

BOLALARDAGI FRUSTRATSION HOLATLARDA ART TERAPIYADAN FOYDALANISH**Usmonova Nargizaxon**

Qo‘qon universiteti Ta‘lim kafedrası o‘qituvchisi

Ibrohimova Muslimaxon

Qo‘qon universiteti Amaliy psixologiya yo‘nalishi talabasi

ibrohmovam05@gmail.com

Annotatsiya: Ushbu maqolada bugungi kunning eng dolzarb muammolaridan biri bo‘lgan, bolalardagi frustratsion holatlar va bunday holatlarda art terapiyadan foydalanish haqida ma‘lumotlar shuningdek, bolalarda yuzga keladigan frustratsion holatlarda, ularni oldini olishda va davolashda qanday art-terapiya usullaridan foylanish mumkinligiga doir bilimlar va frustratsion holatlar haqida olimlar tomonidan bildirilgan fikrlar haqida batafsil ma‘lumotlar bayon etilgan.

Kalit so‘zlar: frustratsiya, frustratsion holatlar, art terapiya, umidsizlik, tashvish, qo‘rquv, tuzatish, profilaktika.

Kirish: Bugungi kunda zamonaviylashib, rivojlanib borayotgan hayotimizda insoniyatning global muammolaridan biri bu - bolalarning ruhiy va jismoniy salomatligidir, desak hech mubolag‘a bo‘lmaydi. Ushbu muammoni hal qilishning ko‘plab yondashuvlari ko‘pincha oila muhitini, ijtimoiy muhitni, tibbiy yordam sifatini, bolaning kattalar bilan munosabatlarini, shuningdek, bolalarning kasalliklarga moyilligini va boshqa tashqi omillarni o‘rganishga asoslanib tahlil qilishimiz mumkin. Ammo shu bilan birga, bolalarning ruhiy salomatligiga ta‘sir qiluvchi ichki omillarga e‘tibor qaratish ham ahamiyatlidir. Bolalardagi emotsional buzilishlar, frustratsion holatlar bolalarning xatti-harakatlarida turli xil buzilish belgilari ko‘rinishida namoyon bo‘ladigan va kasallikning klinik shakllarini tashkil etmaydigan, lekin chegara xarakterining patologik bo‘lmagan shakllari bilan bog‘liq bo‘lgan ko‘plab hissiy buzilishlar shuningdek bolalar hayotida frustratsion holatlar namoyon bo‘lishi mumkin. Ushbu buzilishlar bolaning hissiy fonida (qo‘zg‘aluvchan yoki depressiv kayfiyat) beqaror kayfiyat ko‘rinishida, xarakter xususiyatlari (ajablanadigan, g‘azablangan yoki o‘ta beparvo xatti-harakatlar kabi urg‘u) shaklida, ba‘zi bir ijtimoiy qabul qilinmaydigan xatti-harakatlar shaklida namoyon bo‘ladi. Frustratsion holatlar (tajovuz, qo‘rquv, umidsizlik va boshqalar). Emotsional buzilishlarni aniq va chuqur diagnostika qilish, shuningdek, ushbu alomatlar bo‘lgan bolalarning rivojlanishini tuzatish va prognozlash bolaning salomatligi va uning hayoti uchun, shuningdek, oila va jamiyat hayoti uchun katta ahamiyatga ega.

Frustratsiya (lot. frustratio — aldanish, rejalarining barbod bo‘lishi) — muammoni hal qilish yoki maqsadga erishish yo‘lidagi faoliyatni izdan chiqaruvchi ruhiy holat. U bolaning maqsadga erishishi yo‘lida uchraydigan, obyektiv ravishda yengib bo‘lmaydigan yoki sub‘ektiv ravishda shunday tuyuladigan qiyinchiliklar tufayli paydo bo‘ladi. Frustratsiyani keltirib chiqaruvchi sabablar frustrator deyiladi. Frustratsiya holati frustratorning kuchiga, jadalligiga bog‘liq. Frustratsiya holatida bolaning vaziyatni to‘g‘ri baholash qobiliyati muhimdir. Shu bois bola hayotida noqulay ta‘sirlariga qarshi kurashish uchun uning fe‘l-atvoridagi barqarorlikni

shakllantirish lozim. Frustratsiya ham boshqa ruhiy holatlar singari bolaning fe'l-atvoriga xos yoki yangi xislatlarning boshlanishini ko'rsatuvchi, shuningdek, o'tkinchi holat bo'lishi mumkin. Frustratsiya asosan, salbiy hissiyotlar uyg'otadi. Frustratsiyaning turlari: tajovuzkor holat, apatiya, depressiv holat, g'amginlik tuyg'usi, o'ziga ishonmaslik, kuchsizlik, ma'yuslik va boshqa. Frustratsiyaning tajovuzkor holati ko'pincha o'zini tuta olmaydigan, qo'pol sifatarga xos bo'lsa, depressiya holati o'ziga ishonmaslik sifatlariga taalluqlidir.

Ushbu atama 20-asrning ikkinchi yarmida psixologlar tomonidan asabiy sharoitlar tufayli yuzaga keladigan stressni o'rganish uchun kiritilgan - inson o'z ehtiyojlarini yoki unga yuklangan vazifalarni qondira olmaydigan sharoitlar sifatida talqin etilgan. Bu haqida ko'plab ilmiy izlanishlar olib borgan bo'lib ulardan biri psixoterapiya xizmati psixoterapevti Miroslav Yasin quydagi fikrlarni bildirib o'tgan. Uning fikricha, inson hayoti davomida vaqti-vaqti bilan umidsizlikni muqarrar ravishda boshdan kechiradi. Va birinchi marta bu bolalikda sodir bo'ladi - masalan, bola ota-onasidan kutilgan maqto'vni olmaganida yoki biror narsa sotib olishni kutsa, lekin unga berilmaganda bolalarda bunday holat yuzaga kelishi mumkin. Frustratsion holatlar namoyon bo'lishining o'ziga xos yondashuvi K.Xorni izlanishlarida ham aks etgan bo'lib, muallifning fikricha, frustratsiya holatini bolalar ham, kattalar ham hech qanday salbiy reaksiyalarsiz boshdan kechirishlari mumkin. Ya'ni agar frustratsiya inson tomonidan mag'lubiyat hissi sifatida qabul qilinsa, inson o'zini o'zi kamsitish hissini boshdan kechiradi. Shuningdek, frustratsiya rohatlanish hissi sifatida qabul qilinsa, unda u inson uchun xavfsizlikni ta'minlovchi omildir va u yengil tarzda boshdan kechiriladi.

Yuqoridagi tahlillardan farqli o'laroq, E.Fromm o'zining "inson destruktivligining anatomiyasi" asarida, frustratsiya va agressivlik o'rtasidagi o'ziga xoslikka alohida alohida e'tibor berib, uni quyidagicha ta'riflaydi: —hech qanday muhim ish frustratsiyasiz bo'lmaydi, frustratsiya va nafrat bir – biridan farq qiluvchi kechinmadir. Frustratsiyaning davomiyligi agressivlikka olib kelmaydi. Ya'ni insonlar har kuni hayotiy vaziyatlardan azob chekadilar, rad javobini oladilar, chorasiz qoladilar, biroq hammaga ham agressiyalarini ko'rsatmaydilar. Frustratsion holatlarning oqibatlarini aniqlash uchun eng muhim omil bu – insonning xarakteridir. Birinchidan, frustratsiyani inson qanday qabul qiladi, ikkinchidan, u frustratsiya holatini yengishda qanchalik darajada diqqat e'tiborli va hokazo.

Art-terapiya 20-asrning 30-yillarida paydo bo'lgan. Bu atama birinchi marta rassom Adrian Hill tomonidan ishlatilgan. Zigmund Freyd va Karl Yung badiiy terapevtik usullarga asos solib, chizish ongsiz ruhiy jarayonlarning natijasi ekanligini tushuntirdilar. A.Maslou, R.Mey va K.Rojers ijodiy salohiyat faolligini uyg'otish asabiy taranglikni pasaytiradi va ichki ziddiyatlarni yengishga yordam beradi, deb hisoblagan. Shaxsiy o'z-o'zini rivojlantirish jarayonini individuallashtirish, bolalarning hissiy va shaxsiy muammolarini oldini olish va tuzatish, vizual va ijodiy faoliyat vositalari orqali o'zini namoyon qilish va o'zini o'zi bilish qobiliyati orqali shaxsni uyg'unlashtirish art-terapiyaning asosiy maqsadlaridan biri hisoblanadi. Art-terapiya san'atning psixologik ta'sirini bildiradi va ijtimoiy, pedagogik va psixologik ishlarda badiiy izlanishlar orqali inson ruhiyatini uyg'unlashtirish va rivojlantirish vositasi sifatida qo'llaniladi. Art-terapiya bolalar bilan ishlash ayniqsa bolalardagi frustratsiya holatlarida, bunday holatlarning oldini olish va davolash uchun eng mos keladigan metodlardan biri hisoblanadi. Shu bilan birgalikda bolaning ichki "men" holati

uning ijod mahsullarida aks etishi, uni haddan tashqari keskinlik va ichki ziddiyatlardan xalos qilishiga asoslanadi. Chizish orqali bola nafaqat haddan tashqari hayajon, tashvish, tajovuzkorlik va atrofidagi dunyoga ishonchsizlikni kamaytirish, balki o'ziga ishonch va muvaffaqiyatga erishish, shuningdek, ijobiy tajriba va u bilan bog'liq xatti-harakatlar namunalarini olish imkoniyatiga ega bo'ladi. Art-terapiyaning kontrendikatsiyaga ega bo'lmagan tuzatuvchi va profilaktik imkoniyatlari bolaga o'zini o'zi tasdiqlash va uning "men" ni bilish imkoniyatini berish bilan bog'liq. Bola tomonidan yaratilgan xayoliy ijodiy mahsulotlar boshqa muhim odamlar (qarindoshlar, ota-onalar, tengdoshlar va boshqalar) bilan muloqot qilish va munosabatlarni o'rnatish jarayonini osonlashtiradi, frustratsiya holatida o'z his-tuyg'ularini tushunishga yordam beradi, izolyatsiya, tashvish, qo'rquvni yengishga yordam beradi. Shuningdek, psixologik jarohatlarni yengillashtiradi va yo'qotishlar, nizolarni boshqalar bilan ham, o'zi bilan ham hal qilishda samarali yordam beradi. O'zini o'zi qabul qilish va o'zini o'zi qadrlash darajasi, bolaning o'zini o'zi qadrlash darajasi boshqalar tomonidan uning ijodiy faoliyati natijalariga aniq qiziqish uyg'otadi, ular vizual ijodning turli mahsulotlarini qabul qiladi. Bolalar chizmalar, rasmlar, kichik haykallar ustida ishlashlari ulardagi frustratsiya holatlarida, jumladan g'azab, tajovuz, qo'rquv, umidsizlik uchun ijtimoiy jihatdan mumkin bo'lgan va maqbul chiqish turli xil badiiy terapevtik usullarni qo'llash orqali ta'minlanadi va hissiy hissiyotlardan xalos bo'lishning xavfsiz va samarali usuli hisoblanadi. Bunda bolalarda mushaklarning kuchlanishi holatlari kuzatiladi. Negaki, ongsiz ichki nizolar va kuchli his-tuyg'ularni og'zaki tuzatish jarayoni orqali ifodalashdan ko'ra, ko'pincha ijodiy tasvirlar orqali ifodalash osonroqdir. Kattalar uchun bolalar bilan ishlashda art-terapiya talqin qilish, diagnostik xulosalar uchun material olish imkoniyatini beradi va bolalarning muayyan xatti-harakatlarini moslashtirish uchun tezkor ta'sir ko'rsatadigan juda moslashuvchan yondashuvlarga ega. Empatiya va o'zaro qabul qilish munosabatlarini yaratish kattalar va bolaning badiiy terapevtik faoliyatida birgalikda ishtirok etishi bilan yordam beradi. Axir, bolalar uchun ijodiy faoliyat o'zini namoyon qilishning yaqin, tanish va qulay usuli bo'lib, ular bunday paytda o'zlarini erkin his qilishadi, bundan tashqari, ular uchun badiiy terapevtik mashqlar ma'lum bir ma'noga ega bo'lgan o'yin turidir. Ijodkorlik orqali ishonchli o'zaro munosabatlarning bir qismi sifatida o'qituvchi yoki ota-ona bolaning ichki tajribalari, his-tuyg'ulari va his-tuyg'ulariga e'tiborini qaratishga va ularni idrok etish qobiliyatini rivojlantirishga yordam beradi. Chizmalar, rasmlar yoki modellashtirish ustida ishlash hajmi, rangi va shakllarini tartibga solishni o'z ichiga olganligi sababli, bu bolalarga ichki o'zini o'zi boshqarish tuyg'usini shakllantirishga imkon beradi. Kattalar tomonidan bolaga badiiy terapevtik ta'sirning bir xil darajada muhim mahsuloti yashirin iste'dodlarni aniqlash va ularni yanada rivojlantirish natijasida paydo bo'ladigan qoniqish hissidir. Shu nuqtai nazardan, ota-onalar uchun art-terapiya o'z farzandlari bilan konstruktiv munosabatda bo'lishni, ularning do'sti bo'lishni, ularning haqiqiy ichki imkoniyatlarini ko'rishni va bo'sh vaqtlarini ularga bag'ishlashni o'rganish uchun ajoyib imkoniyatdir.

Psixologik va pedagogik amaliyotda art-terapiyaning passiv va faol shakllari ma'lum. Bolaning turli vaqt va harakatlar ustalari tomonidan yaratilgan san'at asarlariga qiziqishi passiv shakl bo'lib, u rasmlar, fotosuratlariga qiziqish bilan qaraydi, kitob o'qiydi, musiqa tinglaydi. Mustaqil ravishda yoki boshqa bolalar va o'qituvchilar bilan birgalikda turli xil ijodiy mahsulotlarni yaratish bolaning hissiy rivojlanishiga badiiy-terapevtik tuzatish ta'sirining faol

shakli hisoblanadi. O.A. Karabanova bolaning tabiatga xos bo'lgan ichki ijodiy salohiyati va ijodiy qobiliyatlaridan foydalangan holda, badiiy terapiya yordamida psixologik tuzatish mexanizmini yaratish mumkinligini ta'kidlaydi, bu esa san'atning o'ziga xos ramziy ko'rinishida tasvirni qayta tiklashga imkon beradi.

Bolalardagi frustratsiya holarlarida, ularni oldini olish va davolashda foylanish mumkin bo'lgan bir qancha art- terapiya usullari.

"Kaft va barmoqlar bilan chizish" art-terapiya usuli hissiy sohani to'g'rilashning qiziqarli usulidir. Agar bola ilgari hech qachon kaftlari yoki barmoqlari bilan rasm chizmagan bo'lsa, unda bunday qiziqarli ijoddan u nafaqat bo'yoq va qog'oz bilan aloqa qilganda g'ayrioddiy sezgir hislarni, balki o'chmas va yorqin taassurotlarni ham oladi. Ushbu texnikani qo'llash jarayonida nozik vosita mahorati va qo'l-ko'zni muvofiqlashtirish rivojlanadi va hissiyotlar boyitiladi. Bola yangi hayotiy tajribaga ega bo'ladi, u o'zining ichki dunyosini g'ayrioddiy tarzda aks ettirish qobiliyatini rivojlantiradi, ijodiy salohiyatini ochib beradi. Bunday tasvir jarayoni bolaga xos bo'lmaganligi sababli, u, albatta, unga befarq bo'lolmaydi va shuning uchun u boshdan kechirgan barcha his-tuyg'ular va u olgan natija bu vaziyatda atipikdir. Shuni ta'kidlash kerakki, qattiq ijtimoiy munosabatlarga ega bo'lgan ba'zi bolalar uchun ushbu chizish texnikasini boshlash juda qiyin. Bunday bolalar uchun "barmoqlarni bo'yash" texnikasi hissiy siqilish, tashvish yoki depressiyaning g'ayrioddiy oldini olish va tuzatish bo'lib xizmat qilishi mumkin.

"Quruq barglar bilan chizish" art-terapiya usuli – qog'oz varag'ida turli rangdagi qoraqarag'ay yoki rovon barglari bilan bo'yalgan bosma yordamida, kichik chinor barglaridan g'ayrioddiy quyosh yoki osmonda uzoq yulduzlarni yaratish mumkin. Ushbu uslub bolalarga frustratsion holatlar noqulaylik, siqilish, negativizm bilan kurashishga yordam beradi, yangi makonga moslashish jarayonini rag'batlantiradi va muvaffaqiyat tuyg'usini beradi. Nostandart, yorqin rangli psixo-emotsional vaziyatda bolalar bilan ishlashda foydalanish dam olishga, mushaklarning kuchlanishini yengillashtirishga, frustratsiya holatlari, qo'rquv, tashvish, umidsizlikni boshdan kechirishni to'xtatishga imkon beradi va varaq nashri bergan tasvir uni o'zgartiradi, quvonchli rang-barang rangga aylantiradi. Natijada esa bolada mo'jiza, quvnoq kayfiyatni ko'rish mumkin bo'ladi. Ushbu ijodkorlik jarayonida siz musiqa terapiyasidan foydalanishingiz mumkin; bolalar tabiatning turli xil tovushlarida ishlashlari mumkin: suv oqimining ovozi, yomg'ir, dengiz to'lqini kuchi bilan yuvilgan dengiz toshlarining tinch shovqini, jarangdor chiyillash qushlarning shov-shuvi, tog' oqimining ko'pirgan shovqini va boshqalar.

"Plastilin bilan chizish" art-terapiya usuli-giperaktiv, xavotirli, tajovuzkor va hissiy jihatdan bostirilgan umidsizlikka tushib qolgan bolalar bilan ishlashda juda ahamiyatlidir, chunki u kichik hajmli yoki yarim hajmli tasvirlarni yaratish jarayonida qat'iyatlilik, diqqatni jamlash va ma'lum miqdordagi jismoniy kuch talab qiladi. Ushbu texnologiya 6-7 yoshli bolalar uchun qiziqarli, chunki u tasodifiy, sezilmas tarzda ichki muammolarni "yechishga" yordam beradi, ularni ijodiy va o'ynoqi, hayajonli va ayni paytda bola uchun tabiiy shaklda hal qiladi. o'zining "plastik qo'rquvlari", qayg'u, tajovuzkorlikni haykalga solish va chizish va to'plangan tajribalarini va ilgari gapirish mumkin bo'lmagan narsalarni baland ovozda gapirish mumkin bo'ladi. Plastilin bilan rasm chizish orqali bolada kuchli irodali shaxsiy xususiyatlar ham rivojlanadi, chunki u asta-sekin tajovuzkorlik yoki qo'rquv, umidsizlik darajasini kamaytirishni, hamda ijodiy faoliyatni

bosqichma-bosqich rejalashtirishni ham o'rganadi. Uning mantiqiy xulosasida nima boshlangani va nima qilinganiga etiborli bo'lish kerak. Emotsional stressni bartaraf etish uchun plastilinni nafaqat qog'oz varag'iga, kartonga yoki plastmassaga surtish mumkin, balki katta bo'laklarga va mayda bo'laklarga bo'linib, kuchli ezilishi va keskin tortilishi mumkin. Bu esa bolada to'plangan aggressiya, tashvish va umidsizlikni bo'shatish uchun kerakli darajada plastilin bilan harakat qilishi mumkin, toki u o'zida ishni to'xtatish va tugatish istagini his qilmaguncha. Bola o'zidagi frustratsiyani haykalga solib, keyin uni maydalashi yoki tekislashi, to'g'rilashi mumkin, yoki bola yorqin ranglar va quvonchli tafsilotlarni qo'shib, haykalchani yoki rasmini quvonch va baxtga aylantirishi mumkin. Umumiy art-terapiya va izoterapiyadan foydalanishning afzalliklari va muvaffaqiyati shundaki, bolalarning frustratsiyalarini, emotsional buzilishlarini tuzatish jarayonida siz har doim eng yaqin va qiziqarli metodni tanlashingiz mumkin. Ya'ni asosiy narsa samaradorlikni oshirgan holatda, bolaning nafaqat ijodiy mahsulotni yaratish jarayonida, balki uning yakuniy natijasiga ham bevosita qiziqishini hisobga olishdir. Ijodiy ishni yaratishda bola noqulaylik yoki qiyinchilikni boshdan kechirmasligi kerak, mashg'ulot paytida u hissiy farovonlikni his qilishi, qulay muhitda bo'lishi va u uchun qiziqarli bo'lishi kerak, chunki u diqqatni ushlab turishi muhimdir. Art-terapiya jarayonida g'ayrioddiy tajribaga ega bo'lgan holda, bolaning ongini nazorat qilish qobiliyati pasayadi va u o'zi bilmagan holda, psixologik himoya mexanizmlari zaiflashadi yoki butunlay o'chadi, o'zini ifoda etish erkinligi va ongsiz ma'lumotlar paydo bo'ladi. Agar bola o'zini to'satdan zaif, himoyasiz his qilsa va unga mavjud bo'lgan psixologik mudofaa usullari bilan munosabatda bo'lganda, har qanday noqulaylik, hatto xayoliy bo'lsa, u holda hozirgi muammoni hal qilish uchun badiiy terapevtik metodni o'zgartirish haqida o'ylash kerak. Har bir bola uchun texnologiyani tanlash individualdir. Biri egiluvchan plastilinga qiziqish bildirsa, ikkinchisi turli xil daraxtlarning rangi va barglarini tanlashdan xursand bo'ladi. Bu erda muhim moment, kattalarning e'tibori, albatta, bolani ma'lum bir davrda zarur bo'lgan materiallar bilan kerakli manipulyatsiyaga yo'naltirishi mumkin bo'ladi, chunki barcha istisnosiz izoterapiya usullari nafaqat nozik vosita mahoratini rivojlantirishga qodir. Nutq, taktil sezgilar darajasini oshirish va barmoq uchlaridagi asab tugunlarini rag'batlantirish, shuningdek, ijobiy his-tuyg'ular bilan zaryadlash, asab tizimini tinchlantirish, giperaktivlikning namoyon bo'lishini susaytirish, fikrlash qobiliyatini va dunyoni tushunish istagini kuchaytirish, ijodkorlikni rivojlantirish, fantaziya va tasavvur, ochiq bo'lish, improvizatsiya qilish va his-tuyg'ularni so'zsiz ifodalash qobiliyatini rivojlantirishda, frustratsiya holatlarida, umidsizlikda, qo'rquv, tajovuzkorlik, uyatchanlikdan xalos bo'lishda va o'z "men"nini qabul qilishda muhim ahamiyatga egadir.

Xulosa: xulosa qilib aytadigan bo'lsak, darhaqiqat bugungi kundagi eng dolzarb bo'lgan mavzulardan, muammolardan biri bu - bizning ertamiz bo'lgan yoshlarda kuzatiladigan frustratsiya holatlari deyishimiz mumkin. Negaki davlatimizning ertangi kunda qay darajada rivojlanishi, ravnaq topishi bugungi kun yoshlariga bog'liq albatta. Bolalarning yurtimizning rivojiga qay darajada hissa qo'sha olishlari esa bu ularda yuzaga keladigan frustratsiya holatlariga qay darajada javob bera olishlari bilan bog'liq jarayondir. Ma'lumki frustratsiya asosan salbiy hislarni namoyon etadi. Bundan hislarga yengilish yoki berilish bu yomon holat shubhasiz. Lekin shuni ham inobatga olish lozimki, hech bir muhim ish frustratsiyasiz bo'lmasligi haqida olimlar tomonidan bildirilgan va hayotimizda ko'rishimiz mumkin bo'lgan holatlar mavjud. Frustratsiya

holatlari har bir bola hayotida kuzatilishi mumkin bo‘lgan holatdir. Shunchaki bunday holatga to‘g‘ri baho bera olish va yechim topa olish ahamiyatlidir.

Foydalanilgan adabiyotlar ro‘yhati va internet manbalari:

1. Kiseleva, M.V. Bolalar bilan ishlashda art terapiya. M.V. Kiseleva. - Sankt-Peterburg. : Nutq, 2014. – 160 b.
2. Osipova, A.A. Umumiy psixokorreksiya: universitet talabalari uchun darslik. A.A. Osipova. – M.: Sfera, 2004. – 510 b.
3. Muslimaxon Ibrohimova and Nargizaxon Usmonova 2023. Pedagogik jarayondagi nevro‘zlar kichik maktab o‘quvchilar misolida. Qo‘qon universiteti xabarnomasi.1.1(may 2023) 578- 580 b.
4. Raximjonovna, u. n. (2023). O‘smir yoshidagi o‘quvchilarda “tarbiya” fanini o‘qitish orqali mustaqil fikrlashga o‘rgatish. *finland international scientific journal of education, social science & humanities*, 11(6), 232-237.
5. Asilova, s. x. (2023). O‘quvchilarni kasb-hunarga yo‘naltirishning pedagogik-psixologik mexanizmlari.
6. Xursanov, o. (2023). Talabalarni hamkorlik texnologiyasi asosida o‘quv - ma‘naviy moslashuvchanlik imkoniyatlarini oshirish texnologiyasi (1 - kurs talabalari misolida). *educational research in universal sciences*, 2(12), 264–269.
7. Asilova, S. X. (2023). O‘QUVCHILARNI KASB-HUNARGA YO‘NALTIRISHNING PEDAGOGIK-PSIXOLOGIK MEXANIZIMLARI.
8. Alijon, M., Rahmonjon, A., & Asilova, S. (2023). TA'LIM JARAYONIDA ISH STRESSI BILAN BOG'LIQ MUAMMOLARGA PSIXOLOGIK YECHIM. *QO‘QON UNIVERSITETI XABARNOMASI*, 854-860.
9. Asilova, S., & Abdulxaqov, N. (2024). MAKTAB BITIRUVCHILARINI KASB-HUNAR TANLASH MUAMMOLARIGA PSIXOLOGIK YORDAM. *Interpretation and researches*.
10. Xatamboevna, A. S. (2024). O‘QUVCHILARNI KASB-HUNARGA YO‘NALTIRISDA PEDAGOGIK-PSIXOLOGIK YORDAM. *JOURNAL OF MULTIDISCIPLINARY BULLETIN*, 7(1), 16-20.
11. Asilova, S. X. (2023). MAKTAB BITIRUVCHILARINI KASB TANLASH MUAMMOLARI VA ULARNI BARTARAF ETISH USULLARI. *YOUTH, SCIENCE, EDUCATION: TOPICAL ISSUES, ACHIEVEMENTS AND INNOVATIONS*, 2(8), 12-16.
12. Rahmonjon, A., & Asilova, S. (2023). BILISH JARAYONLARI PATOLOGIYASI. *QO‘QON UNIVERSITETI XABARNOMASI*, 770-772.
13. Alijon, M., Iqlimaxon, A., & Asilova, S. (2023). BOSHLANG‘ICH SINIF O‘QUVCHILARINI MAKTABGA MOSLASHUVIDA PSIXOLOGIK YORDAM. *QO‘QON UNIVERSITETI XABARNOMASI*, 861-864.
14. Xatamboevna, A. S. (2023). MAKTABGACHA TA'LIM TASHKILOTLARIDA TARBIYALANAYOTGAN 6-7 YOSHLI BOLALARNI IJTIMOY-HISSIY RIVOJLANISHNING SHART-SHAROITLARI. *O'ZBEKISTONDA FANLARARO INNOVATSIYALAR VA ILMIY TADQIQOTLAR JURNALI*, 2(17), 344-350.

15. Toxirjon, U. (2024). PEDAGOGIKA VA PSIXOLOGIYA O'RTASIDAGI O'ZARO TA'SIRNI O'RGANISH. *Integration of Economy and Education in the 21st century*, 2(2), 22-27.
16. Toxirjon, U. (2024). BOSHLANGICH SINFLARDA O 'QISHNI YETKAZIB OLIHGA QIYNALAYOTGAN O 'QUVCHILAR BILAN ISHLASHDA INTERFAOL USULLARDAN FOYDALANISH. *Integration of Economy and Education in the 21st century*, 2(2), 9-13.
17. Umarov Tokhirjon. (2024). PROVISION OF PSYCHOLOGICAL SERVICES IN EXTREME SITUATIONS IS SOCIAL. *International Multidisciplinary Journal of Universal Scientific Prospectives*, 2(2), 1-6. Retrieved from <https://izlanuvchi.uz/index.php/iz/article/view/28>
18. В статье представлена информация о роли педагогики и психологии в повышении качества и эффективности образования, формировании зрелого поколения. Данное научное исследование исследует решающую роль симбиотических взаимоотношений педагогики и психологии в . (2024). YANGI O'ZBEKISTONDA IJTIMOIIY-INNOVATSION TADQIQOTLAR, 2(2), 5-12. <https://nuzjournals.uz/index.php/yoiit/article/view/79>
19. Умаров Тохиржон. (2024). ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ПРИНЦИПЫ ОТНОШЕНИЙ МЕЖДУ ПРЕДСТАВИТЕЛЯМИ РАЗНЫХ РЕЛИГИЙ. *Yosh Tadqiqotchi Jurnali*, 3(2), 18-25. Retrieved from <https://2ndsun.uz/index.php/yt/article/view/655>
20. Умаров, Т. (2024). ВЛИЯНИЕ СОВРЕМЕННЫХ ИГРУШЕК НА ДЕТСКУЮ ПСИХОЛОГИЮ. *Integration of Economy and Education in the 21st century*, 2(2), 18-21.