scientific consultant: **Urazbayeva Dilbar Abdullayevna**
Doctor of Psychology (DSc), Professor

Official opponents: **Kamilova Nodira Gayratovna**
Doctor of Psychology (DSc), Professor

Salomova Guli Shodimurodovna
Doctor of Psychology (DSc), Associate Professor

Leading organization: **Samarkand state university**

The defence of the dissertation will be held on «_____» _____ 2025, at «_____» at the meeting of Scientific Council № PhD.03/30.12.2021.P.26.02. under the Uzbekistan national pedagogical university named after Nizami (Address: 100185, Tashkent, Chilanzar district, Bunyodkor street, 27. Tel.: (+99871) 276-82-32, fax: (+99871) 276-76-51, e-mail: tdpu_kengash@tdpu.uz.)

The dissertation has been registered in the Informational Resource Centre of the Uzbekistan national pedagogical university named after Nizami under _____. Address: 100185, Tashkent city, Bunyodkor street, 27. Tel.: (+99871) 276-82-32.

Dissertation abstract has been distributed on «_____» _____ 2025

(Registry record № _____ as of «_____» _____ 2025)

F.A.Akramova
Chairman of the scientific council
awarding scientific degrees,
Doctor of Psychological
Sciences, professor

N.B. Atabayeva
Scientific Secretary of the scientific
council awarding scientific degrees,
Doctor of Psychological
Sciences, professor

Z.T. Nishanova
Chairman of the Scientific
seminar under Scientific council
awarding scientific degrees,
Doctor of Psychological
Sciences, professor

INTRODUCTION (abstract of the dissertation of Doctor of Philosophy (PhD))

The purpose of the research is to study the psychological characteristics of students' emotional states manifested in the process of learning foreign languages and to develop the necessary recommendations for them.

The object of the research was the psychological characteristics of students' emotional states manifested in the process of learning foreign languages, 78 students from the Faculties of Philology and Language Teaching, Pedagogy, Primary Education of Bukhara Pedagogical University, 160 students from the Faculties of Philology, Economics, Psychology and Medicine of Ma'mun University and 65 students from Karakalpak State University, a total of 303 respondents were involved in the research.

The scientific novelty of the research is as follows:

according to the level of development of emotional states manifested in students in the process of learning foreign languages, «emotional knowledge,» «management of one's own emotions,» «empathy,» «knowledge of the emotional states of others» related to language learning, as well as age and gender differences in personal anxiety situations have been proven;

it has been proven that psychological indicators such as «motivation to achieve success,» «competitive desire,» «striving to achieve a goal» are age-related differential identities in the process of studying foreign languages;

according to the expression of emotional states in students in the process of learning foreign languages, the scale of empathy in them is positively related to the desire to «achieve success,» negatively related to the state of «situational and personal anxiety,» and the ability to know the emotions of others is positively related to «achieve success,» «willpower»;

achieving positive stabilization of such psychological indicators as «reactive anxiety,» «avoidance of defeat,» «achievement of success» due to the targeted influence on the «cognitive,» «emotional,» «conative» spheres of negative emotional states manifested in the process of studying foreign languages by students based on a specially organized program.

Implementation of the research results.

In accordance with the level of expression of emotional states manifested in the processes of language learning in students studying foreign languages, they have situations of situational and personal anxiety related to foreign languages, as well as proposals to prove the differential difference in indicators of emotional intelligence in terms of age and gender «Psychology of Ontogenesis. Differential Psychology.» (Reference of the Educational and Scientific Center of Psychology at the Tashkent State Pedagogical University No. PM-271a dated December 10, 2024). As a result, a scientific study of the differential differentiation of emotional states in the process of language learning in students studying foreign languages, depending on age and gender characteristics, was achieved.

According to the manifestation of emotional states in the process of learning foreign languages in students studying foreign languages, the motives for achieving success and avoiding failure, volitional processes and the pursuit of social prestige, the characteristics of achieving success, information on determining the presence of differential differences in the context of age, gender, and courses «Psychology of Ontogenesis. Differential Psychology.» (Reference of the Educational and Scientific Center of Psychology at the Tashkent State Pedagogical University No. PM-271a dated December 10, 2024). As a result, a scientific study of the differential differentiation of students' emotional states in the process of learning foreign languages depending on age and gender characteristics was achieved.

According to the manifestation of emotional states in the process of learning foreign languages in students studying foreign languages, there is a positive correlation of anxiety related to the situation with the characteristic of «Emotional erudition,» «Management of one's own emotions,» «Ability to motivate oneself,» «Empathy» and «Ability to know the emotional states of others» with the situation and personal anxiety, as well as a positive correlation of willpower with the motive «To achieve success.» Differential Psychology.» (Reference of the Educational and Scientific Center of Psychology at the Tashkent State Pedagogical University No. PM-271a dated December 10, 2024). As a result, conditions have been created for determining the correlation of emotional states manifested in the processes of studying foreign languages by students with motivation.

In the manifestation of emotional states manifested in the process of learning foreign languages, by applying a special program for the psychological development of students' skills in assessing and managing their emotions, it is possible to achieve a reduction in reactive anxiety states in the process of learning foreign languages «Emotional Intelligence,» «Management of One's Emotions,» «Self-Motivation,» as well as information on proving the possibility of achieving a reduction in reactive anxiety states in the process of learning foreign languages «Psychology of Ontogenesis. Differential Psychology.» (Reference of the Educational and Scientific Center of Psychology at the Tashkent State Pedagogical University No. PM-271a dated December 10, 2024). As a result, it was possible to develop a special psychocorrectional program and determine its effectiveness to ensure effective psychological preparation of students in the process of learning foreign languages.

The structure and volume of the dissertation. The dissertation consists of an introduction, three chapters, conclusions and recommendations, a list of references and appendices. The volume of the dissertation is 129 pages.

E'LON QILINGAN ISHLAR RO'YXATI
СПИСОК ОПУБЛИКОВАННЫХ РАБОТ
LIST OF PUBLISHED WORKS

I bo'lim (I част; I part)

1. Ruzmetova Z. The role of gender in the development of anxiety of speaking in public in a foreign language // Вестник интегративной психологии // Журнал для психологов. Вып. 35. Часть 2. – Бухара-Ярославль: МАПН, 2025. – С. 347-350. ISSN 3030-3710 (19.00.00 № 2)

2. Ruzmetova Z. Talabalarda chet tillarni o'rganish jarayonida iroda kuchining namoyon bo'lishi va psixologik xususiyatlari // Tamaddun nuri, ilmiy, ijtimoiy-falsafiy, madaniy-ma'rifiy, adabiy-badiiy jurnal – Nukus, 2024. B. 273-276. ISSN 2181-8258. (19.00.00 № 6)

3. Ruzmetova Z. Anxiety levels of students in the process of learning foreign languages // UzMu axbarotnomasi – Toshkent, 2024. B. 175-180. ISSN 2181-7324

4. Ruzmetova Z. Emotional language perception and expression in a foreign language and its importance in language education // Tamaddun nuri, ilmiy, ijtimoiy-falsafiy, madaniy-ma'rifiy, adabiy-badiiy jurnal –Nukus, 2024. B. 397-400. ISSN 2181-8258. (19.00.00 № 9)

5. Ruzmetova Z. The influence of imagination on the motivation of language learning // “Zamonaviy psixologiyada jamiyatning dolzarb muammolari: yechimlar va istiqbollar” mavzusida Xalqaro ilmiy-amaliy anjuman materiallari. – Toshkent: 2024. B. 494- 496.

6. Ruzmetova Z. Organizing modern classes and effective use of innovative technologies in teaching foreign languages // “Xorijiy tillarni o'qitishning zamonaviy usullari, tilshunoslik, adabiyotshunoslik va tarjimashunoslik masalalari” mavzusida Xalqaro ilmiy-amaliy anjuman materiallari. – Xiva: 2024. - B. 306-308.

7. Ruzmetova Z. In the process of language learning, having an understanding of expressions of emotion // “Psixologik tadqiqotlarda muammolar, yutuqlar, innovatsiyalar” mavzusida Respublika ilmiy-amaliy anjuman materiallari. – Buxoro: 2024. - B. 198-200.

8. Ruzmetova Z. Xorijiy tillarni o'rganishda kognitiv funksiyalarning roli // “Xorazm vohasida ijtimoiy-falsafiy fikrlar tarixi: o'rta asrlar va yangi davr” mavzusida Respublika ilmiy-amaliy konfrensiyasi. – Urganch: - 2024. – B. 553-554.

II bo'lim (II част; II part)

9. Ruzmetova Z. Kognitiv funksiyalarning idrok, xotira, o'rganish, diqqat, qaror qabul qilish va tillarni o'rganishdagi roli // Conference of natural and applied science in scientific innovative research. – Toshkent: 2024. – B. 45-47.

10. Ruzmetova Z. “Talabalarning chet tilini o'rganish jarayonidan zavqlanishida hissiy intellect xususiyati va sinfdagi muhitning ahamiyati” Conference of universal science research. – Toshkent: 2023 B. 11-12.

11. Ruzmetova Z. Talabalarda xorijiy tillarni o‘rganish jarayonida namoyon bo‘ladigan emotsional holatlarining psixologik xususiyati, “Uslubiy qo‘llanma”. - Urganch: “ Xorazm” nashriyoti. 2024. – B. 64. ISBN:978-9910-9340-5-6

Avtoreferat O‘ZMPU “Ilmiy axborotlari” jurnali tahririyati
tomonidan 2025-yil 24 iyulda tahrirdan o‘tkazildi.

Bosishga ruxsat etildi: 25.07.2025-yil
Bichimi 60x84 1/16, “Times New Roman”
garniturada raqamli bosma usulida bosildi.
Nashriyot bosma tabog‘i 3.0. Adadi: 100. Buyurtma: № 60
Bahosi kelishuv asosida

Nizomiy nomidagi O‘zbekiston milliy pedagogika
universiteti bosmaxonasida chop etildi.
Manzil: Toshkent shahar, Chilonzor tumani,
Bunyodkor ko‘chasi, 27-uy.