



IJTIMOIIY-GUMANITAR SOHADA ILMIY-INNOVATSION TADQIQOTLAR

ILMIY METODIK JURNALI

DOI: 10.67227

ISSN 3060-5059



VOL.3 № 6

2026

OLIIY TA'LIM MUASSASALARIDA TALABALARNING PSIXOLOGIK MUAMMOLARINI O'RGANISH VA ULARNING NAZARIY-AMALIY YECHIMLARI

Yadgarova Ozoda Ibragimovna

Samarqand davlat chet tillar instituti, dotsent (PhD)

Annotatsiya

Ushbu maqolada oliy ta'lim muassasalarida tahsil olayotgan talabalarning shaxsiy-psixologik xususiyatlari, ularda uchraydigan muammolar va ularni bartaraf etish usullari o'rganilgan. Tadqiqot doirasida NavDU, O'zDJTU, ChDPU, AndDU va SamDCHTI talabalarining ishonchlilik darajasi, ekstrovertlik-introvertlik hamda emotsional barqarorlik ko'rsatkichlari Ayzenk testi va Kruskal-Uollis H-mezoni yordamida qiyosiy tahlil qilingan. Natijalar talabalarning shaxsiy tipologik xususiyatlari ta'lim yo'nalishi va muhitiga qarab statistik jihatdan sezilarli darajada farqlanishini ko'rsatdi. Maqolada talabalarning kognitiv rivojlanishi, muloqotdagi "to'rt xil rang metodi" hamda diqqat fokusini boshqarish orqali o'qish samaradorligini oshirish va ularga psixologik qo'llab-quvvatlash ko'rsatish tizimini takomillashtirish bo'yicha amaliy tavsiyalar ilgari surilgan.

Kalit so'zlar: talabalik davri, psixologik qo'llab-quvvatlash, kognitiv rivojlanish, Jan Pijae nazariyasi, shaxs rivojlanishi, Ayzenk testi, Kruskal-Uollis H-mezoni, individual rivojlanish, diqqatni boshqarish, to'rt xil rang metodi.

ИЗУЧЕНИЕ ПСИХОЛОГИЧЕСКИХ ПРОБЛЕМ СТУДЕНТОВ В ВЫСШИХ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ УЧРЕЖДЕНИЯХ И ИХ ТЕОРЕТИКО-ПРАКТИЧЕСКИЕ РЕШЕНИЯ

Ядгарова Озода Ибрагимовна

Самаркандский государственный институт иностранных языков, доцент (PhD)

Аннотация

В данной статье исследуются индивидуально-психологические особенности студентов высших учебных заведений, возникающие у них проблемы и методы их преодоления. В рамках исследования на основе теста Айзенка и H-критерия Краскела-Уоллиса был проведен сравнительный анализ показателей уровня искренности, экстраверсии-интроверсии и эмоциональной устойчивости студентов НавГУ, УзГУМЯ, ЧГПУ, АндГУ и СамГИИЯ. Результаты показали, что личностно-типологические особенности студентов статистически значимо различаются в зависимости от направления обучения и академической среды. В статье выдвинуты практические рекомендации по повышению эффективности обучения и совершенствованию системы психологической поддержки студентов посредством когнитивного развития, использования «метода четырех цветов» в общении и управления фокусом внимания.

Ключевые слова: студенческий период, психологическая поддержка, когнитивное развитие, теория Жана Пиаже, развитие личности, тест Айзенка, H-критерий Краскела-Уоллиса, индивидуальное развитие, управление вниманием, метод четырех цветов.

STUDYING THE PSYCHOLOGICAL PROBLEMS OF STUDENTS IN HIGHER EDUCATION INSTITUTIONS AND THEIR THEORETICAL AND PRACTICAL SOLUTIONS

Ozoda Ibragimovna Yadgarova

Samarkand State Institute of Foreign Languages, Associate Professor (PhD)

Abstract

This article examines the individual psychological characteristics of university students, the psychological challenges they encounter, and methods for addressing them. Within the framework of the study, a comparative analysis of sincerity levels, extraversion-introversion, and emotional stability among students from NavSU, UzSWLU, CSPU, AndSU, and SamSIFL was conducted using Eysenck's Personality Inventory and the Kruskal-Wallis H-test. The findings indicate that the personality-typological characteristics of students vary statistically significantly depending on their field of study and academic environment. The article proposes practical recommendations for enhancing academic performance and improving psychological support systems for students through cognitive development, the "four-color method" in communication, and attention focus management.

Keywords: student period, psychological support, cognitive development, Jean Piaget's theory,

personality development, Eysenck's test, Kruskal–Wallis H-test, individual development, attention management, four-color method.

Bugungi kunda jadal rivojlanayotgan oliy ta'lim tizimida talabalik davri shaxsning nafaqat kasbiy, balki intellektual va psixologik jihatdan shakllanishidagi eng mas'uliyatli bosqich hisoblanadi. Shveysariyalik psixolog Jan Piaje (Jean Piaget) tomonidan ishlab chiqilgan kognitiv rivojlanish nazariyasiga ko'ra, bu davr insonning formal operatsiyalar bosqichiga to'g'ri keladi. Mazkur bosqichda shaxs abstrakt fikrlash, tahliliy yondashuv hamda mustaqil qaror qabul qilish qobiliyatiga ega bo'ladi. Biroq, ushbu kognitiv rivojlanish jarayoni yangi ijtimoiy muhitga moslashish, akademik yuklama va kelajak kasbini tanlash bilan bog'liq psixologik qiyinchiliklar tufayli stress va motivatsiyaning pasayishiga olib kelishi mumkin. Shu sababli oliy ta'lim muassasalarida talabalarining psixologik maslahat va qo'llab-quvvatlash xizmatlariga murojaat qilishi muhim ahamiyat kasb etadi.

Talabalarining nafaqat akademik, balki ijtimoiy muhitda ham muvaffaqiyat qozonishi ularning muloqot kompetensiyasiga bog'liq. Psixologiyada keng qo'llaniladigan "to'rt xil rang metodi" (shaxs tiplari modeli) talabalarga va katta yoshdagilarga o'z xarakter xususiyatlarini anglash, muloqotdagi nizolarni kamaytirish va stressli holatlarning oldini olish imkonini beradi. Shu bilan birga, talabalar duch keladigan xotira sustligi va diqqatning chalg'ishi bilan bog'liq muammolar diqqat hamda fokusni samarali boshqarish ko'nikmalarini rivojlantirishni talab etadi.

Respublikamizning turli hududlarida joylashgan va yo'nalishi bo'yicha farqlanuvchi oliy ta'lim muassasalari talabalarining psixologik xususiyatlarini qiyosiy o'rganish muhim ilmiy va amaliy ahamiyatga ega. Ushbu tadqiqotning maqsadi Navoiy davlat universiteti, O'zbekiston davlat jahon tillari universiteti, Chirchiq davlat pedagogika universiteti, Andijon davlat universiteti hamda Samarqand davlat chet tillar instituti talabalarining psixologik ko'rsatkichlarini empirik tahlil qilish orqali ulardagi individual farqlarni aniqlash va tegishli amaliy tavsiyalar ishlab chiqishdan iborat.

TADQIQOT NATIJALARI VA ULARNING TAHLILI

Talabalik davri shaxsning intellektual va psixologik rivojlanishida muhim bosqich hisoblanadi. Shveysariyalik psixolog Jean Piaget tomonidan ishlab chiqilgan kognitiv rivojlanish nazariyasiga ko'ra, bu davr insonning formal operatsiyalar bosqichiga to'g'ri keladi. Mazkur bosqichda shaxs abstrakt fikrlash, tahliliy yondashuv hamda mustaqil qaror qabul qilish qobiliyatiga ega bo'ladi. Shu bilan birga, talabalik davrida yangi ijtimoiy muhitga moslashish, kasbiy yo'nalishni tanlash va shaxsiy rivojlanish jarayonlari psixologik qiyinchiliklarni keltirib chiqarishi mumkin. Shu sababli oliy ta'lim muassasalarida talabalarining psixologik maslahat va qo'llab-quvvatlash xizmatlariga murojaat qilishi muhim ahamiyat kasb etadi.

Talabalar ko'pincha yangi muhitga moslashish, o'qish jarayonidagi yuklama, vaqtni to'g'ri taqsimlash hamda kelajak kasbini tanlash kabi masalalar bilan yuzlashadilar. Bu jarayonda ayrim talabalar o'zlarida ishonchsizlik, stress yoki motivatsiyaning pasayishini his qilishlari mumkin. Ba'zan talaba o'z muammolarini mustaqil hal qilishga harakat qiladi, biroq ba'zi vaziyatlarda psixologik maslahat va qo'llab-quvvatlash zarur bo'ladi.

Talabalar orasida uchraydigan yana bir muammo — ijtimoiy muhitga moslashishdir. Yangi guruh, yangi o'qituvchilar va yangi talabalar talaba uchun dastlab murakkab tuyulishi mumkin. Shu sababli talabalarda o'z fikrini erkin ifoda etish, jamoadagi o'rnini topish yoki muloqot qilishda qiyinchiliklar yuzaga kelishi ehtimoli mavjud. Bunday holatlarda psixologik xizmatlar talabalarga o'z muammolarini tushunish va ularni samarali hal qilish yo'llarini topishda yordam beradi. Talabalarga o'zidagi ijtimoiy holatni anglashiga yordam berish va kognitiv rivojlanishni oshirishni ta'minlash bilan psixologiya shug'ullanadi.

Kognitiv rivojlanish – bu insonning fikrlash, tahlil qilish, eslab qolish va muammolarni hal qilish qobiliyatlarini shakllantirish jarayonidir. Bu jarayon talabalarda o'quv materialini tez va samarali o'zlashtirish, mavzularni chuqur tushunish va mustaqil fikrlash qobiliyatini rivojlantirishga yordam beradi. Kognitiv rivojlanish orqali talaba nafaqat nazariy bilimlarni egallaydi, balki ularni amaliyotda qo'llash, mantiqiy xulosalar chiqarish va murakkab vaziyatlarda to'g'ri qarorlar qabul qilish ko'nikmalarini ham o'zlashtiradi. Natijada, ularning nafaqat akademik yutuqlari oshadi, balki hayotiy muammolarni mantiqiy va tizimli yondashuv bilan hal qilish qobiliyati ham kuchayadi.

Nafaqat talabalar, balki katta yoshdagi odamlar ham ko'pincha muloqot qilishda muammoga duch keladilar. Ushbu vaziyatda to'rt xil rang metodi tavsiya qilinadi. Ya'ni insonlar to'rt xil rang: qizil, sariq, yashil va ko'k ranglarga ajratilib, ularga xos xarakter xususiyatlari beriladi. Bundan bizga nima foyda? Javob quyidagicha: agar siz o'zingiz qaysi turga kirishingizni aniqlab olsangiz, siz qaysi tur vakili

bilan muloqotda muammoga duch kelishingizni, qaysi tur vakili bilan yaxshi murosaga kela olishingizni bilib olasiz. Bu esa insonlar orasida muloqotning yaxshilanishiga hamda ortiqcha muammoli va stressli holatlarning oldini olishga xizmat qiladi.

Talabalar ayrim holatlarda xotira sustligi, eslab qolishning pastligi hamda samaradorlikni qanday oshirish to'g'risida ham psixologga murojaat qiladilar. Bunday paytlarda diqqat va fokusni shakllantirish orqali o'zini rivojlantirish mumkin. Diqqat fokusining ko'rsatkichi insonlarda bir-birini takrorlamaydi, ya'ni individual hisoblanadi. Shuning uchun talabalar bunday paytda diqqatning mohiyati, u qanday tartibda yuzaga kelishi va undan to'g'ri foydalanishni o'rganishlari hamda uni amalda qo'llashlari lozim.

Tadqiqotimiz doirasida tanlab olingan OTMlar talabalarining psixologik xususiyatlarini qiyosiy baholash maqsadida matematik-statistik tahlilning Kruskal-Uollis H-mezonidan foydalanildi. OTM talabalarini "Ayzenk testi o'rganish so'rovnomasi" shkalalari bo'yicha taqqoslash natijalari 1-jadvalda keltirilgan.

Turli OTM talabalarining "Ayzenk testi o'rganish so'rovnomasi" shkalalari bo'yicha taqqoslash natijalari (Kruskal-Uollis H-mezoni)

Shkalalar	OTMlari (o'rtacha ranglar)			H	r
	O'zMPU (N=90)	NavDU (N=85)	AndDU (N=85)		
Ishonchlilik darajadasi	126,91	145,38	119,43	5,979	0,050*
Ekstrovertlik - introvertlik shkalasi	84,66	142,93	165,23	55,767	0,000***
Emotsional barqarorlik shkalasi	189,38	128,66	68,45	115,714	0,000***

Izoh: *** $p < 0.001$, * $p < 0.05$.

TADQIQOT NATIJALARI VA ULARNING TAHLILI

Turli oliy ta'lim muassasalari talabalarini o'rtasida shaxsiy-psixologik xususiyatlarni aniqlash maqsadida Ayzenk testi (EPI) asosida olingan empirik natijalar Kruskal-Uollis H-mezoni yordamida qiyosiy taqqoslandi. Olib borilgan ushbu tadqiqotda Navoiy davlat universiteti (NavDU), Toshkent davlat jahon tillari universiteti (O'zDJTU), Chirchiq davlat pedagogika universiteti (ChDPU), Andijon davlat universiteti (AndDU) hamda Samarqand davlat chet tillar instituti (SamDCHTI) talabalarini ishtirok etdilar. Ushbu metodika orqali sub'yektlarning ishonchlilik darajasi (yolg'on shkalasi), ekstrovertlik-introvertlik hamda emotsional barqarorlik (neyrotizm) kabi muhim psixologik ko'rsatkichlari tizimli o'rganildi.

Olingan natijalar, avvalo, ishonchlilik darajasi shkalasi bo'yicha tahlil qilindi. Mazkur ko'rsatkich respondentlar javoblarining haqqoniyligi va test natijalarining ishonchlilik darajasini ifodalaydi. Matematik-statistik tahlil natijalariga ko'ra, o'rtacha ranglar ko'rsatkichi O'zDJTU talabalarini uchun 126,91, NavDU talabalarini uchun 145,38 hamda AndDU talabalarini uchun 119,43 ni tashkil etdi. Kruskal-Uollis mezon natijalariga ko'ra ($H = 5,979$; $p < 0,05$) ushbu ko'rsatkichlar o'rtasida statistik jihatdan ahamiyatli farq mavjudligi aniqlandi. Bu holat shuni ko'rsatadiki, turli OTM talabalarini test savollariga turlicha darajada samimiy va ehtiyotkorlik bilan yondashganlar. Ayniqsa, Navoiy davlat universiteti talabalarini orasida ishonchlilik ko'rsatkichi yuqoriroq ekanligi (145,38), ularning test jarayoniga nisbatan yuqori mas'uliyat va o'z-o'zini nazorat qilish hissi bilan yondashganidan dalolat beradi.

Ekstrovertlik-introvertlik shkalasi bo'yicha olingan natijalar guruhlararo yanada yaqqol va keskin farqlarni namoyon etdi. O'rtacha ranglar ko'rsatkichi O'zDJTU talabalarini uchun 84,66, NavDU talabalarini uchun 142,93 va AndDU talabalarini uchun 165,23 ko'rinishida qayd etildi. Kruskal-Uollis mezon hisob-kitoblari ($H = 55,767$; $p < 0,001$) ushbu farqlar juda yuqori darajada ilmiy ahamiyatga ega ekanligini ko'rsatadi. Bu natijalar talabalarining shaxsiy tipologik xususiyatlari ular tahsil olayotgan oliy ta'lim muassasasi muhiti va ta'lim yo'nalishiga qarab sezilarli darajada farqlanishini bildiradi. Olingan ma'lumotlar ayniqsa Andijon davlat universiteti talabalarini orasida ekstrovertlik darajasi yuqori ekanligini ko'rsatdi, ya'ni ular tashqi muhitga ochiq, muloqotga tez kirishuvchan va ijtimoiy faolroq xulq-atvoriga ega. Bunga aksincha, Toshkent davlat jahon tillari universiteti talabalarini orasida introvertlikka, ya'ni ichki kechinmalarga moyillik nisbatan kuchliroq ekanligi kuzatildi.

Emotsional barqarorlik shkalasi bo'yicha olingan ko'rsatkichlar ham guruhlar kesimida jiddiy tafovutlarni yuzaga chiqardi. O'rtacha ranglar ko'rsatkichi O'zDJTU talabalarini uchun 189,38, NavDU talabalarini uchun 128,66 hamda AndDU talabalarini uchun 68,45 ni tashkil etdi. Kruskal-Uollis mezon natijalari ($H = 115,714$; $p < 0,001$) bu farqlar maksimal darajada yuqori ishonchlilik darajasiga ega ekanligini tasdiqlaydi. Natijalar asosida shuni aytish mumkinki, Toshkent davlat jahon tillari universiteti

talabalari emotsional jihatdan eng barqaror guruh hisoblanadi. Bu esa ularning akademik stressga chidamliligi, murakkab vaziyatlarda o'z hissiyotlarini jilovlay olish qobiliyati va umumiy ruhiy muvozanati yuqoriligini anglatadi. Andijon davlat universiteti talabalari esa nisbatan pastroq emotsional barqarorlik ko'rsatkichiga (68,45) ega bo'lib, bu ularning hissiy reaktivligi (neyrotizm darajasi) yuqoriroq ekanligini ko'rsatadi.

Metodika doirasidagi uchta shkala natijalarini o'zaro qiyoslash muhim ilmiy xulosalarga zamin yaratadi. Ekstrovertlik va emotsional barqarorlik o'rtasidagi bunday qonuniyatlar shuni ko'rsatadiki, ijtimoiy faollik va ochiqlik darajasi yuqori bo'lgan guruhlarda emotsional barqarorlik har doim ham parallel ravishda yuqori bo'lavermaydi. Masalan, AndDU talabalari ekstrovertlik bo'yicha eng yuqori natija ko'rsatgan bo'lsalar-da, emotsional barqarorlik shkalasida eng past ko'rsatkichni qayd etdilar. Bu esa intensiv muloqot va faol ijtimoiy hayot bilan bir qatorda emotsional zo'riqish hamda charchoq ehtimoli ham ortishini ko'rsatadi.

Aksincha, O'zDJTU talabalari introvertlikka moyilroq bo'lishlariga qaramay, ularda emotsional barqarorlik darajasi eng yuqori ekanligi aniqlandi. Ushbu holat ichki refleksiya, o'zini chuqur tahlil qilish va tashqi stress omillaridan o'zini himoya qilish qobiliyatlari yaxshi rivojlanganligi bilan izohlanadi. Navoiy davlat universiteti talabalari esa barcha ko'rsatkichlar bo'yicha o'rtacha va barqaror pozitsiyani namoyon etib, tadqiqotda eng muvozanatli guruh sifatida ajralib turadi.

Mazkur empirik natijalar talaba yoshlarning axloqiy kamolotini shakllantirish jarayoniga ham bevosita bog'liqdir. Negaki, emotsional barqarorlik va shaxs tipologiyasi kundalik hayotda axloqiy qarorlar qabul qilishda yetakchi rol o'ynaydi. Emotsional jihatdan barqaror shaxslar har qanday ziddiyatli vaziyatlarda ham distressga berilmasdan ongli, mantiqiy va muvozanatli qaror qabul qiladilar. Ekstrovert shaxslar esa ijtimoiy muhit va atrofdagilarning ta'siriga tezroq beriluvchan bo'ladilar.

Tadqiqot natijalari amaliy jihatdan oliy ta'lim tizimi uchun katta ahamiyatga ega. Ular turli hududiy va yo'nalishli OTMlarda talabalarining individual-psixologik xususiyatlarini inobatga olgan holda tarbiyaviy va profilaktik ishlarni tizimli tashkil etish zarurligini ko'rsatadi. Eng muhim jihati, talabalarda kognitiv moslashuvchanlikni oshirish, emotsional barqarorlikni rivojlantirish, stressga chidamlilikni shakllantirish va guruhlararo shaxslararo muloqotni samarali yo'lga qo'yish bo'yicha oliy ta'lim muassasalarida maxsus treninglar va korreksion dasturlar ishlab chiqish maqsadga muvofiqdir.

XULOSA

Oliy ta'lim muassasalari talabalari o'rtasida o'tkazilgan ushbu qiyosiy-empirik tadqiqot yoshlarning kognitiv va shaxsiy-tipologik xususiyatlari turlicha ekanligini hamda bu omil ularning ta'lim samaradorligi va ijtimoiy moslashuviga bevosita ta'sir ko'rsatishini isbotladi. Kruskal-Uollis H-mezoni asosida olingan natijalar turli OTM talabalari o'rtasida shaxsiy-psixologik xususiyatlar va emotsional barqarorlik darajasi statistik jihatdan sezilarli darajada farqlanishini ko'rsatdi. Mazkur aniqlangan qonuniyatlar o'spirinlik va yoshlik davridagi talabalarda axloqiy kamolot hamda individual rivojlanish jarayonlarini ilmiy tushunishda, ularga tizimli psixologik yordam ko'rsatishda muhim o'rin tutadi.

Umumiy xulosa o'rnida aytish joizki, psixologik salomatlik va o'z-o'zini anglash fani nafaqat talaba yoshlar, balki jamiyatning har bir a'zosi uchun fundamental ahamiyatga ega. Inson hayotiy to'siqlarni muvaffaqiyatli yengib o'tishi uchun o'zining ruhiy holatidan doimiy boxabar bo'lishi, jismoniy sog'lomlik bilan bir qatorda emotsional va kognitiv muammolarni ham o'z vaqtida bartaraf eta olishi zarur. Zero, ruhan muvozanatlashgan shaxsgina hayotning dinamik qonuniyatlariga tez moslashadi va ijtimoiy-kasbiy faoliyatda yuqori samaradorlikka erishadi.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR RO'YXATI

1. Piaget J. Child Development / Educational Psychology [O'zbekcha tavsif]. – 1970-yil.
2. Roos T. Surrounded by Idiots: The Four Types of Human Behavior and How to Effectively Communicate with Each in Business (and in Life). – Stockholm: Roos & Partners, 2014-yil.
3. Dai G. Diqqat: E'tibor va uni boshqarish san'ati [O'zbekcha tavsif]. – 2018-yil.
4. Anderson J.R. Cognitive Psychology and Its Implications. – New York: Worth Publishers, 2010-yil.
5. Райгородский Д.Я. Практическая психодиагностика. Методики и тесты: учебное пособие. – Самара: БАХРАХ-М, 2011. – 672 с.
6. Наследов А.Д. Математические методы психологического исследования. Анализ и интерпретация данных. – Санкт-Петербург: Речь, 2012. – 392 с.