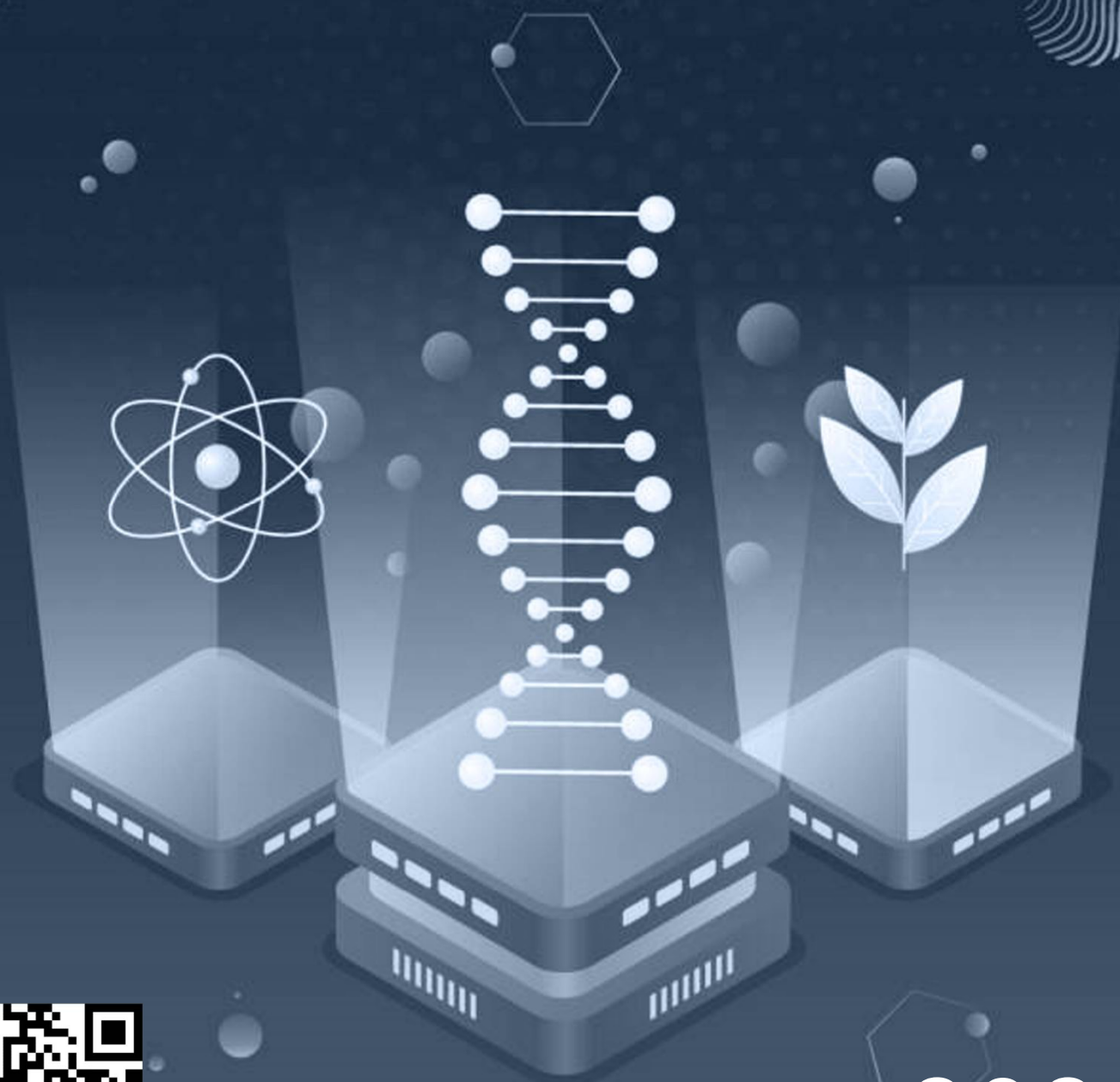


ISSN 2181-0000
Doi Journal 10.26739/2181-0000

JOURNAL OF MAMUN SCIENCE



Volume 4, Issue 6 **2026**



ISSN 2181-0000
Doi Journal 10.26739/2181-0000



«MAMUN SCIENCE» JURNALI

4 JILD, 6 SON

ЖУРНАЛ «MAMUN SCIENCE»

TOM 4, HOMEP 6

JOURNAL OF «MAMUN SCIENCE»

VOLUME 4, ISSUE 6



TOШKENT-2026

«MA'MUN SCIENCE» JURNALI

ЖУРНАЛ «МА'МUN SCIENCE» | JOURNAL OF «MAMUN SCIENCE»

№6 (2026) DOI <http://dx.doi.org/10.26739/2181-0000-2026-6>

Бош мухаррир: | Главный редактор:
Chief Editor:

Matyakubov Umidjon Raximovich
(i.f.d., prof.)

Бош мухаррир ўринбосари: | Заместитель
главного редактора: | Deputy Chief Editor:

Xudonazarov Egambergan Madrahimovich
(PhD., dots.)

TAHRIRIY MASLAHAT KENGASHI | EDITORIAL BOARD | РЕДАКЦИОННЫЙ СОВЕТ

FILOLOGIYA FANLARI

O'rozboyev Abdulla Durdibayevich

Filologiya fanlari doktori (DSc), professor

Axmedov Oybek Saporboyevich

Filologiya fanlari doktori (DSc), professor

O'zbekiston davlat jahon tillari universiteti

Galiyeva Margarita Rafaelovna

Filologiya fanlari doktori (DSc), professor

O'zbekiston davlat jahon tillari universiteti

Nasrullayeva Nafisa Zafarovna

Filologiya fanlari doktori (DSc), professor

Samarqand davlat chet tillari instituti

Cho'ponov Otanazar Otojovich

Filologiya fanlari doktori (DSc)

Urganch davlat universiteti

Yakubova Matluba Tajibayevna

Filologiya fanlari bo'yicha falsafa doktori (PhD)

Ma'mun Universiteti NTM

Matnazarov Javlanbek Kabulovich

Filologiya fanlari bo'yicha falsafa doktori (PhD)

Ma'mun Universiteti NTM

TARIX FANLARI

Anatoliy Sagdullayevich Sagdullayev

Tarix fanlari doktori, professor; akademik

O'zbekiston Respublikasi Fanlar

akademiyasining haqiqiy a'zosi

Ashirov Adhamjon Azimbayevich

Tarix fanlari doktori, professor,

O'zbekiston Respublikasi

Fanlar akademiyasi Tarix instituti.

Shaydurov Vladimir Nikolayevich

Tarix fanlari doktori, dotsent

Leningrad davlat universiteti Rossiya

Abdullayev Utkir Ismoilovich

Tarix fanlari doktori (DSc),

dotsent Urganch davlat universiteti

Matkarimova Sadoqat Maqsudovna

Tarix fanlari doktori (DSc), dotsent

Ma'mun Universiteti NTM

Abdullayev Timur Pulatovich

Tarix fanlari nomzodi, dotsent

Ma'mun Universiteti NTM

Abdalov Umidbek Matniyazovich

Tarix fanlari bo'yicha falsafa doktori (PhD),

Dotsent Ma'mun Universiteti NTM

Yunusxo'jayev Habibulla Zafar o'g'li

Tarix fanlari bo'yicha falsafa doktori (PhD),

Dotsent Ma'mun Universiteti NTM

PSIXOLOGIYA FANLARI

Shoumarov G'ayrat Baxromovich

Psixologiya fanlari doktori, professor; akademik

O'zbekiston Respublikasi

Fanlar akademiyasining haqiqiy a'zosi

Kryukova Tatyana Leonidovna

Psixologiya fanlari doktori, professor

Kostroma davlat universiteti Belorusiya

Karpinskiy Konstantin Viktorovich

Psixologiya fanlari doktori, professor

Grodno davlat universiteti Belorusiya

Urazbayeva Dilbar Abdullayevna

Psixologiya fanlari doktori (DSc), professor

Ma'mun Universiteti NTM

Jumaniyazova Nasiba Ramatillayevna

Psixologiya fanlari doktori (DSc), dotsent

Ma'mun Universiteti NTM

Nurullayeva Baxtigul Bobojonovna

Psixologiya fanlari nomzodi, dotsent Ma'mun

Universiteti NTM

IQTISODIYOT FANLARI

Ruzmetov Baxtiyar

Iqtisodiyot fanlari doktori, professor

Ma'mun Universiteti NTM

Sherov Alisher Bakberganovich

Iqtisodiyot fanlari doktori (DSc), professor

Ma'mun Universiteti NTM

Voronsova Yuliya Vladimirovna

Iqtisodiyot fanlari nomzodi

Moskva davlat boshqaruvi universiteti

Jabborov Umarbek Rustambekovich

Iqtisodiyot fanlari bo'yicha falsafa doktori (PhD)

Ma'mun Universiteti NTM

Cho'ponov San'at Otanazarovich

Iqtisodiyot fanlari bo'yicha falsafa doktori (PhD)

Ma'mun Universiteti NTM

Niyazmetov Islambek Masharipovich

Iqtisodiyot fanlari doktori (DSc), dotsent

Ma'mun Universiteti NTM

PEDAGOGIKA VA FALSAFA FANLARI

Sardor Sharifzoda O'razboy Tabib o'g'li

Pedagogika fanlari bo'yicha falsafa
doktori (PhD), professor

Ma'mun Universiteti NTM

Adilov Zafar Yunusovich

Falsafa fanlari bo'yicha falsafa doktori (PhD)

Ma'mun Universiteti NTM

Boltayev Abdurahim Amanovich

Falsafa fanlari doktori, dotsent

Ma'mun Universiteti NTM

Zoirov Erkin Xalilovich

Falsafa fanlari doktori, dotsent

Buxoro davlat texnika universiteti

Nurullayeva Baxtigul Bobojonovna

Psixologiya fanlari nomzodi, dotsent Ma'mun

Universiteti NTM

TIBBIYOT FANLARI

Yuldashev Baxrom Sobirjanevich

Tibbiyot fanlari doktori (DSc), dotsent

Ma'mun Universiteti NTM

Abdullayev Ravshanbek Babajonovich

Tibbiyot fanlari doktori, professor

Toshkent tibbiyot akademiyasi Urganch filiali

Esamuratov Aybek Ibragimovich

Tibbiyot fanlari doktori (DSc), dotsent

Toshkent tibbiyot akademiyasi Urganch filiali

Samandarova Barno Sultonovna

Biologiya fanlari nomzodi, dotsent

Toshkent tibbiyot akademiyasi Urganch filiali

Tajiyeva Zebo Baxodirovna

Tibbiyot fanlari falsafa doktori (PhD)

Toshkent tibbiyot akademiyasi Urganch filiali

ILMIY JURNAL TEXNIK KOTIBI

Yunusxo'jayev Habibulla Zafar o'g'li

Ma'mun Universiteti NTM

Журнал включен в перечень ВАК национальных научных изданий, рекомендуемых для публикации
основных научных результатов диссертаций по медицинским наукам постановлением
№ 01-08/3068/17 от 27 сентября 2024 г.

Page Maker | Верстка | Саифаловчи: X. Mirzaxmedov

Контакт редакций журналов. www.tadqiqot.uz

ООО Тадqiqot город Ташкент,
улица Амира Темура пр.1, дом-2.

Web: <http://www.tadqiqot.uz/>; Email: info@tadqiqot.uz

Тел: (+998-94) 404-0000

Editorial staff of the journals of www.tadqiqot.uz

Tadqiqot LLC the city of Tashkent,
Amir Temur Street pr.1, House 2.

Web: <http://www.tadqiqot.uz/>; Email: info@tadqiqot.uz

Phone: (+998-94) 404-0000

IQTSOD

1. Boltayev B. Mixliyev O. QISHLOQ XO‘JALIGINI INNOVATSION RIVOJLANISH SHAROITIDA KADRLAR TAYYORLASH TIZIMINI TAKOMILLASHTIRISH YO‘LLARI.....	7
2. Djumabayeva Sh. O‘ZBEKISTONDA NIKOH VA AJRALISH JARAYONLARINING IJTIMOY-DEMOGRAFIK O‘ZGARISHLARI.....	11
3. Raximov Matqurbon Ravshanbek O‘g‘li. GLOBALLASHUV SHAROITIDA ENERGIYA SAMARADORLIGINI OSHIRISH VA EKOLOGIK BARQARORLIKNI TA‘MINLASHNING ZARURATI.....	19
4. Rustamboyev Kamronbek Otabek o‘g‘li. O‘ZBEKISTONDA YASHIL IQTISODIYOTNING IQTISODIY SAMARADORLIGI VA DAVLAT TOMONIDAN QO‘LLAB-QUVVATLASH YO‘LLARI.....	24
5. Курбанова Дилфуза Баходировна. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ И НАУЧНЫЕ ОСНОВЫ РАЗВИТИЯ ОТРАСЛЕЙ СФЕР УСЛУГ В УСЛОВИЯХ ИННОВАЦИОННОГО РАЗВИТИЯ.....	27
6. Egamberdiyev Shoxruxbek Davronbekovich. KICHIK TADBIRKORLIK FAOLIYATIGA RAQAMLI TEXNOLOGIYALARNI JORIY ETISHNING XORIJ TAJRIBASI.....	33

FILOLOGIYA

1. Jo‘rayeva Muhayyo Abduljalilovna O‘ZBEK VA INGLIZ SO‘ZLASHUV DISKURSIDA DISKURS MARKERLARINING INTERAKTIV-PRAGMATIK XUSUSIYATLARI.....	38
2. Raximova Dilfuza Masharip qizi. “XX–XXI ASR BRITANIYA ROMANLARIDA SHARQ VA G‘ARB BADIY TAFAKKURI SINTEZI”.....	42
3. Baxtiyorov Asadbek Dilshod o‘g‘li. ANTONIO JENKINSON VA UNING XIVA XONLIGIGA TASHRIFI.....	46
4. Ювашева Шоира Махаматовна ВЛИЯНИЕ КУЛЬТУРНЫХ НОРМ НА ФОРМИРОВАНИЕ ЯЗЫКОВОЙ ЛИЧНОСТИ В АНГЛИЙСКОМ ЯЗЫКЕ.....	48

PSIXOLOGIYA

1. Mashhura Sultonova Rustamboyevna. YETUKLIK YOSHIDAGI AYOLLARDA O‘Z-O‘ZIDAN QONIQISH DARAJASIGA PSIXOLOGIK RESURLAR VA QADRIYATLAR TIZIMINING TA‘SIRI.....	52
2. Sherjanova Nodira. MIGRANT OILALARDA TARBIIYALANAYOTGAN O‘SMIRLARDA PROSOTSIAL XULQ-ATVOR VA EMPATIYA MUNOSABATI.....	58

3. Odamova O'g'iljon Kenjayevna. SHAXSLARARO MUNOSABATLARNING YUZAGA KELISH SABABLARI.....	63
--	----

TARIX

1. Egamberdieva Nigora Azadovna. Raxmatullaeva Azada. XORAZM VOHASIDA ILK DAVLATNING SHAKLANISHI JARAYONINING TAHLILI (ARXEOLGIK VA YOZMA MANBALAR ASOSIDA).....	68
---	----

2. Abdullayev U.I. Kurshat Y. Satimov B. OROLBO'YIDA MUDOFA ISTEHKOMLARNING KELIB CHIQISHI BO'YICHA BA'ZI BIR MULOHAZALAR.....	73
---	----

3. Egamberdiyeva Zulfiya Zafar qizi. OLTIN O'RDA DAVRIDA XORAZMDA IQTISODIY HAYOT.....	78
--	----

4. Бобождонов У. ҚЎЙҚИРИЛГАН ҚАЛЪА АНТИК ДАВР МАДАНИЙ МЕРОС МАРКАЗИ.....	82
--	----

5. Umidbek Abdalov Matniyazovich. Ibodullayeva Oymarjon Shavkat qizi. FROM THE HISTORY OF DIPLOMATIC AND ECONOMIC RELATIONS BETWEEN THE KHIVA KHANATE AND THE RUSSIAN EMPIRE AT THE BEGINNING OF THE 18 th - 20 th CENTURIES.....	86
---	----

PEDAGOGIKA

1. Ismoilova Gulnoza Olimboy qizi. BO'LAJAK O'QITUVCHILARNING 4 K KOMPETENSIYALARINI RAQAMLI TA'LIM MUHITIDA RIVOJLANTIRISH.....	91
---	----

2. Yunusxo'jayev Mustafo Zafarxo'ja o'g'li. NAJMIDDIN KUBRO PEDAGOGIK QARASHLARI ASOSIDA TALABALARNING MA'NAVIY-AXLOQIY KOMPETENSIYASINI RIVOJLANTIRISHNING PEDAGOGIK MODELI.....	96
---	----

3. Radjapova Feruza Abdullayevna. PEDAGOGIK MADANIYATNI RIVOJLANTIRISH TEXNOLOGIYALARINING DIDAKTIK TASNIFI VA ULARNI PEDAGOGIK TA'LIMGA INTEGRATSIYA QILISH ALGORITMI...106	
---	--

PSIXOLOGIYA**Psixologiya. UDK: 159.923.2 : 159.922.6****Mashhura Sultonova Rustambojevna**

Abu Rayhon Beruniy nomidagi UrDU, “Pedagogika va psixologiya” kafedrası, Psixologiya fanlari bo‘yicha falsafa doktori PhD, dotsent
e.pochta-mashhurasultonova54@gmail.com
ORCID: <https://orcid.org/009-0001-5117-84-88>

**YETUKLIK YOSHIDAGI AYOLLARDA O‘Z-O‘ZIDAN QONIQISH DARAJASIGA
PSIXOLOGIK RESURLAR VA QADRIYATLAR TIZIMINING TA’SIRI**<http://dx.doi.org/10.5281/zenodo.21008684>

ANNOTATSIYA: Mazkur maqolada yetuklik yoshidagi ayollarda o‘z-o‘zidan qoniqish darajasining shakllanishi va namoyon bo‘lishiga psixologik resurslar hamda qadriyatlar tizimining ta’siri nazariy va empirik jihatdan tahlil qilingan. Tadqiqotda shaxsning ichki psixologik resurslari, jumladan, rezilyentlik, o‘z-o‘zini boshqarish, emotsional barqarorlik, refleksivlik va o‘z-o‘zini samarali baholash kabi omillarning subyektiv farovonlik hamda hayotdan qoniqish ko‘rsatkichlari bilan o‘zaro bog‘liqligi o‘rganilgan. Shuningdek, qadriyatlar tizimining motivatsion-regulyativ funksiyasi, uning shaxsiy identifikatsiya, hayotiy maqsadlarni belgilash va psixologik adaptatsiya jarayonlaridagi roli yoritilgan. Tadqiqot natijalari psixologik resurslarning rivojlanganligi hamda ijobiy qadriyatlar orientatsiyasining yuqori darajasi ayollarning o‘z-o‘zidan qoniqish darajasini oshiruvchi muhim determinantlar ekanligini ko‘rsatadi. Olingan natijalar yetuklik yoshidagi ayollarning psixologik farovonligini ta’minlash, shaxsiy rivojlanishini qo‘llab-quvvatlash va psixoprofilaktik hamda psixokorreksion dasturlarni ishlab chiqishda ilmiy-amaliy ahamiyat kasb etadi.

KALIT SO‘ZLAR: o‘z-o‘zidan qoniqish, psixologik resurslar, qadriyatlar tizimi, subyektiv farovonlik, rezilyentlik, emotsional barqarorlik, refleksivlik, shaxsiy identifikatsiya, hayotdan qoniqish, yetuklik yoshi.

Psychology. UDK: 159.923.2 : 159.922.6

Mashhura Sultonova Rustambojevna

Urdu State University named after Abu Rayhon Beruni, Department of “Pedagogy and Psychology”, Doctor of Philosophy in Psychology, PhD, Associate Professor
e.pochta-mashhurasultonova54@gmail.com
ORCID: <https://orcid.org/009-0001-5117-84-88>
Psychological characteristics of women in adulthood

**THE INFLUENCE OF PSYCHOLOGICAL RESOURCES AND VALUE ORIENTATIONS
ON SELF-SATISFACTION AMONG WOMEN IN ADULTHOOD****Abstract**

This article provides a theoretical and empirical analysis of the influence of psychological resources and value systems on the formation and manifestation of self-satisfaction among mature-aged women. The study examines the relationship between internal psychological resources, including resilience, self-regulation, emotional stability, reflexivity, and self-efficacy, and indicators of subjective well-being and life satisfaction. Furthermore, the motivational and regulatory functions of the value system, as well as its role in personal identity formation, goal setting, and psychological adaptation processes, are explored. The findings indicate that well-developed psychological resources and a high level of positive value orientations serve as significant determinants of increased self-satisfaction among women. The results obtained have theoretical and practical significance for promoting psychological well-being, supporting personal development, and designing psycho-preventive and psycho-corrective programs for mature-aged women.

Keywords: self-satisfaction, psychological resources, value system, subjective well-being, resilience, emotional stability, reflexivity, personal identity, life satisfaction, mature-aged women.

Психология. УДК: 159.923.2 : 159.922.6

Машхура Султонова Рустамбоевна

Ургенчские государственный университет имени Абу Райхона Берунии, кафедра «Педагогика и психология», доктор философии в области психологии, кандидат психологических наук, доцент
e.pochta-mashhurasultonova54@gmail.com
ORCID: <https://orcid.org/009-0001-5117-84-88>

ВЛИЯНИЕ ПСИХОЛОГИЧЕСКИХ РЕСУРСОВ И СИСТЕМЫ ЦЕННОСТЕЙ НА УРОВЕНЬ САМОУДОВЛЕТВОРЁННОСТИ ЖЕНЩИН ЗРЕЛОГО ВОЗРАСТА

Аннотация

В данной статье представлен теоретический и эмпирический анализ влияния психологических ресурсов и системы ценностей на формирование и проявление уровня самоудовлетворённости у женщин зрелого возраста. В исследовании изучена взаимосвязь внутренних психологических ресурсов личности, включая резильентность, саморегуляцию, эмоциональную устойчивость, рефлексивность и самоэффективность, с показателями субъективного благополучия и удовлетворённости жизнью. Кроме того, раскрываются мотивационно-регулятивные функции системы ценностей, а также её роль в процессах формирования личностной идентичности, постановки жизненных целей и психологической адаптации. Результаты исследования свидетельствуют о том, что развитость психологических ресурсов и высокий уровень позитивных ценностных ориентаций выступают значимыми детерминантами повышения уровня самоудовлетворённости женщин. Полученные результаты имеют теоретическую и практическую значимость для обеспечения психологического благополучия, поддержки личностного развития, а также разработки психопрофилактических и психокоррекционных программ для женщин зрелого возраста.

Ключевые слова: самоудовлетворённость, психологические ресурсы, система ценностей, субъективное благополучие, резильентность, эмоциональная устойчивость, рефлексивность, личностная идентичность, удовлетворённость жизнью, женщины зрелого возраста.

Yetuklik yoshidagi ayollarda o‘z-o‘zidan qoniqish darajasiga psixologik resurslar va qadriyatlar tizimining ta’siri

Kirish. Zamonaviy psixologiya fanida shaxsning psixologik farovonligi, hayotdan qoniqishi va o‘z-o‘zidan qoniqish darajasini belgilovchi omillarni o‘rganish dolzarb ilmiy muammolardan biri hisoblanadi. Ayniqsa, yetuklik yoshi davrida ayollar hayotining turli sohalarida – oilaviy munosabatlar, kasbiy faoliyat, ijtimoiy mavqe va shaxsiy rivojlanish jarayonlarida muhim

o'zgarishlarga duch keladilar. Ushbu o'zgarishlar ularning o'zini anglash darajasi, hayotiy maqsadlari, qadriyatlar tizimi hamda o'z hayotidan qoniqish hissiga bevosita ta'sir ko'rsatadi.

Zamonaviy dunyoda ijtimoiy-iqtisodiy barqarorlik va jamiyat bevosita inson kapitali hamda shaxsning psixologik salomatligi bilan belgilanadi. Ayniqsa, jamiyat va oilaning tayanchi bo'lgan xotin-qizlarning ijtimoiy faolligini oshirish, ularning hayotdan va o'z-o'zidan qoniqish darajasini ta'minlash bugungi kun sotsial-psixologik tadqiqotlarining strategik yo'nalishlaridan biridir. Dunyo miqyosida va

mamlakatimizda amalga oshirilayotgan tizimli islohotlar doirasida ayollarning huquq hamda imkoniyatlarini kengaytirish, ularning psixologik barqarorligini qo'llab-quvvatlash davlat siyosatining ustuvor vazifalaridan biri etib belgilangan.

Psixologik tadqiqotlarda o'z-o'zidan qoniqish shaxsning o'z imkoniyatlari, yutuqlari va ijtimoiy mavqeini subyektiv baholashi natijasida shakllanuvchi murakkab psixologik fenomen sifatida talqin etiladi. Mazkur fenomenning shakllanishida shaxsning ichki psixologik resurslari, jumladan, rezilyentlik, emotsional barqarorlik, o'z-o'zini boshqarish, refleksivlik va o'z-o'zini samarali baholash kabi omillar muhim ahamiyat kasb etadi. Ushbu resurslar insonning hayotiy qiyinchiliklarni yengib o'tishi, stressli vaziyatlarga moslashuvi hamda psixologik muvozanatini saqlab qolishida asosiy determinantlar sifatida namoyon bo'ladi. Shuningdek, qadriyatlar tizimi shaxsning motivatsion yo'nalganligi, hayotiy strategiyalari va xulq-atvorini tartibga soluvchi muhim psixologik mexanizm hisoblanadi.

Qadriyatlar insonning hayot mazmunini anglashiga, maqsadlarini belgilashiga va ijtimoiy munosabatlarni samarali tashkil etishiga xizmat qiladi. Shu bois psixologik resurslar va qadriyatlar tizimining o'z-o'zidan qoniqish darajasiga ta'sirini o'rganish nafaqat nazariy, balki amaliy jihatdan ham muhim ahamiyatga ega. Mazkur tadqiqotning maqsadi yetuklik yoshidagi ayollarda o'z-o'zidan qoniqish darajasiga psixologik resurslar hamda qadriyatlar tizimining ta'sirini aniqlash, ularning o'zaro bog'liqlik xususiyatlarini tahlil qilish va psixologik farovonlikni ta'minlashdagi rolini ilmiy asoslashdan iborat. Yetuklik yoshidagi ayollarda o'z-o'zidan qoniqish shaxsning psixologik resurslari va qadriyatlar tizimi bilan bevosita bog'liqdir[7].

Yetuklik yoshi (35–55 yosh) ayol shaxsi hayotida o'ziga xos inqirozlar, ijtimoiy rollarning almashinuvi, biologik o'zgarishlar va shu bilan birga intellektual hamda ma'naviy yuksalish davri hisoblanadi. Ushbu davrda ayollarda o'z-o'zidan qoniqish darajasining qay darajada shakllanganligi ularning professional muvaffaqiyati, oilaviy munosabatlari sifati va umumiy psixologik farovonligini belgilab beradi. Biroq, yetuklik yoshidagi ayollarning ichki salohiyatini yuzaga chiqarishda ularning psixologik resurslari va qadriyatlar tizimi qanday determinatsion (aniqlovchi) ahamiyatga ega ekanligi muammosi psixologiya fanida hanuzgacha tizimli, integrativ yondashuv asosida to'liq tadqiq etilmagan.

Shaxsning hayotdan va o'z-o'zidan qoniqishi, uning psixologik resurslari muammosi xorijiy va mahalliy olimlar tomonidan turlicha aspektlarda o'rganilgan. Jumladan, xorijiy psixologiyada E.Diener, kognitiv yondashuv doirasida A.Beck, shaxsning qadriyatlar tizimini o'rganishda sotsial-madaniy kontekstda M.Rokeach va shaxs resurslarini o'rganishda S.Hobfoll (resurslarni saqlash nazariyasi) kabi olimlarning tadqiqotlari ushbu sohada fundamental asos bo'lib xizmat qiladi. Rossiya psixologiyasida yetuklik va akmeologiya muammolari B.Ananyev, A.Bodalyov, shaxsning o'z-o'zini anglash va qadriyatlar tizimi masalalari esa D.Leontyev, K.Abulxanova-Slavskaya tomonidan tahlil etilgan.

Respublikamiz psixologiya fanida xotin-qizlar psixologiyasi, gender muammolari, shaxsning qadriyat yo'nalishlari va emotsional holatlari V.Tokareva, E.G'oziyev, G.Shoumarov, B.Qodirov, N.Sog'inov, Z.Ibragimova, M.Asqarova va boshqa olimlar tomonidan tadqiq etilgan bo'lsa-da, aynan yetuklik yoshidagi ayollarda o'z-o'zidan qoniqish fenomenining psixologik resurslar va qadriyatlar iyerarxiyasi bilan bog'liqligi maxsus ilmiy tahlil obyekti sifatida yetarlicha yoritilmagan.

- **Adabiyotlar tahlili.** Shaxsning hayotdan va o'z-o'zidan qoniqishi, uning ichki va tashqi resurslari hamda ma'naviy-motivatsion asosi hisoblangan qadriyatlar tizimi psixologiya fanida fundamental va amaliy jihatdan keng o'rganilgan muammolardan biridir. Ushbu muammoning

nazariy ildizlari xorijiy, MDH mamlakatlari va mahalliy psixologlar tomonidan turlicha konseptual yondashuvlar doirasida tadqiq etilgan.

G'arb psixologik maktablarida o'z-o'zidan va hayotdan qoniqish fenomeni ko'pincha "subyektiv farovonlik" va "hayot sifati" tushunchalari bilan uzviy bog'liqlikda o'rganiladi. Bu borada E.Diener tomonidan ilgari surilgan subyektiv farovonlik modeli mavjud. Uning fikricha, hayotdan va o'z-o'zidan qoniqish subyektiv farovonlikning kognitiv komponenti bo'lib, shaxsning o'z hayotiy yutuqlari va ichki imkoniyatlarini ongli ravishda baholashi natijasida yuzaga keladi. Kognitiv yo'nalish vakili A.Beck esa o'z-o'zidan qoniqish shakllanishida interpretatsiya (shaxsning voqelikni idrok etish va unga ma'no berish) jarayonlarining rolini asoslab bergan.

Yetuklik davrida shaxsning muvozanatni saqlashi va inqirozlardan muvaffaqiyatli o'tishida psixologik resurslar hal qiluvchi ahamiyatga ega. S.Hobfoll tomonidan ishlab chiqilgan "Resurslarni saqlash nazariyasi" esa ushbu yo'nalishdagi eng nufuzli konseptual modellardan biridir. S. Hobfoll fikricha, shaxs doimiy ravishda o'z resurslarini (obymat, shaxsiy xususiyatlar, ijtimoiy energiya va b.) asrash, tiklash va ko'paytirishga intiladi. Yetuklik yoshidagi ayollarda stressogen omillarning ko'pligi (oilaviy majburiyatlar, kasbiy yuklama, yosh bilan bog'liq fiziologik o'zgarishlar) fonida psixologik resurslarning yetishmasligi o'z-o'zidan qoniqish darajasining keskin pasayishiga olib kelishi empirik isbotlangan. Shuningdek, M.Rokeach shaxs qadriyatlarini terminal (maqsad-qadriyatlar) va instrumental (vosita-qadriyatlar) turlariga ajratib, ularning xulq-atvorni boshqarish hamda ichki uyg'unlikni ta'minlashdagi funksiyasini yoritib bergan.

MDH mamlakatlari psixologiyasida yetuklik (akmeologiya) va shaxs salohiyati. Rossiya psixologik maktablarida yetuklik yoshi (akmeologiya davri) inson hayotining eng sermahsul, intellektual va ijtimoiy kuchlar cho'qqiga chiqadigan davri sifatida qaraladi. B.Ananyev va A.Bodalyov tadqiqotlarida yetuklik yoshi shunchaki yosh davri bo'lmay, balki shaxsning o'z salohiyatini maksimal darajada yuzaga chiqarish (samorealizatsiya) bosqichi ekanligi isbotlangan. K.Abulxanova-Slavskaya yondashuviga ko'ra, shaxsning hayotiy faolligi va hayot subyektivi sifatidagi mavqeyi uning qoniqish hissini belgilaydi. Agar yetuk yoshdagi shaxs o'z hayotiy strategiyasini mustaqil boshqara olmasa, unda ichki nizolar va o'zidan norozilik kayfiyati shakllanadi.

Qadriyatlar tizimi va uning shaxsiy ma'nolar dunyosidagi roli D.Leontyev tomonidan chuqur tahlil qilingan. Uning "shaxsiy qadriyatlar" konsepsiyasiga ko'ra, qadriyatlar faqat ijtimoiy normalar bo'lib qolmay, balki shaxsning ichki motivatsion-ehtiyoj sohasini harakatga keltiruvchi, uning hayotiy faoliyatiga mazmun beruvchi va o'z-o'zini baholash mezonlarini shakllantiruvchi ichki resurs hisoblanadi.

Respublikamiz psixologiyasida gender va qadriyat yo'nalishlari tadqiqi. O'zbekiston psixologiya fanida xotin-qizlar psixologiyasi, oilaviy munosabatlar va shaxs taraqqiyoti masalalari o'ziga xos milliy va mental xususiyatlarni hisobga olgan holda o'rganib kelinmoqda. E.G'oziyev asarlarida shaxsning yosh davrlari dinamikasi, jumladan, yetuklik yoshida shaxsning o'z-o'zini tarbiyalashi va psixologik tayyorgarligi qonuniyatlari tizimli yoritilgan. G.Shoumarov rahbarligidagi tadqiqotlarda o'zbek oilalarining ijtimoiy-psixologik xususiyatlari, ayollarning oiladagi va jamiyatdagi rollari iyerarxiyasi, oilaviy munosabatlardan qoniqqanlik mezonlari fundamental tarzda tahlil qilingan.

Shaxs qadriyatlari, emotsional barqarorlik va subyektiv qoniqish masalalari B.Qodirov, N.Sog'inov, V.Tokareva, Z.Ibragimova kabi mahalliy olimlarimiz tomonidan o'rganilgan. Biroq, shuni ta'kidlash joizki, global o'zgarishlar va transformatsiya jarayonlari kechayotgan hozirgi davrda yetuklik yoshidagi (35–55 yosh) o'zbek ayollarining zamonaviy ijtimoiy-psixologik qiyofasi, ularning o'z-o'zidan qoniqish darajasiga aynan qaysi psixologik resurslar (ichki optimistlik, emotsional intellekt, o'z-o'zini boshqarish) va qaysi qadriyatlar (oila, kasbiy muvaffaqiyat, mustaqillik, ma'naviyat) to'g'ridan-to'g'ri determinatsion ta'sir ko'rsatishi masalasi yaxlit korrelyatsion va empirik tadqiqot o'tkazishni talab etadi.

Subyektiv farovonlik esa hayotdan qoniqish va baxt hissi bilan bevosita bog'liq bo'lib, psixologik salomatlikning muhim ko'rsatkichi hisoblanadi[3].

Tadqiqot metodologiyasi. Yetuklik yoshidagi ayollarda o‘z-o‘zidan qoniqish darajasiga psixologik resurslar va qadriyatlar tizimining ta‘sirini o‘rganishda quyidagi fundamental psixologik yondashuvlar va tamoyillarga tayanildi:

B.Ananyev, B.Lomovlarning tizimli yondashuviga ko‘ra shaxsning o‘z-o‘zidan qoniqishi, uning ichki resurslari va qadriyatlarini o‘zaro uzviy bog‘liq bo‘lgan yaxlit va ko‘p komponentli tizim sifatida tahlil qilindi.

A.Bodalyov, E.G‘oziyevlarning ydavrlari psixologiyasi va akmeologik yondashuvi esa yetuklik davri (35–55 yosh)ni ayol shaxsining inqirozli va barqaror psixologik xususiyatlari shakllanadigan eng sermahsul bosqich sifatida o‘rganildi.

S.Hobfoll tomonidan olib borilgan resurslarni saqlash konseptual modeli ayollarning hayotiy faoliyatida duch keladigan stressogen omillarga qarshi o‘z shaxsiy va ijtimoiy-psixologik resurslaridan qay darajada foydalanish mexanizmlari inobatga olindi.

Determinizm tamoyili esa psixologik resurslar va qadriyatlar tizimining o‘z-o‘zidan qoniqish darajasini belgilab beruvchi (determinatsiya qiluvchi) psixologik omil sifatidagi ta‘sir kuchi baholandi.

Tahlil va natijalar (Analysis and results). Mazkur tadqiqotda yetuklik yoshidagi ayollarda o‘z-o‘zidan qoniqish darajasiga psixologik resurslar va qadriyatlar tizimining ta‘siri empirik jihatdan o‘rganildi. Tadqiqot jarayonida shaxsning ichki psixologik resurslari sifatida rezilyentlik, emotsional barqarorlik, o‘z-o‘zini boshqarish, refleksivlik va o‘z-o‘zini samarali baholash kabi ko‘rsatkichlarning o‘zaro aloqadorligi hamda ularning subyektiv farovonlik va hayotdan qoniqish bilan bog‘liqligi tahlil qilindi. Olingan natijalar shuni ko‘rsatdiki, psixologik resurslari rivojlangan respondentlarda o‘z-o‘zidan qoniqish darajasi sezilarli darajada yuqori bo‘lib, ular hayotiy vaziyatlarni ijobiy baholash, stressli holatlarga nisbatan barqaror munosabat bildirish va o‘z imkoniyatlarini real baholash xususiyatlariga ega ekanligi bilan ajralib turadi.

Shuningdek, qadriyatlar tizimini o‘rganish jarayonida respondentlarning hayotiy yo‘nalganligi asosan oilaviy farovonlik, shaxsiy rivojlanish, ijtimoiy barqarorlik va o‘zini ro‘yobga chiqarish qadriyatlarini bilan belgilanganini aniqlandi.

Qadriyatlar tizimi shaxs hayot yo‘lini belgilovchi asosiy omillardan biri bo‘lib, u turli madaniyatlarda ham umumiy tuzilishga ega ekanligi isbotlangan[9].

O‘z-o‘zidan qoniqish darajasi yuqori bo‘lgan ayollarda ichki motivatsiya va shaxsiy maqsadlarga yo‘naltirilgan qadriyatlar ustuvor o‘rin egallagan bo‘lsa, past ko‘rsatkichlarga ega respondentlarda tashqi baholashga bog‘liqlik va qadriyatlar tizimining beqarorligi kuzatildi. Tahlil natijalari psixologik resurslar va qadriyatlar tizimi o‘z-o‘zidan qoniqish darajasini belgilovchi muhim psixologik determinantlar ekanligini ko‘rsatdi. Xususan, emotsional barqarorlik va rezilyentlik shaxsning hayotiy qiyinchiliklarga moslashuvchanligini oshirib, subyektiv farovonlik darajasiga ijobiy ta‘sir ko‘rsatishi aniqlangan. Shu bilan birga, qadriyatlar tizimining barqarorligi shaxsning hayotiy maqsadlarini aniq belgilashiga, o‘zini anglash jarayonining chuqurlashishiga hamda ichki psixologik uyg‘unlikning shakllanishiga xizmat qilishi qayd etildi.

Umuman olganda, tadqiqot natijalari yetuklik yoshidagi ayollarda o‘z-o‘zidan qoniqish darajasi psixologik resurslarning rivojlanganligi hamda ijobiy va barqaror qadriyatlar tizimining shakllanganlik darajasi bilan bevosita bog‘liqligini tasdiqladi. Mazkur omillar shaxsning psixologik farovonligini oshirishda, hayotiy faolligini kuchaytirishda hamda shaxsiy rivojlanish jarayonini faollashtirishda muhim rol o‘ynashi aniqlandi. Shaxsning ma‘no izlash ehtiyoji va hayot mazmunini anglash jarayoni ham o‘z-o‘zidan qoniqish darajasiga kuchli ta‘sir ko‘rsatadi[4].

-Xulosa va takliflar(Conclusion/ Recommendations). Mazkur tadqiqot natijalari yetuklik yoshidagi ayollarda o‘z-o‘zidan qoniqish darajasi psixologik resurslar va qadriyatlar tizimi bilan bevosita bog‘liq ekanligini ko‘rsatdi. Aniqlanishicha, rezilyentlik, emotsional barqarorlik, o‘z-o‘zini boshqarish, refleksivlik va o‘z-o‘zini samarali baholash kabi ichki psixologik resurslarning rivojlanganligi shaxsning hayotdan qoniqish darajasini oshirishda muhim omil hisoblanadi. Shuningdek, qadriyatlar tizimining barqarorligi va ijobiy yo‘nalganligi shaxsning hayotiy maqsadlarini aniq belgilashiga, ichki motivatsiyaning shakllanishiga hamda psixologik farovonlikning mustahkamlanishiga xizmat qiladi.

Tadqiqot natijalari asosida shuni ta'kidlash mumkinki, o'z-o'zidan qoniqish darajasi yuqori bo'lgan ayollarda ichki resurslardan samarali foydalanish va konstruktiv qadriyatlar tizimining shakllanganligi ustunlik qiladi, past darajadagi ko'rsatkichlarga ega respondentlarda esa psixologik resurslarning yetarli darajada rivojlanmaganligi hamda qadriyatlar tizimida beqarorlik holatlari kuzatiladi. Olingan natijalarga tayangan holda quyidagi takliflar ishlab chiqildi:

- yetuklik yoshidagi ayollarda psixologik resurslarni rivojlantirishga qaratilgan trening dasturlarini joriy etish; emotsional barqarorlik va stressga chidamlilikni oshirish bo'yicha psixokorreksion mashg'ulotlarni tashkil etish;
- shaxsiy qadriyatlarni aniqlash va ularni qayta strukturallashtirishga yo'naltirilgan psixologik maslahat ishlarini kengaytirish;
- oilaviy va ijtimoiy qo'llab-quvvatlash tizimlarini kuchaytirish orqali ayollarning subyektiv farovonligini oshirish.

Umuman olganda, psixologik resurslar va qadriyatlar tizimini rivojlantirish yetuklik yoshidagi ayollarning o'z-o'zidan qoniqish darajasini oshirishda muhim psixologik asos bo'lib xizmat qiladi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati (References)

1. Абульханова-Славская К.А. Личностный потенциал и жизненный путь человека. – М.: Наука, 1991.
2. Diener E. Subjective well-being // Psychological Bulletin. – 2000.
3. Diener E. Subjective well-being: The science of happiness and life satisfaction // Psychological Bulletin. – 2000.
4. Frankl V.E. Man's Search for Meaning. – Boston: Beacon Press, 1959.
5. Hobfoll S.E. Conservation of Resources Theory: Its implication for stress, health, and resilience // American Psychologist. – 1989.
6. Leontyev D.A. Психология смысла: природа, строение и динамика смысловой реальности. – М.: Смысл, 2003.
7. Ryff C.D. Psychological well-being in adult life // Current Directions in Psychological Science. – 1995.
8. Schwartz S.H. Universals in the content and structure of values: Theory and empirical tests in 20 countries // Advances in Experimental Social Psychology. – 1992.
9. Schwartz S.H. Universals in the content and structure of values // Advances in Experimental Social Psychology. – 1992.
10. Sultonova M.R. Yetuklik yoshidagi ayollarda hayotdan qoniqish darajasiga o'ziga ishonch va o'z-o'zini qadrlashning ta'siri // Maktabgacha va maktab ta'limi jurnali. – 4(2). – 280–283-b. <https://doi.org/10.5281/zenodo.18711681>
11. Sultonova M.R. Yetuklik yoshidagi ayollarda psixologik inqiroz namoyon bo'lishiga o'z-o'zidan qoniqish hissining ta'siri // Pedagogika. Psixologiya. Ijtimoiy tadqiqotlar jurnali. – 2025. – 2-son, 4-jild. file:///C:/Users/ACER/Downloads/document%20(7).pdf

boshlab, ma'naviy-axloqiy kompetensiyani shakllantirish, ijtimoiy munosabatlar madaniyatini rivojlantirish, refleksiv-metagognitiv o'sish va dunyoqarash transformatsiyasigacha bo'lgan izchil jarayonni qamrab oladi.

Birinchi bosqich – qadriyatlarni anglash va o'zlashtirish. Bu bosqichda talaba ma'naviy-axloqiy tushunchalarni shaxsiy hayot va kasbiy faoliyat uchun muhim tamoyillar sifatida qabul qiladi. Halollik, adolat, shukronalik, vafodorlik, mehribonlik, kamtarlik va sabr kabi sifatlarning mazmunini anglash talabaning keyingi rivojlanishi uchun poydevor bo'ladi. Agar qadriyatlar ongli ravishda o'zlashtirilmasa, ular xulq-atvorda barqaror namoyon bo'lmaydi. Shu sababli modelda qadriyatlarga oid muloqot, hikmatlar tahlili, badiiy-pedagogik matnlar, tarixiy misollar va refleksiv savollar muhim vosita sifatida qo'llanadi.

Ikkinchi bosqich – ma'naviy-axloqiy kompetensiyani shakllantirish. Bu bosqichda qadriyatlar amaliy ko'nikma va xulq-atvor sifatida namoyon bo'la boshlaydi. Talaba axloqiy vaziyatlarda qaror qabul qiladi, o'z fikrini asoslaydi, boshqalarning nuqtayi nazarini hurmat qiladi, adolatli muloqotga kirishadi va o'z harakatining oqibatini baholaydi. Mazkur kompetensiya pedagogik kasb uchun ayniqsa muhim, chunki o'qituvchi o'z shaxsiy namunasi orqali o'quvchilarga ta'sir ko'rsatadi.

Uchinchi bosqich – ijtimoiy munosabatlar madaniyatini rivojlantirish. Najmiddin Kubro merosida insonning kamoloti jamiyat bilan aloqadorlikda namoyon bo'ladi. Shaxsning ichki pokligi uning boshqalarga bo'lgan munosabatida, muloqot odobida, hamkorlikda, insonparvarlikda va fuqarolik mas'uliyatida ko'rinadi. Shu sababli talabalarda ijtimoiy-kommunikativ sifatlarni rivojlantirish ma'naviy tarbiyaning muhim ko'rsatkichi hisoblanadi.

To'rtinchi bosqich – refleksiv-metakognitiv rivojlanishni faollashtirish. Bu bosqichda talaba o'z xatosini ko'ra olish, uni tan olish, tuzatish, kelgusi rivojlanish maqsadini belgilash va o'z ustida ishlash ko'nikmalariga ega bo'ladi. Najmiddin Kubro ta'limotidagi tavba va o'zini tahlil qilish g'oyalari aynan shu bosqichning nazariy asosini tashkil etadi. Pedagogik amaliyotda bu bosqich portfoliolar, o'z-o'zini baholash varaqalari, refleksiv esselar va individual rivojlanish xaritalari orqali qo'llab-quvvatlanadi.

Beshinchi bosqich – dunyoqarash transformatsiyasi va komil inson idealiga yaqinlashish. Bu bosqichda talaba bilim, qadriyat, tajriba, refleksiya va ijtimoiy mas'uliyatni yagona hayotiy pozitsiyaga birlashtiradi. Komil inson ideali zamonaviy pedagogik ta'limda axloqiy mas'uliyatli, kasbiy kompetent, insonparvar, ijtimoiy faol va o'z ustida ishlaydigan shaxsni tarbiyalash maqsadi bilan uyg'unlashadi.

2-jadval. Ma'naviy rivojlanish blokida shakllantiriladigan ijobiy sifatlar va ularning salbiy muqobillari

Ijobiy sifat	Pedagogik mazmuni	Salbiy sifat	Tarbiyaviy xavf
Halollik	Rostgo'ylik, vijdonlilik va haqiqatga sodiqlik.	Yolg'onchilik	Ishonchning yo'qolishi va axloqiy beqarorlik.
Mas'uliyat	Vazifa va burchni ongli bajarish.	Mas'uliyatsizlik	Burchga loqaydlik, kasbiy sustlik.
Insonparvarlik	Boshqalarga hurmat, mehr va yordamga tayyorlik.	Shafqatsizlik	Inson manfaatiga befarqlik.
Kamtarlik	O'zini yuqori qo'ymaslik, oddiylik.	Kibr	Boshqalarni mensimaslik.
Sabr-toqat	Qiyinchilikni matonat bilan yengish.	Sabrsizlik	Shoshqaloqlik, hissiy beqarorlik.
Bag'rikenglik	Turli fikr va qarashlarni hurmat qilish.	Murosasizlik	Nizo va inkor kayfiyati.
O'zini nazorat qilish	Nafs, hissiyot va xatti-harakatni boshqarish.	Nafsga berilish	Hirs va impulsiv qarorlar.
Ilmga intilish	Bilim olish va o'zini rivojlantirishga ehtiyoj.	Johillik	O'rganishga befarqlik.