

**BUXORO DAVLAT UNIVERSITETI**  
**HUZURIDAGI ILMIY DARAJALAR BERUVCHI**  
**PhD 03/30.12.2019 Psi.72.06 RAQAMLI ILMIY KENGASH**  

---

**BUXORO DAVLAT UNIVERSITETI**

**HAYDAROV SHAHRIYOR SHUXRAT O'G'LI**

**BO'LAJAK MUHANDISLARDA PSIXOLOGIK SALOMATLIKNI  
SHAKLLANTIRISHNING PEDAGOGIK-PSIXOLOGIK OMILLARI**

**19.00.06 – Yosh va pedagogik psixologiya. Rivojlanish psixologiyasi**

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

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

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

**Contents of Dissertation Abstract of the Doctor of Philosophy (PhD) on the  
Psychological Sciences**

**Haydarov Shahriyor Shuxrat o'g'li**

Bo'lajak muhandislarda psixologik salomatlikni shakllantirishning pedagogik-  
psixologik omillari .....

**Хайдаров Шахриер Шухрат угли**

Педагогико-психологические факторы формирования психологического  
здоровья будущих инженеров.....

**Haydarov Shahriyor Shuxrat ugli**

Pedagogical and psychological factors for the formation of psychological health in  
future engineers .....

**E'lon qilingan ishlar ro'yxati**

Список опубликованных работ

List of published works .....

**BUXORO DAVLAT UNIVERSITETI  
HUZURIDAGI ILMIY DARAJALAR BERUVCHI  
PhD 03/30.12.2019 Psi.72.06 RAQAMLI ILMIY KENGASH**

---

**BUXORO DAVLAT UNIVERSITETI**

**HAYDAROV SHAHRIYOR SHUXRAT O'G'LI**

**BO'LAJAK MUHANDISLARDA PSIXOLOGIK SALOMATLIKNI  
SHAKLLANTIRISHNING PEDAGOGIK-PSIXOLOGIK OMILLARI**

**19.00.06 – Yosh va pedagogik psixologiya. Rivojlanish psixologiyasi**

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

**Psixologiya fanlari bo'yicha falsafa doktori (PhD) dissertatsiyasi mavzusi O'zbekiston Respublikasi Oliy attestatsiya komissiyasida B2023.3.PhD/P662 raqam bilan ro'yxatga olingan.**

Dissertatsiya Buxoro davlat universitetida bajarilgan.

Dissertatsiya avtoreferati uch tilda (o'zbek, rus, ingliz (rezyume)) Ilmiy kengash veb-sahifasida (www.buxdu.uz) va «ZiyoNet» axborot-ta'lim portalida (www.ziynet.uz) joylashtirilgan.

**Ilmiy rahbar:** **Nazarov Akmal Mardonovich**  
psixologiya fanlari doktori (DSc), professor

**Rasmiy opponentlar:** **Abdurasulov Rustam Abduraimovich**  
psixologiya fanlar doktori, professor

**Isakova Mu'azam Tulkinovna**  
psixologiya fanlari doktori (DSc), dotsent

**Yetakchi tashkilot:** **Qarshi davlat universiteti**

Dissertatsiya himoyasi Buxoro davlat universiteti huzuridagi PhD.03/30.12.2019.Psi.72.06. raqamli Ilmiy kengashning 2024-yil «\_\_\_» \_\_\_\_\_ soat \_\_\_dagi majlisida bo'lib o'tadi (manzil: 200118, Buxoro shahri, Muhammad Iqbol ko'chasi, 11-uy. Tel.: (+0365) 221-29-14; faks: (+0365) 221-27-57; email: buxdu.rektor@buxdu.uz).

Dissertatsiya bilan Buxoro davlat universitetining Axborot-resurs markazida tanishish mumkin. (\_\_\_ raqam bilan ro'yxatga olingan.) (Manzil: 200101, Buxoro viloyati, Buxoro shahri, Muhammad Iqbol ko'chasi, 11-uy. Tel.: (+0365) 221-29-14.

Dissertatsiya avtoreferati 2024-yil «\_\_\_» \_\_\_\_\_ kuni tarqatildi.

(2024-yil «\_\_\_» \_\_\_\_\_ dagi \_\_\_\_\_ - raqamli reyestr bayonnomasi).

**A.M.Jabborov**

Ilmiy darajalar beruvchi Ilmiy kengash raisi  
o'rinbosari, psixologiya fanlari doktori,  
professor

**Sh.Sh.Rustamov**

Ilmiy darajalar beruvchi Ilmiy kengash  
kotibi, psixologiya fanlari bo'yicha falsafa  
doktori (PhD)

**A.A.Huseynova**

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

## **Kirish (falsafa doktori (PhD) dissertatsiyasi annotatsiyasi)**

**Dissertatsiya mavzusining dolzarbligi va zarurati.** Jahonda har tomonlama yetuk, sog'lom kadrlarga bo'lgan ehtiyoj tobora ortib bormoqda. Xususan, yoshlarning psixologik salomatligini mustahkamlash va shu orqali faoliyat samaradorligini oshirishga oid amalga oshirilayotgan tadqiqotlar doimiy e'tiborni tortib kelmoqda. Ayni paytda, Butunjahon sog'liqni saqlash assambleyasi tomonidan «...psixik salomatliksiz salomatlik mavjud bo'lmaydi»<sup>1</sup> tamoyiliga asoslangan jarayonni amalga oshirayotganligi ushbu muammoning dolzarbligidan darak bermoqda. Jahon sog'liqni saqlash tashkilotining<sup>2</sup> 2019-2024 yilgi ma'lumotlarga ko'ra dunyo aholisning 60 foizi doimiy mehnat bilan shug'ullanib kelmoqda, shundan **15 foizi doimiy psixologik muammolardan** aziyat chekishadi. Xalqaro standartlarga mos, raqobatbardosh kadrlarni tayyorlash uchun ularni psixologik jihatdan yuksaltirish talab etiladi. Jumladan, ta'lim muassasalarida bo'lajak kadrlarni psixologik salomatlik omillarini bugungi zamonaviy usullar asosida yanada takomillashtirish muhim ahamiyat kasb etmoqda.

Jahon ta'lim va ilmiy tadqiqot muassasalarida psixologik salomatlik muammolarini o'rganish bo'yicha juda ko'plab izlanishlar olib borilmoqda. Jumladan, YUNECKO tashkiloti qoshidagi xalqaro psixologiya fanlari ittifoqi – IUPSYS (International Union of Psychological Science) tomonidan psixologik salomatlik konsepsiyasi yaratilgan. Dunyoda bo'lajak muhandislarning psixologik salomatligini o'rganish amaliyotini takomillashtirishning ilmiy-amaliy asoslarini tadqiq qilish bo'yicha ilmiy asoslangan nazariyalarni ishlab chiqishga alohida e'tibor qaratish lozim bo'lmoqda. Shuningdek, bo'lajak muhandislardagi psixologik salomatlik bilan bog'liq bo'lgan muammolarni o'rganish esa tobora dolzarb masala bo'lib qolmoqda.

Respublikamizda **so'nggi yillarda** izchillik bilan davom etayotgan barkamol avlodni har tomonlama yetuk qilib tarbiyalash jarayonlarida ularni salomatligini mustahkamlash, ruhiy va jismoniy jihatdan voyaga yetishida psixologik salomatlikning o'rni hamda uning muammolari tadqiqi alohida ahamiyat kasb etmoqda. Bu borada, «...psixologik salomatlikni keng targ'ib etishga va psixik salomatlik bilim va ko'nikmalarini yoshlar va kattalarda shakllantirishga qaratilgan ijtimoiy, amaliy, ilmiy va fundamental loyihalar ta'sis etish»<sup>3</sup> masalasi ustuvor hisoblanib, bo'lajak muhandislarning psixologik salomatligini ta'minlash orqali ta'lim muassasalarida tahsil olayotgan talabalarga har jihatdan psixologik yondashuv tamoyillarini yanada mukammal tarzda takomillashtirish zarurati tobora ortib bormoqda.

O'zbekiston Respublikasi Prezidentining 2022 yil 28 yanvardagi PF-60-son «2022-2026 yillarga mo'ljallangan Yangi O'zbekistonning taraqqiyot strategiyasi to'g'risida», 2017 yil 7 iyuldagi PF-5106-con «Yoshlarga oid davlat siyosati samaradorligini oshirish va O'zbekiston Yoshlar Ittifoqi faoliyatini qo'llab-

<sup>1</sup> Всемирная ассамблея здравоохранения, 66. (2013). Комплексный план действий в области психического здоровья на 2019-2024 гг.. <https://apps.who.int/iris/handle/10665/151502/>

<sup>2</sup> <https://www.who.int/ru/news-room/fact-sheets/detail/mental-health-at-work>

<sup>3</sup> <https://www.lex.uz/uz/docs/-4367731?ONDATE=08.06.2019>

quvvatlash to'g'risida», 2019-yil 13-fevraldagi «2019-2025-yillarda O'zbekiston Respublikasi aholisining ruhiy salomatligini muhofaza qilish xizmatini shakllantirish konsepsiyasini tasdiqlash to'g'risida»gi PQ-4190 Qarori, 2018-yil 7-dekabrda «O'zbekiston Respublikasi sog'liqni saqlash tizimini tubdan takomillashtirish bo'yicha kompleks chora-tadbirlar to'g'risida»gi PF-5590-sonli Qarori va «Ijtimoiy va ma'naviy-ma'rifiy sohalariga oid beshta tashabbusi» dasturi hamda sohaga oid boshqa me'yoriy-huquqiy hujjatlarda belgilangan vazifalarni amalga oshirishda ushbu dissertatsiya muayyan darajada xizmat qiladi.

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

**Muammoning o'rganilganlik darajasi.** Mamlakatimizda shaxs psixologik salomatligini tadqiq etish va bu muammoning zamonaviy yechimlarini ishlab chiqish o'ta dolzarb masalalardan biri hisoblanadi. O'zbekistonlik olimlar V.Axrorov, R.Abdurasulov, Sh.Barotov, Z.Ibodullayev, M.Isakova, A.Jabborov, V.Karimova, M.Karamyan, M.Mamatov, Z.Nishonova, D.Qarshiyeva, A.Sobirov R.Samarov va boshqalar tomonidan psixologik salomatlik va unga ta'sir qiluvchi omillarni o'rganish borasida muayyan darajada tadqiqot ishlari olib borilgan.

Mustaqil davlatlar hamdo'stligi (MDH) mamlakati olimlari B.Ananov, D.Bromli, A.Dmitriyev, I.Dubrovina, I.Kon, B.Lisovskiy, N.Smirnov, O.V.Xuxlayeva, V.A.Slastenina, N.V.Kuzmina, Y.N.Kulyukina va boshqalarning olib borgan tadqiqotlarida shaxs bilan bog'liq psixologik salomatlik omillarining pedagogik-psixologik tamoyillari ochib berilgan.

Xorij olimlaridan A.Freyd, Z.Freyd, E.Krechmer, G.Lindsey, A.Maslou, D.Mayers, G.Ollport, P.Rudik, K.Tomas, K.Xol, Y.Xanin va boshqalar o'z izlanishlarida psixologik salomatlikni tashkil qiluvchi psixologik omillar hamda komponentlarni ilmiy asoslashgan. Tadqiqotlar natijalari tahlili shuni ko'rsatadiki, bugungi kunda shaxsda psixologik salomatlikni shakllantirishga doir ilmiy izlanishlar olib borilishiga qaramay, aynan, bo'lajak muhandislarda psixologik salomatlik omillarining pedagogik-psixologik asoslari va uning kasbiy faoliyat samaradorligiga ta'siri masalalari yetarli darajada tadqiq etilmagan.

**Dissertatsiya mavzusining dissertatsiya bajarilgan oliy ta'lim muassasasi ilmiy-tadqiqot ishlar bilan bog'liqligi.** Dissertatsiya Buxoro davlat universiteti ilmiy-tadqiqot ishlari rejasining PZ-202005236 «Oila psixologiyasi fanidan multimediyah mahsulotlarini yaratish» nomli amaliy innovatsion loyihasi doirasida bajarilgan (2021-2022 yy.).

**Tadqiqotning maqsadi** bo'lajak muhandislarda psixologik salomatlikni shakllantirishning pedagogik-psixologik omillarini aniqlash hamda amaliy tavsiyalar ishlab chiqishdan iborat.

**Tadqiqotning vazifalari:**

bo'lajak muhandislar faoliyatida namoyon bo'luvchi psixologik salomatlik omillarini aniqlashtirish;

bo'lajak muhandislardagi psixologik salomatlik mezonlarini shakllanishiga xizmat qiluvchi komponentlarni ochib berish;

bo'lajak muhandislar faoliyatida namoyon bo'luvchi shaxslilik xususiyatlari va hissiy-irodaviy sifatlar o'rtasidagi o'zaro korelyatsion bog'liqlik ko'rsatkichlariga baho berish;

bo'lajak muhandislar psixologik salomatlik omillarini shakllantirishga mo'ljallangan psixologik trening dasturlarini ishlab chiqish va samaradorligini baholash.

**Tadqiqotning obyekti** sifatida bo'lajak muhandislarda psixologik salomatlikni shakllantirish jarayoni tanlangan bo'lib, Buxoro muhandislik-texnologiya institutidan 1-bosqich 120 nafar, 4-bosqich 100 nafar, Qarshi muhandislik-iqtisodiyot institutidan 1-bosqich 110 nafar, 4-bosqich 90 jami 410 nafar respondentlar jalb etildi.

**Tadqiqotning predmetini** bo'lajak muhandislarda psixologik salomatlikni shakllanishida namoyon bo'luvchi o'ziga xos pedagogik-psixologik omillar tashkil etadi.

**Tadqiqot usullari.** Tadqiqot jarayonida suhbat, kuzatish, anketa, metodlaridan, shuningdek, Riks-Uesmannning «Psixologik muhofaza mexanizmlarini diagnostika qilish» so'rovnomasi, Derogatis tomonidan taklif etilgan «Psixologik salomatlik omillarining namoyon bo'lishi» so'rovnomasi, Xollning emotsional intellekt testi, «Talabalarning psixologik salomatligini baholash» so'rovnomasi (A.M.Nazarov, Sh.Sh.Haydarov); kontent-tahlil, K.Pirsonning r-korrelyatsiyasi, Styudentning t-mezone va ma'lumotlarni qayta ishlash SPSS dasturi imkoniyatlaridan foydalanilgan.

**Tadqiqotning ilmiy yangiligi** quyidagilardan iborat:

bo'lajak muhandislarning shaxslilik xususiyatlarini kasbiy motivlar ta'siriga bog'liqligi natijasida «xavotirlanish», «depresivlik»ning kuchayishi «somatizatsiya», «konstruktiv agressiya»ning susayishiga olib kelganligi tufayli «fobiya», «destruktiv egoizm» kabi pedagogik-psixologik omillarni ustuvor xarakterga ega ekanligi asoslangan;

bo'lajak muhandislarda «destruktiv qo'rquv» xususiyatlarini ifodalanishiga ko'ra faoliyat jarayonida qiyinchiliklarni ongsiz tarzda bartaraf etish tendensiyasining emotsional intellekt bilan uyg'un namoyon bo'lishi tufayli «defisitar agressiya», «o'z-o'zini ichki chegaralash», o'z-o'zini tashqi chegaralash», «destruktiv identifikatsiya», «refleksiya» kabi omillarning dinamik xususiyatga ega bo'lishi isbotlangan;

bo'lajak muhandis talabalarda psixologik salomatlikni shakllanishida «xotirjamlik», «g'ayrat-shijoatlilik», «hissiy ko'tarinkilik», «o'z-o'ziga ishonch»ning refleksiyaga bog'liq ravishda «asabiylik toliqqanlik», «tushkunlik», «ishonchsizlik» transformatsiyalanishi muhimligiga ko'ra faoliyat jarayoniga differensial ta'sir etishining pedagogik-psixologik jihatlari asoslangan;

bo'lajak muhandislarda psixologik salomatlikni shakllantirishning pedagogik-psixologik mexanizmlari «emotsional bilimdonlik»ning shaxs hissiy-intellektual sifatlaridan refleksiv empatiya shakllantirish muhimligiga ko'ra sanogen

tafakkurning «o‘z emotsiyasini boshqarish» komponentiga ustuvorlik berish asosida takomillashtirilgan.

**Tadqiqotning amaliy natijalari** quyidagilardan iborat:

bo‘lajak muhandislarning psixologik salomatlik omillarini shakllantirishga mo‘ljallangan dastur yaratilgan va amaliyotda qo‘llanilgan;

bo‘lajak muhandislarning psixologik tayyorgarligini oshirishda shaxsiy xususiyatlarini takomillashtirishga yo‘naltirilgan amaliy tavsiyalar ishlab chiqilgan va aprobatsiya qilingan;

bo‘lajak muhandislarning psixologik salomatlik omillarini shakllantirish bo‘yicha treninglar majmui ishlab chiqilgan va tatbiq etilgan.

**Tadqiqot natijalarining ishonchliligi.** Tadqiqot o‘tkazish jarayonida keltirilgan pedagogik-psixologik ma‘lumotlar xalqaro miqyosda o‘zining ishonchli ekanligini tasdiqlagan diagnostik vositalar orqali to‘plangan; o‘zaro bir-birini to‘ldiruvchi va samaradorlikni oshiruvchi metodlar qo‘llanilgan; empirik ma‘lumotlar matematik-statistik tahlil qilingan; berilgan taklif va tavsiyalar amaliyotga joriy etilgan, shu bilan birgalikda, olingan yakuniy natijalar vakolatga ega bo‘lgan tuzilmalar orqali rasmiy tasdiqlangan ma‘lumotnomalar bilan isbotlangan.

**Tadqiqot natijalarining ilmiy va amaliy ahamiyati:** Tadqiqotning ilmiy ahamiyati **bo‘lajak muhandislarning psixologik salomatlik omillarini shakllantirish dasturini ishlab chiqilganligi**, o‘rganilayotgan muammoni ilmiy jihatdan ochib berish va bakalavr hamda magistratura ta‘lim yo‘nalishlari bo‘yicha kadrlar tayyorlashga doir oliy ta‘limning davlat ta‘lim standartlarini ishlab chiqishda, muhandislarning psixologik tayyorgarligini oshirish bo‘yicha dasturlar yaratishda, muhandislarning faoliyat samaradorligini oshirish jarayonida qo‘llash mumkinligi bilan izohlanadi.

Tadqiqotning amaliy ahamiyati **bo‘lajak muhandislarning psixologik salomatlik omillarini shakllantirish bo‘yicha tayyorlangan samarali trening dasturini** qo‘llash imkoniyati bilan belgilanib, dissertatsiya ishi natijalaridan muhandis talabalarni ish faoliyatiga tayyorlashda, kasb psixologiyasi fanlari bo‘yicha o‘quv dasturi, qo‘llanmalar yaratishda, ma‘ruza hamda amaliy mashg‘ulotlar tayyorlash jarayonida qo‘llash mumkinligi bilan izohlanadi.

**Tadqiqot natijalarining joriy qilinishi.** Bo‘lajak muhandislarda psixologik salomatlikni shakllantirishning pedagogik-psixologik omillarini o‘rganish bo‘yicha amalga oshirilgan ilmiy tadqiqot natijalari asosida:

bo‘lajak muhandislarning shaxslilik xususiyatlarini kasbiy motivlar ta‘siriga bog‘liqligi natijasida «xavotirlanish», «depresivlik»ning kuchayishi «somatizatsiya», «konstruktiv agressiya»ning susayishiga olib kelganligi tufayli «fobiya», «destruktiv egoizm» kabi pedagogik-psixologik omillarni ustuvor xarakterga ega ekanligi asoslanganligi bilan bog‘liq ilmiy natijalar bo‘yicha chiqarilgan xulosalar va tavsiyalar Psixologiya o‘quv-ilmiy markazining 2023-yil 26-noyabrdagi PM-83-a son buyrug‘i asosida «Ontogenez psixologiyasi. Differensial psixologiya» moduliga kiritilgan (Psixologiya o‘quv-ilmiy markazining 2023-yil 1-noyabrdagi PM-83-son ma‘lumotnomasi). Natijada bo‘lajak muhandislarning psixologik jihatdan tayyorgarligini takomillashtirish bo‘yicha



ko'nikmalarini oshirishga erishilgan;

bo'lajak muhandislarda «destruktiv qo'rquv» xususiyatlarini ifodalanishiga ko'ra faoliyat jarayonida qiyinchiliklarni ongsiz tarzda bartaraf etish tendensiyasining emotsional intellekt bilan uyg'un namoyon bo'lishi tufayli «defisitar agressiya», «o'z-o'zini ichki chegaralash», «o'z-o'zini tashqi chegaralash», «destruktiv identifikatsiya», «refleksiya» kabi omillarning dinamik xususiyatga ega bo'lishi isbotlangan ma'lumotlar Psixologiya o'quv-ilmiiy markazining 2023-yil 26-noyabrdagi PM-83-a son buyrug'i asosida «Ontogenez psixologiyasi. Differensial psixologiya» moduliga kiritilgan (Psixologiya o'quv-ilmiiy markazining 2023-yil 1-noyabrdagi PM-83-son ma'lumotnomasi). Natijada muhandislarni ish faoliyatiga tayyorlash samaradorligi oshgan;

bo'lajak muhandis talabalarda psixologik salomatlikni rivojlanishida «xotirjamlik», «g'ayrat-shijoatlilik», «hissiy ko'tarinkilik», «o'z-o'ziga ishonch»ning refleksiyaga bog'liq ravishda «asabiylik toliqqanlik», «tushkunlik», «ishonchsizlik» transformatsiyalanishi muhimligiga ko'ra faoliyat jarayoniga differensial ta'sir etishining pedagogik-psixologik jihatlari asoslanganligi bilan bog'liq ilmiy yangilik natijalari Psixologiya o'quv-ilmiiy markazining 2023-yil 26-noyabrdagi PM-83-a son buyrug'i asosida «Ontogenez psixologiyasi. Differensial psixologiya» moduliga kiritilgan (Psixologiya o'quv-ilmiiy markazining 2023-yil 1-noyabrdagi PM-83-son ma'lumotnomasi). Natijada bo'lajak muhandislarda faoliyat jarayoniga nisbatan ijobiy munosabatni shakllantirish imkoni oshirilgan;

bo'lajak muhandislarda psixologik salomatlikni shakllantirishning pedagogik-psixologik mexanizmlari «emotsional bilimdonlik»ning shaxs hissiy-intellektual sifatlaridan refleksiv empatiya shakllantirish muhimligiga ko'ra sanogen tafakkurning «o'z emotsiyasini boshqarish» komponentiga ustuvorlik berish asosida takomillashtirilganligiga oid ma'lumotlar Psixologiya o'quv-ilmiiy markazining 2023-yil 26-noyabrdagi PM-83-a son buyrug'i asosida «Ontogenez psixologiyasi. Differensial psixologiya» moduliga kiritilgan (Psixologiya o'quv-ilmiiy markazining 2023-yil 1-noyabrdagi PM-83-son ma'lumotnomasi). Natijada bo'lajak muhandislarda faoliyat samaradorligini oshirish yo'llari ilmiy asoslangan.

**Tadqiqot natijalarining aprobatsiyasi.** Tadqiqot natijalari 5 ta xalqaro va 5 ta respublika ilmiy-amaliy anjumanlarida muhokamadan o'tkazilgan.

**Tadqiqot natijalarining e'lon qilinishi.** Tadqiqotning asosiy natijalari bo'yicha 1 ta monografiya, 5 ta ilmiy maqola, shu jumladan, 3 tasi O'zbekiston Respublikasi OAK tavsiya etgan jurnallarda, 2 tasi xorijiy jurnalda chop etilgan.

**Dissertatsiyaning hajmi va tuzilishi.** Dissertatsiya kirish, 3 bob, 6 paragraf, xulosalar, foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati va ilovalardan iborat. Dissertatsiyaning umumiy hajmi 165 sahifani tashkil etadi.

## DISSERTATSIYANING ASOSIY MAZMUNI

Dissertatsiyaning kirish qismida tadqiqotning dolzarbligi va zarurati asoslangan, mavzu bo'yicha xorijiy ilmiy tadqiqotlar sharhi va muammoni o'rganilganlik darajasi bayon etilgan, tadqiqotning maqsadi, vazifalari, ob'yekti, predmeti, ishning fan va texnologiyalar rivojlanishining muhim yo'nalishlariga

mosligi, tadqiqotning ilmiy yangiligi, natijalarning amaliyotda joriy etilishi, nashr etilgan ishlar va dissertatsiyaning tuzilishi bo'yicha ma'lumotlar berilgan.

Dissertatsiyaning «**Psixologik salomatlikni o'rganishning ilmiy asoslari**» deb nomlangan birinchi bobida psixologik salomatlik muammosining nazariy-ilmiy asoslariga tayangan holda bo'lajak muhandislar faoliyatining pedagogik-psixologik tamoyillari bilan bog'liq tahliliy sharhlar keltirilgan. Psixologik salomatlik muammolarini o'rganishga doir manbalarni tahlil qilish orqali ushbu hodisaning nazariy va amaliy jihatlari ochib berilgan. Shuningdek, psixologik salomatlik muammosi bo'yicha xorij olimlari hamda mamlakatimiz psixolog olimlarining mavzuga oid nazariy qarashlari umumlashtirilgan, bo'lajak muhandislarining psixologik salomatligini shakllantirish imkoniyatlari, bo'lajak muhandislar kasbiy faoliyatida psixologik salomatlikning muhimligi turli hissiy holatlarda o'zini-o'zi nazorat qila olishi, shuningdek, faoliyat samaradorligiga erishish usullarini o'zida qamrab olgan psixologik salomatlik mexanizmlarining bugungi holati haqida muayyan tahlillar berilgan.

O'zbekistonda psixolog olimlarning ko'plab ilmiy-tadqiqot ishlarida shaxsning psixologik salomatligi bilan bog'liq jarayonlarni shakllantirish, faoliyat samaradorligida psixologik bilimlarning o'rni va ahamiyati masalalariga keng e'tibor berilgan. Xususan, R.A.Abdurasulov, D.Orziqulov, Z.Ibodullayev, Sh.Barotov, V.Karimova, Z.Nishonova, F.Akramova, Z.Gapparov, M.Isakova, B.Qodirov rahbarliklarida tayyorlangan dissertatsiya ishlarini alohida ta'kidlash mumkin. M.Isakova o'z ilmiy ishlarida inson psixologik salomatligini «stressga bardoshlilik», «stressdan xalos bo'lish», «stressni boshqarish» xususiyatlarini barqarorlashtirish orqali shakllantirish mumkinligini tashkiliy-psixologik jihatdan asoslab bergan. V.Ahrorov tomonidan olib borilgan tadqiqotlarida talabalar psixologik salomatligini ta'minlashda sanogen tafakkurning emotsional barqarorlik va sog'lom turmush tarziga oid tasavvurlarni shakllantirishga qaratilgan integrativ yondashuvlar asoslab berilgan. A.Sobirov ilmiy izlanishlarida sportchilar faoliyatida psixologik salomatlikni shakllanishiga ta'sir etuvchi pedagogik-psixologik omillari batafsil yoritib berilgan.

Tibbiyot psixologiyasida psixologik salomatlikka ta'sir qiluvchi psixologik omillar Z.Ibodullayev, M.Karamyan, G.Tulaganova, Y.Narmetova kabilarning tadqiqotlarida o'rganilgan, Z.Ibodullayev va uning shogirdlarini ilmiy izlanishlarida, jamiyatda inson shaxsi rolining ortib borishi kuzatilayotgan bir paytda, shaxsning psixologik salomatligini mustahkamlash masalasi bugungi kun uchun nihoyatda dolzarb masala ekanligini ta'kidlaydi.

O'rganilgan ilmiy adabiyotlar tahlili bugungi kunda bo'lajak muhandislar faoliyati bilan bog'liq psixologik salomatlikni shakllanishiga bevosita ta'sir etuvchi pedagogik-psixologik omillar tizimini empirik jihatdan o'rganish, mazkur o'rganish natijalari asosida ilmiy xulosalarni shakllantirish hamda kelajakda psixologiya fani uchun muhim bo'lgan amaliy tavsiyalarni ishlab chiqish muqarrarligini ko'rsatdi.

Dissertatsiyaning «**Bo'lajak muhandislarda psixologik salomatlikni shakllanishining empirik asoslari**» deb nomlangan ikkinchi bobi o'rganilayotgan muammoning empirik tahliliga bag'ishlangan bo'lib, ushbu bobda tadqiqotning empirik asoslari, tadqiqotda qo'llanilgan metodlarning umumiy tavsifi, o'tkazish

tartibi, olingan natijalarning tahlili va bo'lajak muhandislar psixologik salomatligiga ta'sir etuvchi omillar orasidagi korrelyatsion bog'lanishlar natijalari o'z aksini topgan. Shuningdek, bo'lajak muhandislar psixologik salomatligini aniqlash usullarini qo'llash jarayoni bilan bog'liq pedagogik-psixologik xulosalarga alohida e'tibor qaratilgan.

Tadqiqot obyekti sifatida respondentlarga nisbatan olingan o'rtacha umumiy va qiyosiy-tipik ko'rsatkichlar ko'lami tadqiq qilingan. Har bir metodika natijalaridan kelib chiquvchi ko'rsatkichlar tahlil qilingan va tegishli tartibdagi empirik xulosalar shakllantirilgan.

Tadqiqot obyektlari bo'yicha tahlillarning ikkinchi bosqichida esa tadqiqot samaradorligini aniqlashga qaratilgan empirik natijalar qo'lga kiritilgan. Chunki, dissertatsiyaning asosiy maqsadi faqatgina muayyan mezon ko'rsatkichlarinigina aniqlash emas, balki shu ko'rsatkichlar dinamikasi asosida bo'lajak muhandislar psixologik salomatligini shakllanishiga bevosita ta'sir etuvchi pedagogik-psixologik omillarga ham baho berishdan iboratdir.

Tadqiqotda, dastavval, bo'lajak muhandislarning psixologik salomatligini shakllanishiga ta'sir qiluvchi o'zini o'zi hissiy baholash holatlarni aniqlash maqsadida Riks-Uessman metodikasi qo'llanilgan. Ma'lumki shaxsda qo'rquv, xavotir kabi psixologik salomatlik xususiyatlar uning faoliyat jarayoniga tayyorlashda va muhim rol o'ynaydi. Chunki bu kabi salbiy holatlar tananing jismoniy zo'riqishlarga, moslashuvning qiyin kechishiga, psixofiziologik resursni keragidan ortiq, behuda safarbar bo'lishiga olib keladi. Boshqa tomondan esa, faoliyat jarayonida travmatik vaziyat (vaziyatli tashvish) yoki shaxslararo munosabatlarda (ijtimoiy tashvish) hamkorlikning kuchayishi natijasida kelib chiqadigan qo'shimcha stressli omillarga duch keladi. Yuqoridagi holatlar bo'lajak muhandislarni psixologik holatiga salbiy ta'sir ko'rsatishi, diqqatni zaiflashtirishi va faoliyat samaradorligini pasaytirishi mumkin. Demak, salbiy-ruhiy holatlar (asabiylik, ishonchsizlik, hissiy tushkunlik, toliqqanlik) bo'lajak muhandislarni psixologik salomatligiga ta'sir qilib, ularning faoliyat samaradorligini pasayishiga sabab bo'luvchi omillardan ekanligi kuzatildi.

Buni o'z vaqtida anglash uchun esa biz yuqorida ta'kidlagan Riks-Uessman testini hamda shunga mos bo'lgan qo'shimcha savolnomalarni qo'llab, tegishli empirik natijalarni qo'lga kiritishni rejalashtirgan edik. Endi, bevosita mazkur metodika yordamida olingan empirik ma'lumotlar tahliliga o'tamiz. Dastavval shuni ta'kidlash joizki, natijalar taniqli amerikalik psixologlar A.Y.Uessman va D.F.Riks tomonidan ishlab chiqilgan maxsus to'rt shkalali (I-xotirjamlik-asabiylik, II-ishchanlik-toliqqanlik, III-hissiy ko'tarinkilik-hissiy tushkunlik, IV-o'z-o'ziga ishonchlilik-o'z-o'ziga ishonchsizlik) usullar majmuasini qo'llash asosida va barcha empirik dalillarning haqqoniyligini tasdiqlovchi qo'shimcha statistik mezonlar yordamida aniqlandi. Buning uchun ma'lum ilmiy adabiyotlardagi nazariy va amaliy fikrlar asos qilib olindi.

Mazkur ilmiy mushohadalardan umumiy xulosa shuki, har qanday shaxsning u yoki bu faoliyatga nisbatan faolligi yoki sustligi uning ijobiy yoki salbiy ichki hissiy holatiga ko'p jihatdan bog'liqdir. Jumladan, taniqli psixolog K. Izardning fikricha,

inson faoliyatining yoki faolligining samaradorligi asosan «qiziqish», «quvonch», «hayratlanish», «iztirob chekish» kabi hissiy kechinmalarga bog‘liqdir. Binobarin, hissiy kechinmalar to‘g‘ri yo‘naltirilmas ekan shaxs psixologik holatida ziddiyatlar hukm suraveradi. Bu ichki holat esa, shaxs psixologik salomatligini belgilovchi muhim omillardan biri hisoblanadi.

### 1-jadval

#### Bo‘lajak muhandislarda o‘zini o‘zi hissiy baholash doirasidagi psixologik muhofaza mezonlari namoyon etilishining o‘rtacha umumiy ko‘rsatkichlari (Riks- Uessman)

Obyekt	Mezon							
	I		II		III		IV	
	A	B	A	B	A	B	A	B
№ 1 n=210	85	125	95	115	100	110	120	90
%	40,5	59,5	45,2	54,8	47,6	52,3	57,1	42,8
№ 2 n=200	90	110	115	85	120	80	125	75
%	45,0	55,0	57,5	42,5	60,0	40,0	62,5	37,5

Jadvalga izoh:

1. Xotirjamlik – asabiylik «a»– «b»
2. G‘ayrat – shijoatlilik – tortinchoqlik «a»- «b»
3. Hissiy ko‘tarinkilik - hissiy tushkunlik» a»- «b»
4. O‘z – o‘ziga ishonch – o‘z – o‘ziga ishonchsizlik «a»- «b»

Bu ziddiyatlar qanchalik kuchayaversa, shaxsning o‘zini-o‘zi psixologik muhofaza qilish imkoniyatlari shunchalik sustlashib boradi. Natijada, o‘smir shaxsining ijtimoiy taraqqiyoti va shaxs sifatidagi faolligi bir muncha zaiflashadi. Bunday zaiflikka yo‘l qo‘ymaslik uchun har bir talabadagi o‘zini-o‘zi hissiy baholash me‘yorlari haqidagi tegishli tasavvur hosil qilish muhim ahamiyat kasb etadi, deb o‘ylaymiz. Shu nuqtai nazardan qo‘llanilgan o‘zini o‘zi hissiy baholash (Riks-Uessman) metodikalari tegishli empirik ma’lumotlar olishga va uni maxsus tadqiqot tizimi bo‘yicha tahlil qilishga imkon berdi.

Endi bevosita Riks - Uessman usuli asosida talabalardagi o‘z-o‘zini hissiy baholash shkalasi bo‘yicha olingan empirik ma’lumotlar tahliliga o‘tamiz. Avvalo shuni aytish kerakki, shaxsning o‘z-o‘zini hissiy baholashda shaxsiy faoliyat va faolligining mazmuni, talablari hamda ijtimoiy psixologik jihatdan to‘g‘ri – «adekvat» yo‘naltirilganlikning bugungi kunda talaba psixologik muhofazasida qay tariqa o‘rin tutayotganligiga empirik materiallar asosida baho berishni ko‘zlab mazkur usul qo‘llanildi.

Ikkinchi va to‘rtinchi bosqich bo‘lajak muhandislardan olingan empirik ma’lumotlarni sinchiklab o‘rganadigan bo‘lsak, o‘zini o‘zi hissiy baholashga asoslangan psixologik salomatlik ko‘rsatkichlarida turli xil qonuniyatlar mavjudligini ko‘ramiz. Tadqiqot maqsadiga mos qo‘llanilgan asosiy va qo‘shimcha usullar hamda jadvaldagi ma’lumotlar shundan guvohlik beradiki, talabalikning

dastlabki davrida ham, oxirgi bosqichida ham o'zini o'zi hissiy baholashga asoslangan psixologik muhofaza haqidagi tasavvurlarning «adekvat» va «noadekvat» ko'rsatkichlari o'rtasidagi tafovutning unchalik katta emasligini ta'kidlash mumkin. Olingan bu ko'rsatkichlar bo'lajak muhandislar talabalik davrida o'zini o'zi hissiy baholash jarayoni va uning psixologik salomatlik jarayoniga nechog'liq mutanosiblik jihatlari va uning dinamikasi haqida tahlillar olib borish imkoniyatini ochib beradi. Riks-Uessman shkalasi bo'yicha o'zini o'zi hissiy baholashga asoslangan «adekvat» va «noadekvat» psixologik salomatlik ko'rsatkichlarining respondentlar umumiy soniga nisbatan tutgan o'rinlari belgilanadi. Olingan bu ko'rsatkichlar har bir talabaga individual yondashuv imkoniyatlarini izlashda muhim ahamiyat kasb etadi.

Shuningdek, tadqiqotda «Bo'lajak muhandislarning psixologik salomatligini ekspert baholash» natijalari imkoniyatlaridan foydalanilgan. So'rovnomani ishlab chiqishda asosiy vazifa asosan shaxs tuzilmalari o'zlarining fenomenologik ifodasini munosabat va xatti-harakatlarda qanday topishini aniqlash edi. So'rovnoma materiallari guruhlararo o'zaro munosabatlarda yuzaga kelishi mumkin bo'lgan vaziyatlarning variantlarini tavsiflaydi.

Psixologik salomatlik darajasi – bu uchta o'lchov – konstruktivlik, destruktivlik va defitsitarlikni o'lchash orqali izchil o'rganiladigan psixologik faoliyatning turli tarkibiy qismlarining (adaptiv va adaptiv bo'lmagan) nisbati bo'lib hisoblanadi. Bu yerda shaxsning tashqi sharoitlari ham, ichki salohiyati ham muhimdir, bu unga turli xil vaziyatlarda hayot yo'lini tanlash va shakllantirish imkonini beradi. Biz natijalar tahlili bo'yicha bo'lajak muhandislar orasidagi farqli holatlarni tahlil qilganimizda «defitsitar agressiya» miqyosida ahamiyatli farq mavjudligi aniqlandi ( $U=3063^{**}$ ,  $p\leq 0,00$ ). Bu o'z navbatida 4-bosqich talabalar ma'lum afzalliklarga ega ekanligi va ko'pincha o'z manfaatlarini qurbon qilib, hayotiy maqsadlar va ehtiyojlar sonini asta-sekin toraytirishi bilan bog'liq.

Bo'lajak muhandislarda qo'rquv mezonini taqqoslash shuni ko'rsatdiki, 4-bosqich talabalarda konstruktiv qo'rquv ustunlik qilar ekan – eng yuqori ball (61,89 ball). Demak, bu bosqich talabalari o'z shaxsiy resurslaridan faol foydalana oladilar hamda o'z kelajaklari haqida adekvat munosabat bildirish qobiliyatiga egadirlar ( $U=2032,5^{**}$ ,  $p\leq 0,00$ ).

Ayni paytda, ular yangi paydo bo'lgan ekstremal va xavfli vaziyatlarni osongina yechim topishga va yaxshi natijaga erishish uchun paydo bo'lgan tashvish va qo'rquvni yengishga tayyor. Shu bilan birga, ularning shaxsiyatining bu xususiyati psixologik himoyani aktuallashtiradi va xavfli raqobat vaziyatlarida e'tiborni oshiradi. Shu bilan birga, ularda o'zini o'zi tashqi chegaralash konstruktiv shaklida ham sezilarli farqlar mavjud ( $U=2917^{**}$ ,  $p\leq 0,00$ ).

Olingan o'rtacha qiymatlar shuni ko'rsatadiki, bo'lajak muhandislar ish mahoratini egallash hayotiy vaziyatlarga oqilona va adekvat javob bera oladigan yetuk shaxsni shakllantirishga yordam beradi. Shu bilan birga, ishda muvaffaqiyatga erishgan odam ichki bo'shliqni his qilishi, hayotga, boshqa odamlarga qiziqishni yo'qotishi va o'z his-tuyg'ulari va tajribalarining namoyon bo'lishida giperkontrolga erishishi mumkin.

Tadqiqotimizning navbatdagi bosqichida psixologik salomatlik omillarining namoyon bo'lishi metodikasi orqali olingan tajriba va nazorat guruhlaridagi natijalar tahlili keltirildi.

**2-jadval**

**“Psixologik salomatlik omillarining namoyon bo'lishi” metodikasi orqali bo'lajak muhandislardan olingan dastlabki statistik tahlillar (n=410)**

№	Omillar	Tajriba guruhi		Nazorat guruhi	
		M	S	M	S
1	Depressivlik	6,1	1,3	5,9	1,7
2	Xavotirlik	4,7	1,1	4,4	1,3
3	Fobiyalar	8,1	1,1	7,8	1,2
4	Agressivlik	7,9	1,3	7,5	1,2
5	Obsessiv-Kompulsivlik	7,1	1,2	6,2	1,3
6	Psixosomatika	6,9	0,9	7,1	1,0

Tajriba va nazorat guruhlaridan olingan dastlabki statistik tahlillar shuni ko'rsatdiki, eng yuqori natijalar “Fobiyalar” va “Agressivlik” omillarida kuzatildi. Bo'lajak muhandislarda fobiya holatlarining yuqori darajada bo'lishi bevosita ularni jamiyatga moslashish jarayonlariga o'z ta'sirini o'tkazadi. Bundan tashqari ijtimoiy tajribaning yetishmasligi, ijtimoiy ko'nikmalar, muayyan vaziyatda o'zini qanday tutish kerakligini bilmaslik ham ta'sir qilishi mumkin.

“Agressivlik” omilining yuqori bo'lishi bo'lajak muhandislarning sog'lom psixikaga xos bo'lgan atrofda voqelik bilan munosabatlarining ma'nosini aniqlashda ma'lum bir qiyinchiliklarni keltirib chiqaradi. Agressiya – kishilar o'rtasidagi kelishmovchilik oqibatida kelib chiqadigan vajohat holati sanalib, shaxslararo munosabatlarda yetakchi o'rinda turadi. Agar bo'lajak muhandislarda mazkur holatlar korreksiya qilinmasa, ularning ijtimoiy jarayonlarga moslashishi shunchalik qiyin kechadi.

“Obsessiv-Kompulsivlik” omilida ham yuqori natijalar qayd etildi. Obsessiv-kompulsiv omil shaxs tomonidan doimiy, chidab bo'lmas va o'ziga begona bo'lgan fikrlar, impulslar va harakatlarga tegishliligi bilan xarakterlanadi. “Obsessiv-Kompulsivlik” shkalasining yuqori bo'lishi boshqalarga nisbatan hissiy munosabatni, shaxslararo o'zaro ta'sirning darajasi, to'liqligi va normalligini pasayishiga zamin hozirlaydi.

“Somatizatsiya” mezonida ham natijalar yuqori ekanligini ko'rishimiz mumkin. Mazkur omil bo'lajak muhandislardagi psixosomatik kasalliklar darajasini aniqlashga xizmat qiladi. Ya'ni tana disfunktsiyasi tuyg'usidan kelib chiqadigan qayg'uni aks ettiradi.

“Depressivlik” omili bo'lajak muhandislarda yuqori bo'lishi disforiya va ta'sir belgilari, masalan, hayotga qiziqishning yetishmasligi, motivatsiya yetishmasligi va

hayotiy energiyani yo‘qotish belgilari bilan izohlanadi. Bundan tashqari, bunga umidsizlik hissi, o‘z joniga qasd qilish haqidagi fikrlar va depressiyaning boshqa kognitiv va somatik korrelyatsiyalari kiradi. Albatta bo‘lajak muhandislarda ruhiy tushkunlik darajasi ularning ijtimoiy hayotidagi voqea-hodisalarga negativ ta’sir o‘tkazmasdan qolmaydi. Demak bo‘lajak muhandislarda psixologik salomatlik omillarining namoyon bo‘lishi darajalarini aniqlash orqali ularning jamiyatdagi xatti-harakatlari, o‘zini tutishi, shaxslararo munosabatlarga kirishishlarida muhim omillardan sanaladi.

Endi mazkur metodikani kurslar kesimida tahlil qilamiz.

### 3-jadval

#### Bo‘lajak muhandislarda psixologik salomatlik omillarining namoyon bo‘lishi (Derogatis) (n=410)

№	Omillar	2-bosqich talabalari n <sub>1</sub> -220		4-bosqich talabalari n <sub>2</sub> -190		Farq	
		M <sub>1</sub>	S <sub>1</sub>	M <sub>2</sub>	S <sub>2</sub>	t	p
1.	Depressivlik	6,7	2,4	5,9	2,0	-2,3	0,05
2.	Xavotirlik	4,7	2,7	4,1	1,1	-1,2	0,21
3.	Fobiyalar	6,2	1,7	7,6	1,2	-2,2	0,05
4.	Agressivlik	6,0	1,8	7,7	2,1	-2,9	0,05
5.	Obsessiv-Kompulsivlik	6,8	1,4	7,1	1,7	-1,7	0,17
6.	Psixosomatika	5,9	2,1	6,4	1,0	-1,4	0,10

Psixologik salomatlik omillarini kurslar kesimidagi tahlillariga to‘xtaladigan bo‘lsak, “Depressivlik” ( $t=-2,3$ ;  $p\leq 0,05$ ), “Fobiya” ( $t=-2,2$ ;  $p\leq 0,05$ ) hamda “Agressivlik” ( $t=-2,9$ ;  $p\leq 0,05$ ) omillarida ishonchli farqlar qayd etildi.

Dastlabki “Depressivlik” omil 2 bosqich talabalarida yuqori natijani ko‘rsatdi. Mazkur holat kichik kurslarda tahsil olayotgan talabarni o‘quv faoliyatiga moslashishi jarayonidagi umidsizlik, emotsional tushkunlik holatlarini keltirib chiqarishi bilan izohlanadi. Yuqori darajadagi tushkunlik holati neyropsixik taranglikni keltirib chiqaradi. Ushbu xususiyatning rivojlanishi talabalarning individual xususiyatlari, o‘zini anglashi, o‘zini o‘zi qadrlashi kabi sifatlariga salbiy ta’sir ko‘rsatadi.

“Fobiya” omili 4-bosqich talabalarida ustunlik qildi. Bundan ko‘rinib turibdiki, bo‘lajak muhandislar o‘z hayotidagi qiyinchiliklar, o‘quv mashg‘ulotlarini tark etish va yoki uni boshqasi bilan almashtirish zarurati haqida tez-tez o‘ylash bilan bog‘liq bo‘lishi mumkin. Mazkur holatning yuqori bo‘lishi talabalarda salbiy fazilatlarining

darajasini oshiradi va natijada shaxsning psixologik sog'lig'ining yomonlashishiga olib keladi.

Agressivlik omili ham 4-bosqich talabalarida nisbatan yuqori natijani ko'rsatdi. Bu esa talabalar uchun yangi vaziyatlarni idrok etishdagi qiyinchiliklar, har bir holatlarga kuchli emotsional munosabatda bo'lish, xulq-atvordagi muammolar, mavjud muammolarni bartaraf etishdagi qaror qabul qilish darajasining passivligini bildiradi. Psixologik faoliyatning bunday ko'rinishlari talabalarni ruhiy jihatdan nosog'lomoligi sifatida tavsiflamaydi. Biroq, ular boshdan kechirayotgan neyropsixotik stress yuqoridagi oqibatlariga olib kelishi mumkin.

Tadqiqotning navbatdagi bosqichida bo'lajak muhandislarda emotsional intellekt ko'rsatkichlari va talabalarning psixologik salomatlik omillari orasidagi korrelyatsion aloqadorlik natijalari tahlil qilindi (4-jadval). To'rtinchi bosqich bo'lajak muhandis talabalarining emotsional intellekt omillari qiymatlari orasidagi korrelyatsion munosabatlar quyidagicha natijani aks ettirdi. Ushbu toifa talabalar faoliyatida emotsional intellekt omillari qiymatlari o'rtasidagi munosabatlar bo'yicha beshta salmoqli koeffitsiyent aniqlandi.

Bular emotsional intellekt omillarning quyidagi shkalalari orasida kuzatildi. Tadqiqot natijalariga muvofiq bo'lajak muhandislarning bugungi kundagi faoliyatida «konstruktiv qo'rquv» omilining shakllanganligi «emotsional bilimdonlik»ni ( $r=0,127$ ), «empatiya»ni ( $r=0,270$ ), «o'zga insonlarning kechinmalarini sezish» ( $r=0,128$ ) ga bo'lgan qobiliyatlari kamol topishini ta'minlashi mumkin ekanligini ifodalamoqda. O'ylaymizki, har qanday kasb egasi singari muhandis bo'lib o'z faoliyatini boshlamoqchi bo'lgan yoshlar, o'zining kelajak istiqboli uchun kurashishi mumkinligi, atrofdagilar bilan o'zaro hamkorlikda, hamjihatlikda ishlashda insonlarni tushunish, ular bilan til topisha olishi, boshqalarning erishgan yutuqlaridan ortda qolmaslikka, shart-sharoit va muhitga o'zini moslashishini ta'minlashga intilishi yuqorida keltirilgan qiymatlardan ko'rinmoqda. Bunga esa ularning ish faoliyatining dastlabki bosqichlarida hamkasblari yoki atrofndagi boshqa shaxslar bilan duch kelgan ziddiyatlari, nizoli vaziyatlari va muammolari sabab bo'lishi mumkinligi bilan xarakterlanadi.

#### 4-jadval

### Bo'lajak muhandislarda emotsional intellekt ko'rsatkichlari va talabalarning psixologik salomatlik omillari orasidagi korrelyatsion aloqadorlik natijalari (n=410)

Mezonlar	Emotsional intellekt				
	Emotsional bilimdonlik	O'z emotsiyasini boshqarish	O'z-o'zini rag'batlantirish	Empatiya	O'zga insonlarning kechinmalarini sezish
Konstruktiv qo'rquv	0,127*	0,136	-0,038	0,270*	0,128*
Defisitar agressiya	0,357	0,166	-0,032	0,322	-0,332



Konstruktiv MEN lik	-0,321*	-0,281	0,005	0,186	0,290*
Altruizm	0,229	-0,122	0,262	0,306	-0,014
Destruktiv egoizm	0,99	-0,92	0,068	0,200	-0,004
Ijtimoiy identifikatsiya	0,113	0,136	-0,006	0,331	0,101*
Ijtimoiy persepsiya	0,462*	0,511*	0,401*	0,515*	-0,350

Izoh.\*\*p≤0,001; \*p≤0,05

Natijalardan ko‘rinadiki, bo‘lajak muhandislarda psixologik salomatlikni barqarorlashtirish uchun ularda «konstruktiv qo‘rquv» va «konstruktiv o‘zini tashqi chegaralash», «emotsional bilimdonlik», «o‘z emotsiyasini boshqarish» kabi omillarda tushkunlik holatlarida o‘zini hissiy jihatdan rag‘batlantirish, shaxslararo o‘zaro ta’sirlashuvni adekvat baholash, o‘zga insonlarning kechinmalarini sezish bo‘yicha psixologik xususiyatlarni shakllantirish muhim ahamiyat kasb etadi.

«Ijtimoiy dentifikatsiya» va emotsional intellektning «o‘zga insonlar kechinmalarini sezish» ko‘rsatkichlari o‘rtasida va shuningdek «ijtimoiy refleksiya» mezonining «empatiya», «o‘z-o‘zini rag‘batlantirish», «o‘z emotsiyasini boshqarish», «emotsional bilimdonlik», mezonlari bilan korelyatsion aloqalar mavjudligi aniqlandi.

Demak, yuqoridagi empirik tahlillardan kelib chiqib aytish mumkinki, bo‘lajak muhandislarda psixologik salomatlikni barqarorlashtirish uchun ularda «konstruktiv qo‘rquv» va «konstruktiv o‘zini tashqi chegaralash», «emotsional bilimdonlik», o‘z «emotsiyasini boshqarish» kabi omillarda tushkunlik holatlarida o‘zini hissiy jihatdan rag‘batlantirish, shaxslararo o‘zaro ta’sirlashuvni adekvat baholash, o‘zga insonlarning kechinmalarini sezish bo‘yicha psixologik xususiyatlarni shakllantirish muhim ahamiyat kasb etadi.

Yuqoridagilarga asoslanib, mazkur bobda bayon etilgan fikr-mulohazalarni umumlashtirgan holda aytish mumkinki, tadqiqot ob‘yektida o‘rganilgan bo‘lajak muhandislarning psixologik salomatligini tadqiq qilish orqali psixologik salomatlikni mustahkamlash tizimini yanada takomillashtirishning o‘ziga xos imkoniyatlari ochib beriladi.

Dissertatsiyaning «**Bo‘lajak muhandislarda psixologik salomatlikni shakllantirishning psixologik asoslari va imkoniyatlari**» deb nomlangan uchinchi bobida bo‘lajak muhandislar psixologik salomatligini takomillashtirishga yo‘naltirilgan pedagogik-psixologik treninglar dasturi, psixologik salomatlik samaradorligini ta’minlaydigan omillar hamda salbiy hissiy-emotsional holatlarni bartaraf etishga yo‘naltirilgan treninglar haqida fikr yuritiladi.

Bo‘lajak muhandislarning psixologik salomatlik amaliyotini takomillashtirish bo‘yicha maxsus ishlab chiqilgan pedagogik-psixologik treninglar Buxoro, Qarshi viloyatlarida 2 va 4 bosqich talabalari ishtirokida o‘tkazildi. Trening dasturi muayyan darajadagi pedagogik-psixologik tamoyillarga asoslangan bo‘lib,

psixokorreksion mashg‘ulotlar, individual va guruhiy suhbatlar asosida olib borildi.

Trening dasturining asosiy maqsadi - bo‘lajak muhandislarning psixologik salomatligini mustahkamlashga ta‘sir etuvchi omillarni aniqlash va uni shakllantirishdan iborat. Maqsadga ko‘ra biz, trening vazifasi sifatida quyidagilarni belgilab oldik:

- bo‘lajak muhandislarning psixologik salomatligiga ijobiy ta‘sir etuvchi omillarni aniqlash va shakllantirish;
- ruhiy-emotsional holatlarni barqarorlashtirish;
- psixologik bilimlarini oshirishda identifikatsiya va sanogen tafakkurni shakllantirishni pedagogik-psixologik usullaridan foydalanish;
- bo‘lajak muhandislar bilan individual hamda guruhiy mashqlarini muntazam ravishda olib borish va ulardagi psixologik tayyorgarlikni ushbu ko‘nikmalarni shakllantirishdan iborat.

Psixokorreksion ishlar psixokorreksion kompleks dasturi yordamida amalga oshirildi. Mashg‘ulot bir-biriga bog‘liq bo‘lgan to‘rt bosqichdan iborat bo‘ldi. Bular:

- 1) tayyorgarlik (diagnostik) bosqichi;
- 2) korreksion bosqich;
- 3) korreksion faoliyatni samaradorligini aniqlovchi bosqich;
- 4) yakunlovchi (baholovchi) bosqich.

Tayyorgarlik (diagnostik) bosqichning maqsadi – bo‘lajak muhandislar xatti-harakatini boshqarishini nazorat qilish, samarasiz o‘zini boshqarishni aniqlab ajratish, psixologik korreksiyaning shakllantirishning umumiy dasturi ishlab chiqiladi.

Korreksion bosqichning maqsadi – bo‘lajak muhandislarni salbiy holatlardan ijobiy holatlarga tezroq o‘tishini optimallashtirish, o‘zini-o‘zi boshqara olishga o‘rgatish, bunda o‘zini-o‘zi boshqarish faoliyatini ishga tushirishdan iborat.

## 5-jadval.

### Korreksion-trening mashg‘ulotlari dasturi

	<b>Mashq nomi</b>	<b>Mashqning vazifalari</b>
1.	« Mashqni boshlash»	Guruh a‘zolari bilan tanishish, begonalik hissini kamaytirish, adaptatsiya, hissiy-emotsional zo‘riqishni bartaraf etish
2.	«Mening psixologik holatim»	Guruh har bir a‘zosining vaziyatga ko‘ra hissiy-emotsional holatini diagnostika qilish, ekstremal holatlarda o‘zini-o‘zi nazorat qilish, korreksiya ishlarini amalga oshirish
3.	Qoidalardan xabardor bo‘lish	O‘zaro birgalikdagi harakat qoidalari yuzasidan guruhning har bir a‘zosi ma‘lumotga ega bo‘lishini ta‘minlash
4.	«Men o‘zimdagi fazilatlarimni qadrlayman»	Treningning har bir a‘zosining o‘zini o‘zi baholash darajasini ko‘tarish
5.	«Boshqalarga yaxshi	Empatiya holatini shakllantirish

	<b>Mashq nomi</b>	<b>Mashqning vazifalari</b>
	kayfiyat taqdim et»	
6.	Mashqlar yuzasidan munozaralar qilish va natijalarni umumlashtirish, xulosalar qilish	Trening qatnashchilaridagi o‘zini-o‘zi adekvat baholashini shakllantirish
7.	«So‘nggi xayrlashuv»	Guruh a‘zolari bilan birgalik hissini mustahkamlash, empatiyani shakllantirish

Korreksion faoliyatning samaradorligini aniqlovchi bosqichning maqsadi – o‘zgarishlarning psixologik mazmuni va dinamikasini o‘lchash, ijobiy xatti-harakat reaksiyalarini paydo bo‘lishini ta‘minlash va o‘zini baholash holatini optimallashtirishdan iborat.

Yakunlovchi (baholovchi) bosqichning maqsadi – bo‘lajak muhandislarning psixofiziologik treningdan oldingi va keyingi holatlarini taqqoslab baholash va xulosalash edi.

Korreksion trening mashg‘ulotlarida ma‘lumotlar, tushunchalarni taqdim etishda ko‘proq interaktiv usullardan, ya‘ni psixologik o‘yin va mashqlar, munozaralar, rolli o‘yinlar, debatlaridan foydalanildi.

Mazkur mashg‘ulotlarda ishtirok etgan respondentlarning aksariyati mashqlar jarayonida o‘zlarida kuchli darajada ifodalangan dezadaptatsiya, hissiy-emosional holatlarning me‘yorga kelganligini, o‘zaro birgalikdagi harakat ko‘nikmalari shakllanganligini, talabalar psixologik salomatlik shakllanishi to‘g‘risida ma‘lumotlarga ega bo‘lganliklarini bildirdi.

Ishlab chiqilgan dasturlarning qanchalik samadorligini aniqlash maqsadida tajriba guruhidagi sinalluvchilarda treninggacha va treningdan keyingi diagnostika natijalarining qiyosiy tahlili o‘tkazildi. Natijalar tahlili ijtimoiy-psixologik profilaktika dasturining samaradorligini isbotladi.

Biz tomonimizdan ishlab chiqilgan bo‘lajak muhandislarning psixologik salomatlik omillarini shakllantirish dasturi barcha yo‘nalishlardagi muhandislar faoliyatini shakllantirishda muhim ahamiyat kasb etadi.

So‘rovnomaning psixotrening dasturiga va undan keyingi holatiga ko‘ra olingan natijalarning o‘rtacha miqdoriy qiymatlari taqqoslandi. Tadqiqotimizning dastlabki bosqichida, psixologik salomatlikning bo‘lajak muhandislarda qay darajada shakllanganligi tahlil qilingan edi.

### 6 -jadval.

#### Tajriba va nazorat obyektlarida psixologik salomatlik omillari dinamikasi namoyon etilishining umumiy natijalari (n=410)

№	Omillar	Tajriba guruhi				Nazorat guruhi			
		n <sub>1</sub> =200				n <sub>2</sub> =210			
		M1	M2	t	p	M1	M2	t	p
1	Depressivlik	21,7	18,1	5,7	0,05	17,4	16,1	1,2	0,97

2	Xavotirlik	15,2	11,6	4,2	0,05	18,1	17,4	1,4	1,30
3	Fobiyalar	14,6	10,1	3,10	0,05	13,4	12,1	1,7	1,24
4	Agressiya	16,1	12,3	4,7	0,05	15,8	14,3	1,1	1,04
5	Obsessiv-kompulsivlik	13,5	18,9	5,8	0,05	13,6	14,0	1,0	0,93
6	Somatizatsiya	16,9	10,3	4,7	0,05	15,1	14,4	1,2	0,99

Bo'lajak muhandislarda psixologik salomatlikni shakllantirish uchun mo'ljallangan psixologik xizmat dasturi bitta jamoa a'zolari o'rtasida tashkil etildi. Bu esa muhandislarda psixologik salomatlikni shakllantirishning muhim jihatlarini o'zida mujassamlashtirganligini ko'rsatmoqda.

Psixotrening dasturi bo'lajak muhandislarning fakatgina individual rivojlanishini emas, balki jamoaviy va guruhij jipsligini ta'minlashda, o'zaro hurmat va tushunish jarayonida, nizoga sabab bo'luvchi holatlarning oldini olishda ham xizmat qiladi.

Buni oliy ta'lim muassasalarida tahsil olayotgan bo'lajak muhandis talabarda psixotrening dasturini qo'llashdan keyingi ko'rsatkichlar ham tasdiqlaydi. Muayyan psixokorreksion va psixotrening usullar qo'llanilganida, tajriba va nazorat guruhlaridan olingan empirik natijalarni SPSS.22 dasturi asosida qayta ishlangan qiyosiy tahlili o'tkazilgandan so'ng, muhandislardagi psixologik salomatlik ma'lum miqdorda rivojlanganligi kuzatildi (6-jadval).

Psixologik so'rovnomamizning «depressivlik», «xavotirlik», «fobiyalar» va «agressiya» mezonlarida yuqori darajadagi statistik farqlar kuzatildi. Ya'ni, bunda «fobiyalar» mezoni bo'yicha bo'lajak muhandislarda ijobiy natijalarni qayd etdi. Bundan ko'rinadiki, bo'lajak muhandislar faoliyatlari davomida o'z hissiyotlarini, xatti-harakatlarini to'g'ri boshqara olishi, o'zini-o'zi tartibga solish qobiliyatlari rivojlanganligi sababli turli xil vaziyatda uchraydigan har xil ekstremal vaziyatlarda o'zini-o'zi adekvat baholay olish imkoni paydo bo'ladi. Mazkur «xavotirlik»lik mezoni bo'yicha (ishonchlilik darajasi 0,05) ham bo'lajak muhandislarda ma'lum bir ijobiy o'zgarishlar kuzatildi.

Bu natijalar tahlili shundan dalolat beradiki, bo'lajak muhandislarda o'tkazilgan ma'lum bir trening mashg'ulotlaridan keyin ularning hissiy-emosional holatlarida o'zgarishlar yaqqol ko'zga tashlandi.

So'rovnomaning «agressivlik» va «depressivlik» mezonlari bo'yicha ham bo'lajak muhandislarda nisbatan yuqori ko'rsatkichlar qayd etildi. Korreksion rivojlantiruvchi trening dasturidan so'ng, «agressivlik» mezoni 16,1 dan 12,3 balga tushdi. Ya'ni, bo'lajak muhandislardagi «agressivlik» mezoni yuqori ko'rsatkichdan pastga tushganini ko'rishimiz mumkin. Demak, bo'lajak muhandislarda «agressivlik» mezoni qanchalik past bo'lsa, ulardagi psixologik salomatlik shunchalik yuqori darajada shakllanadi. Bo'lajak muhandislardagi «agressivlik» mezonining past bo'lishi o'z-o'zidan «depressivlik» mezonining past

darajada bo'lishini ta'minlaydi (21,7 va 18,1 ishonchlilik darajasi 0,05). Olingan empirik ma'lumotlarning ishonchliligi Student t-mezoni bo'yicha asoslandi. Ushbu tahlillar ko'lami psixologik trening dasturlarining samaradorligidan dalolat beradi.

Endi tadqiqotimizni navbatdagi metodikasi hisoblangan «Bo'lajak muhandislarning psixologik salomatligini baholash»so'rovnoma omillari bo'yicha tajriba va nazorat guruhlaridan olingan statistik ma'lumotlar tahliliga o'tamiz (6-jadval).

Biz tomondan o'tkazilgan so'rovnoma natijalariga ko'ra bo'lajak muhandis-talabalarda «assertivlik» shkalasi bo'yicha 14,84 dan 18,6 gacha, «defitsitar agressiya»shkalasi bo'yicha 13,4 dan 9,81 gacha, «konstruktiv-qo'rquv»shkalasi bo'yicha 10,24 dan 15,73 gacha, bo'lgan ballar oralig'idagi dinamik o'zgarishlar miqdorlari kuzatildi.

Shuningdek, bo'lajak muhandislarda «o'z» «Men»ligini chegaralash (konstruktiv)»12,33 dan 16,69 balgacha oshganligini, «destruktiv egoizm» esa 16,27 dan 12,53 balgacha pasayganligi ushbu yo'nalishda olib borilgan psixologik xizmatning muayyan darajadagi ta'sirchanlik imkoniyatlari mavjudligidan dalolat beradi.

## 7 - jadval

### «Bo'lajak muhandislarning psixologik salomatligini baholash»bo'yicha olingan empirik ma'lumotlarning qiyosiy-statistik ko'rsatkichlari (A.M.Nazarov. Sh.Sh.Haydarov) (n=410)

Ob'ekt omil	Tajriba guruhi			Nazorat guruhi			Farqlanishlar	
	n <sub>1</sub> =200			n <sub>2</sub> =210			t	p
	M1	M2	S	M1	M2	S		
Defitsitar agressiya	13,4	9,81	1,1	11,16	10,22	1,2	2,33	0,05
Konstruktiv qo'rquv	10,24	15,73	1,1	9,71	10,15	1,0	2,35	0,05
O'z»Men»ligini chegaralash (konstruktiv)	12,33	16,69	4,1	12,11	13,34	5,9	4,14	0,05
Konstruktiv agressiya	22,76	27,18	2,6	23,1	24,4	4,6	2,12	0,05
Destruktiv egoizm	16,27	12,53	3,4	15,70	14,26	5,7	2,14	0,05
Assertivlik	14,84	18,6	3,7	15,16	16,5	6,9	2,14	0,05
jitimoiy refleksiya	10,22	12,78	1,3	9,07	9,86	1,2	2,14	0,05

Demak, psixologik xizmat amaliyoti davomida olib borilgan psixokorreksion ishlardan so'ng barcha tajriba ob'yektlarida tajribadan oldin (M1) va tajribadan so'ng (M2) olingan ko'rsatkichlar jamlanmasi hisoblandi.

Olingan ushbu ma'lumotlar psixologik salomatlikni mustahkamlash dasturlarining samaradorligi haqida tegishli ilmiy va empirik tasavvurlarni shakllantirishga xizmat qiladi.

## XULOSA

«Bo'lajak muhandislarning psixologik salomatligini shakllantirishning pedagogik-psixologik omillari» mavzusi asosida olib borilgan tadqiqot natijalari nazariy va empirik jihatdan quyidagi xulosalarni shakllantirish imkonini berdi:

1. Bo'lajak muhandislarning shaxslilik xususiyatlarini kasbiy motivlar ta'siriga bog'liqligi natijasida «fobiya», «destruktiv egoizm» kabi pedagogik-psixologik omillarni ustuvor xarakterga ega ekanligi aniqlandi.

2. Bo'lajak muhandislarda «destruktiv qo'rquv» xususiyatlarini ifodalanishiga ko'ra faoliyat jarayonida qiyinchiliklarni ongsiz tarzda bartaraf etish tendensiyasining emotsional intellekt bilan uyg'un namoyon bo'lishi tufayli «defitsitar agressiya», «o'z-o'zini ichki chegaralash», o'z-o'zini tashqi chegaralash», «destruktiv assertivlik», «refleksiya» kabi omillarning dinamik xususiyatga ega bo'lishi isbotlandi.

3. Bo'lajak muhandis talabalarda psixologik salomatlikni rivojlanishi refleksiyaga bog'liq ravishda faoliyat jarayoniga differensial ta'sir etishining pedagogik-psixologik jihatlari asoslandi.

4. Bo'lajak muhandislarda psixologik salomatlikni shakllantirishning pedagogik-psixologik mexanizmlari sanogen tafakkurning «o'z emotsiyasini boshqarish» komponentiga ustuvorlik berish tendensiyasi anqlandi hamda ushbu omillar psixologik salomatlikni pivojlanishini ta'minlashi asoslandi.

5. Bo'lajak muhandislar psixologik salomatligini shakllantirishda ularning shaxslilik xususiyatlari hamda o'ziga xos pedagogik-psixologik bilimlariga asoslanish muhim ahamiyat kasb etishi aniqlandi.

6. Bo'lajak muhandislarda psixologik salomatlik omillarini shakllantirish dasturini qo'llash orqali, ulardagi qat'iyatlilik, xotirjamlilik, konstruktiv qo'rquv, konstruktiv egoizm, o'ziga ishonchlilik kabi shaxslilik omillarini rivojlanishi, shuningdek fobiyalar, agressivlik, frustratsiya, ishonchsizlik kabi salbiy xususiyatlarni pasayishi isbotlandi.

7. Bo'lajak muhandislardagi psixologik salomatlik omillari o'ziga xos usulda shakllangan kognitiv, emotsional, xulqiy komponentlari bilan mutanosib tarzda namoyon bo'lish va rivojlanish tendensiyasiga ega ekanligi dalillandi.

8. Bo'lajak muhandislardagi psixologik salomatlik ko'rsatkichlari o'rtasida muayyan darajadagi korrelatsion bog'liqliklarning mavjudligi mazkur psixologik salomatlik mezonlari haqida ilmiy tasavvurlarni shakllanishida muhim ahamiyat kasb etishi asoslandi.

Tadqiqot natijalari asosida shakllantirilgan umumiy xulosalar quyidagi **amaliy tavsiyalarni** taklif etish imkonini berdi:

1. Psixologik salomatlikni faoliyat samaradorligini belgilovchi yetakchi komponent ekanligini nazarda tutib, uni rivojlantirib borishni barcha oliy o'quv yurtlarining ta'lim standartlariga kiritishdan boshlash maqsadga muvofiqdir.

Binobarin, bo'lajak mutaxasislarni nafaqat maxsus bilim, ko'nikma hamda malakalar bilan qurollantirish, balki ularning pedagogik-psixologik tayyorgarligiga jiddiy e'tibor qaratish muhim ahamiyat kasb etadi.

2. Psixologik salomatlikni omillari, mexanizmlari va shakllantirish usullari haqidagi seminar-treninglar, davra suhbatlari, onlayn muloqotlarni doimiy ravishda tashkil etish orqali kasbiy faoliyat samaradorligini oshirish mumkin

3. Maxsus psixologik treninglar orqali bo'lajak muhandislar faoliyatida uchraydigan ziddiyatli holatlarni bartaraf etishga qaratilgan ko'nikma va malakalarini shakllantirishga erishish mumkin bo'ladi.

4. Mutaxasislarni psixologik salomatligini shakllantirish uchun ularni qayta tayèrlash va malakasini oshirish kurslari o'quv dasturlariga o'zgartirishlar kiritish, ularning faoliyat davomiyligiga qarab psixologik salomatlik darajasini onlayn diagnostika qilib borish lozim.

5. Bo'lajak muhandislarning psixologik salomatligini shakllantirishni to'g'ri va samarali tashkil etish muhim jarayondir. Bu dolzarb va muhim vazifani ta'lim muassasalarini ilk bosqichidanoq bosqichma-bosqich amalga oshirish zarur.

6. Bo'lajak muhandislarning psixologik salomatligini takomillashtirish uchun ularning shaxsiy-kasbiy tayyorgarligi va malakasini oshirish tizimini yaratish, psixologik salomatlikni standart, asosli va ishonchli psixologik diagnostik, korreksion texnologiyalar va treninglar dasturlari bilan ta'minlash va ular bilan ishlashga o'rgatish, psixologik salomatlikni mustahkamlash jarayonini samarali tashkil etish uchun ilmiy, metodik va axborot ta'minotini yaratish maqsadga muvofiqdir.

7. Bo'lajak muhandislarning psixologik salomatligini oshirishda ularga psixologik yondashuv usullarini to'g'ri tanlash va muayyan darajadagi psixologik bilim, ko'nikma va qonuniyatlarga e'tibor qaratish lozim.

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

**I bo'lim (I часть; I part)**

1. Haydarov Sh.Sh. Bo'lajak muxandislarda psixologik salomatlikni shakllantirishning pedagogik-psixologik omillari. Monografiya-Buxoro «Kamolot» nashriyoti. – 2023. - 120 b. [ISBN 978-9910-734-11-2].

2. Haydarov Sh.Sh. The essential idea of the psychological health of the Personality of future engineers. //Вестник интегративной психологии. – Ярославль, 2023. Выпуск № 29. – С. 370-375.

3. Haydarov Sh.Sh. Bo'lajak muhandislarda psixologik salomatlik omillarining shakllanishining pedagogik-psixologik determinantlari. //Ta'lim va innovasion tadqiqotlar. – Buxoro, 2023. №7. – В. 379-385.

4. Haydarov. Sh.Sh. Bo'lajak muhandislarda psixologik salomatlik omillarini shakllanishida hissiy-irodaviy sifatlarning o'rni va ahamiyati «Psixologiya»ilmiy jurnali. – Buxoro, 2023. №3. – В. 247-253.

5. Haydarov Sh Sh. Psixologik salomatlikning ilmiy adabiyotlarda yoritilishi //«Boshlang'ich ta'lim mazmunini takomillashtirish: o'quv dasturi-o'qituvchi - baholash». Xalqaro miqyosidagi ilmiy amaliy-anjuman materiallari. – Buxoro, 2023. - В. 380-382.

6. Haydarov Sh.Sh. Психическое здоровье - как важный фактор обеспечения эффективности деятельности инженеров ЛХХХИ Международная научно-практическая конференция Konferensiya «European Research: Innovation in Science, Education and Technology/ Европейские научные исследования: инновации в науке, образовании и технологиях. – London, United Kingom, 2023. - P. 49-51.

7. Haydarov Sh.Sh. Формирование психического здоровья у инженеров. «Jismoniy madaniyat va sport: ta'lim dasturlarini takomillashtirish, muammolar va yechimlar». Respublika xalqaro miqiyosida o'tkazilgan ilmiy amaliy-anjuman. – Buxoro, 2023. - В. 623-624.

8. Haydarov Sh. Sh. Влияние искусственного интеллекта на психическое здоровье будущих инженеров. //«Jismoniy madaniyat va sport: ta'lim dasturlarini takomillashtirish, muammolar va yechimlar». Respublika xalqaro miqiyosida o'tkazilgan ilmiy amaliy-anjuman. – Buxoro, 2023. - В. 612-614.

**II bo'lim (II часть; II part)**

9. Haydarov Sh.Sh. Состояние физического и психологического здоровья студентов технического вуза. //Вестник интегративной психологии. – Ярославль, 2023. Выпуск № 30. – С. 370-375.

10. Haydarov Sh.Sh. Педагого-психологические факторы психологического здоровья работников-профессионалов занятых в



технических сферах. //Ta'lim va innovasion tadqiqotlar. – Buxoro, 2023. №8. - В. 390-394.

11. Haydarov Sh.Sh. Bo'lajak muhandislarda psixologik salomatlik omillari bilan emotsional xususiyatlari o'rtasidagi munosabatlarning namoyon etilishi Buxoro psixologiya va xorijiy tillar instituti ilmiy axborotnomasi. – Buxoro, 2023. № 3, - В. 12-13.

12. Хайдаров Ш.Ш. Психологические детерминанты формирования факторов психического здоровья будущих инженеров. //European research: innovation in science, education and technology collection of scientific articles. LXXXI International correspondence scientific and practical conference (London, United Kingdom, November 28-29). - London. 2023 - P. 52-54.

13. Хайдаров Ш.Ш. Сущностное представление о психологическом здоровье личности будущих инженеров. //Prospects and main trends in modern science. International scientific-online conference Part 6 November 29<sup>th</sup> Colletions of scientific works madrid 2023 - P. 49-55.

14. Хайдаров Ш.Ш. Подходы к исследованию психологического здоровья будущих инженеров Innovation in the modern education system: a collection scientific works of the International scientific conference (25 th November , 2023) – Washington, USA: "CESS", 2023. Part 35. – P. 458-461.

15. Хайдаров Ш.Ш. Психологик саломатликнинг касбий фаолият доирасида тадқиқ этилиши. //Ta'limda innovatsiyalar, investitsiyalar va intellektual salohiyat: muammolar, tahlillar va istiqbollar mavzusidagi Respublika ilmiy-amaliy anjuman to'plami. 2023-yil, 27-oktyabr. - В. 183-187.

16. Haydarov Sh.Sh. Bo'lajak muhandislarda psixologik salomatlikni shakllantirishning psixologik asoslari va imkoniyatlari. // “Zamonaviy psixologik tadqiqotlar integratsiyasi” mavzusidagi Respublika ilmiy-amaliy anjuman to'plami. - Buxoro, 2023-yil 24-25 noyabr. - В. 304 – 306.