

BOLAJAK PSIXOLOGLARNING KASBIY SHAKKLANISHIDA EMPATIYANING O'RNI

Z. T. Nishanova

TDPU professori, psixologiya fanlari doktori

D. Alieva

TDPU magistrant

АННОТАЦИЯ

В статье раскрываются научно-теоретические данные и взгляды, разработанные современными исследователями, а также психологические аспекты проявления эмпатии у человека, особенно у будущих психологов.

Ключевые слова: эмпатия, когнитивное, воспитательное, аффективное, эмоциональное.

ABSTRACT

The article reveals the scientific and theoretical data and views developed by modern researchers, as well as the psychological aspects of the manifestation of empathy in a person, especially in future psychologists.

Keywords: empathy, cognitive, educational, affective, emotional.

Jahonda turli mamlakatlar ta'lim tizimida psixologik xizmat sohasining rivojlanishida sezilarli farqlar mavjud. Ba'zilarida bu mutaxassislik allaqachon shakllantirilgan va uzoq tarixga ega. Rivojlangan va rivojlanayotgan davlatlarda maktabgacha ta'lim va maktab ta'limida psixologik xizmatni rivojlantirish kuchli pedagogik-psixologik strategiyaga asoslangan. Ushbu strategiya asosida “Xalqaro maktab psixologlari assotsiatsiyasi talablariga muvofiq maktab psixologik xizmatini tashkil etish va rivojlantirishning ilg'or prinsiplari muntazam ravishda tuzatishga moyildir”, deb qayd qilingan. Xalqaro maktab psixologlari assotsiatsiyasi tomonidan muhokama qilinayotgan turli uslublar va yo'nalishlarini davrga moslashtirish ahamiyatli bo'lib, maktab psixologi faoliyatining bugungi kundagi zamonaviy qiyofasini belgilab beradi.

Jahon miqyosida ta'lim tizimida psixologik xizmat sohasidagi tadqiqotlarning alohida yo'nalishi ta'lim sub'ektlari (o'quvchi-o'quvchi, o'quvchi-o'qituvchi) o'rtasidagi shaxslararo nizolarni samarali bartaraf etish va ularning salbiy oqibatlarini

kamaytirish hamda o'quvchilar shaxsining ijobiy rivojlanishi uchun shart-sharoitlar yaratish, ularni nizoli vaziyatlar sharoitida konstruktiv xatti-harakatlarni amalga oshirishga tayyorlashda ta'limni uslubiy tashkil etish, sog'lom fikr yuritishga o'rgatish, bilish madaniyatini, axloqiy tasavvurlarni shakllantirish muammolari bo'yicha izlanishlar olib borilmoqda. Mazkur yo'nalishda maktab psixologi faoliyatini rivojlantirishning ustuvor usullarini psixologik mexanizmlarini ishlab chiqish va takomillashtirishga e'tibor qaratish muhimdir.

Mustaqillik yillari mamlakatimizda ham maktabda psixologik xizmatni uslubiy tashkil etish va rivojlantirish uchun zarur imkoniyatlarni yaratish masalasiga alohida e'tibor berib kelinmoqda. 2017-2021 yillarda O'zbekiston Respublikasini rivojlantirishning beshta ustuvor yo'nalishi bo'yicha Harakatlar strategiyasida “Yangi ish o'rinlarini yaratish, uzluksiz ta'lim tizimini yanada takomillashtirish va sifatli ta'lim xizmatlari imkoniyatlarini oshirish” muhim vazifa qilib belgilangan. Ta'lim tizimida maktab psixologi faoliyatining asosiy mazmuni ta'lim sub'ekti bo'lgan o'quvchilarning har tomonlama kamolotini ta'minlovchi psixologik ta'sir vositalari, zarur shart-sharoitlar va muhit yaratishdan, mijozga, o'quvchiga nisbatan empatiya va hayrixoxlik namoyon qilishdan iborat.

"Psixolog" kasbi shaxsga alohida talablar qo'yadi: mijozning hissiy holatini tushunish, mijoz bilan munosabatlarda samimiy bo'la olish, hozirgi paytda boshdan kechirgan hissiyotlarni aks ettirish va yetkazish. Empatiya kabi ruhiy haqiqatni amaliy o'zlashtirmasdan, kasbiy faoliyatda samaradorlikka erishish mumkin emas. Empatiya muammolariga yondashishda o'nlab ta'riflar ko'p, empatik jarayon modellari, bosqichlari, darajalari, mexanizmlari taxmin qilinadi. "Empatiya" atamasining noaniqligi ba'zan tadqiqotchilarni o'zlarining fikriga ko'ra "identifikatsiya qilish", "hamdardlik" kabi tushunchalarni yanada aniqroq ishlatishga majbur qiladi. Empatiya (yunoncha *empathia* - hamdardlik) - bu boshqa odamning hissiy holatini tushunishni, unga o'xshash tuyg'uni beixtiyor tekshirishni, u uchun tajribani anglatadigan zamonaviy psixologiyaning kategoriyasi. Empatiyani o'rganish muammosi psixologiya uchun doimo dolzarbdir. Psixologiya yo'nalishi talabasining kasbiy rivojlanishida empatiyani o'rganish va rivojlantirish muammosi ayniqsa muhimdir. Suhbatdoshga nisbatan hamdardlik ko'rsatish bu vaziyatga uning nuqtai nazaridan qarash, shunga o'xshash his-tuyg'ularni boshdan kechirish, uning hozirgi emotsional holatini tushunish va qabul qilishni anglatadi. Hamdardlik holatida bo'lish, boshqaning ichki dunyosini hissiy va semantik soylarni saqlab qolish bilan aniq idrok etishni anglatadi, bu esa professional psixologik faoliyatda samaradorlikka erishishga imkon beradi.

Shuning uchun psixolog talabalarda empatiya rivojlanishining psixologik xususiyatlarini o'rganish dolzarb hisoblanadi.

Respublika Prezidenti rahbarligida ishlab chiqilgan O'zbekiston Respublikasini yanada rivojlantirish bo'yicha Harakatlar strategiyasining to'rtinchi - ijtimoiy sohani rivojlantirishga qaratilgan ustuvor yo'nalishi ushbu tadqiqotga ilmiy-metodologik asos bo'lib xizmat qiladi. Talabalar psixologiyasi muammolari bilan shug'ullangan olimlardan D.I.Fel'dshteyn (1991), L.I.Bojovich (2008), A.Bandura (2000), L.S.Vigotskiy (1984), Ye.Pershanina (1984), A.V.Dmitriev (2000), M.Ratter (1987), F.Rays (2000), G.A.Kovalev (1996), N.V.Grishina (2001), A.Ya.Antsupov (2008) o'z tadqiqotlarida talabalik davriga xos xususiyatlarning u yoki bu qirralarini muayyan darajada ochib berganlar. O'zbek olimlaridan E.G'.G'oziev (1996), M.G.Davletshin (1989), G'.B.Shoumarov (1979), B.R.Qodirov (1999), V.M.Karimova (1998), N.S.Safoev (1996), SH.R.Barotov (1995, 1998, 1999) va N.A.Sog'inovlarning (1995) O'zbekiston o'rta umumta'lim maktablari hamda oila tizimlarida psixologik xizmatni joriy etish borasida olib borayotgan qator nazariy-ilmiy va amaliy uslubiy ishlari Respublikamizda psixologik xizmatni joriy etish va rivojlantirish uchun ma'lum darajada asos bo'lmoqda.

Empatiya (yunoncha-empatheia-birga qayg'urish, qayg'udosh bo'lish); boshqa odamning hissiy holatini tushunish, anglash. Empatiya boshqa odamlarning psixik holatini tushunish va ularga hamdardlik qila olish qobiliyatidir. Empatiya boshqa odamning emotsional holatiga qarab, qo'shilishib ketgan hamdardlik jarayoni, boshqa odamning kechinmalarini tushuna olish qobiliyati. Psixologiya fanida keng ko'lamli, ko'p qirrali, majmuaviy xususiyatga ega bo'lgan kategoriyalardan (kognitiv, konativ, affektiv) biri ekanligidan kelib chiqqan holda, shuningdek, affektiv (emotsional-hissiy) holatlarning bir ko'rinishi tariqasida empatiya tushunchasiga yondashiladi. Ko'pincha empatiya deganda konkret shaxsni boshqa odamlarni emotsional hissiy holatlarini mazkur davrda anglash, ularning ichki va tashqi kechinmalarini (favquloddagi vaziyatini) shaxsan o'zida aks ettirish qobiliyati, aynan shu voqelikni o'zida sinab ko'rish tushuniladi. Boshqa odamga hamdardlik bildirish, hissiyotida namoyon etish, shu vaziyatga bevosita kirish ijtimoiy psixologik nuqtai nazardan shuni o'zida mujassamlashtiradiki, ko'pincha unga (quvonch yoki iztirob sub'ektiga) rahmi kelish yoki uning xatti-harakatlaridan qoniqish bilan cheklanibgina qolmay, balki u bilan shaxs emotsiyasining quvonch, azoblanish, g'azab va boshqa hislarini chuqur iztirob chekish bilan umumiy ruhiy kechinmalar orqali birdamlikni namoyish etishning fenomeni sifatida yakunini topadi. Agarda shunga o'xshash emotsional hissiy holatlar, kechinmalar insonni ruhan qiynoqqa solsa, u holda bizda yoki

muayyan shaxsda ulardan (iztiroblardan) forig' bo'lishga yordam beruvchi harakatga nisbatan kuchli ehtiyoj uyg'onadi va u realiyaga aylana boradi.

SHuni alohida ta'kidlash joizki, psixologiya tarixi fanida empatik al'truizm nazariyasi bo'lib, u odam al'truizmini iztiroblarning ikkiyoqlamaligni (goh salbiy, goh ijobiy ko'rinishini) aks ettiruvchi atamalar orqali tushuntirilib kelinadi. Mazkur psixologik nazariyaga binoan, biz hamdardlik his tuyg'usi ro'yobga chiqargan shaxsiy iztiroblardan xalos bo'lishga muhtojlik sezgan odamlarga ko'mak beramiz. Buning uchun esa trening, maxsus mashg'ulotlar, psixoterapevtik seanslar, psixodrama, artterapiya, psixokorreksiya vositalaridan unumli foydalanish maqsadga muvofiq. Bu o'rinda hamdardlik, quvonchdoshlik, (o'zgalar quvonchi yoki sevinchiga sheriklik, xush kechinma, noxush kechinma kabi psixologik atamalarni tatbiq etish ayni muddaodir. Psixolog-konsultantning shaxsiy va kasbiy xususiyatlarini o'rganish borasida juda ham ko'p tadqiqotlar olib borilgan bo'lsa-da, bu borada aniq bir to'xtamga kelish qiyin. AQSH milliy assotsiatsiyasi tomonidan quyidagi shaxsiy sifatlar psixolog-maslahatchida bo'lishi lozimligi keltiriladi:

- insonlarga nisbatan chuqur qiziqishning hosil bo'lishi va ular bilan muloqotdagi sabrlik (M. Buber (1961) ushbu omilni insonlardagi ba'zi noodatiy og'ishish belgilariga emas, balki ularning turmush tarziga qiziqish sifatida izohlaydi).
- o'zga insonlarning xulq-atvori va ustanovkalariga ta'sirchanlik.

- emotsional turg'unlik va ob'ektivlik.

- boshqa insonlarning ishonchini uyg'ota olish qobiliyati.

- o'zga kishilar huquqini hurmat qilish.

AQSH mutaxassislar komiteti psixolog-maslahatchi shaxsida mavjud bo'lishi lozim bo'lgan quyidagi 6 xususiyatni keltirib o'tadi:

- odamlarga nisbatan ishonch;

- boshqa shaxs qadriyatlarini hurmat qilish;

- sezgirlik, ziyraklik;

- oldindan xulosa chiqarmaslik;

- o'z-o'zini tushunish;

- kasbiy burchning shakllanganligi.

L.Wolberg (1954) psixolog uchun lozim bo'lgan quyidagi xususiyatlarni taklif etadi:

Xushyorlik, xolislik (o'zini mijoz bilan bir deb bilmaslik), moslashuvchanlik, empatiya va shaxsiy jiddiy muammolarning mavjud emasligi. Konsultant uchun zararli bo'lgan xususiyatlarga avtoritarlik, passivlik va tobelik, odamovilik, mijozdan

o'z ehtiyojlarini qondirishda foydalanishga moyillik, mijozning turli istaklariga sabrli bo'lmaslik, moddiy masaladagi nevrotik ustanovka.

A.Gombs boshqa olimlar bilan hamkorlikda olib borgan tadqiqotlari natijasida psixolog-maslahatchi boshqalarni biror predmetga emas, balki mas'uliyatni o'z bo'yniga olib o'z muammosini hal qila oladigan insonga tenglashtiradi, deb ta'kidlaydi.

N.Strupp mijozlar tomonidan bildirilgan fikrlardan kelib chiqib, “Yaxshi psixolog-maslahatchi” diqqat-e'tiborli, tinglashni biladigan, iliqlik, ko'ngilchanlik, do'stona maslahatlarda donoligi sifatlariga ega bo'lishi lozimligini ta'kidlaydi.

Professional va shaxs sifatida ta'lim tizimida ishlovchi amaliy psixologlar juda ko'p. Kunlar kelib ular yana ham ko'payadilar. Ular o'z faoliyatlarini ta'lim tizimining barcha muassasalarida: bolalar uylarida va bolalar bog'chasida, umumta'lim maktab va internatlarda, litseylar va maxsus maktablarda, gimnaziya va kollejlarda va xususiy maktablarda, reabilitatsiya, korreksiya rivojlanish, tibbiy psixologik-pedagogik yordam ko'rsatish markazlarida faoliyat ko'rsatmoqdalar. Amaliy psixolog qaherda ishlamasin doim ta'kidlab kelganimizdek, jamiyatda turli haq-huquqli, turli yoshdagi, har biri alohida individual, noyob shaxs xususiyatlariga ega va o'ziga xos fe'l-atvorli insonlar bilan ish olib boradilar. Biroq psixolog ham – inson. U qanchalik yorqin kamolga ega bo'lsa, u shunchalik o'z sohasining o'tkir mutaxassisi bo'ladi, chunki amaliy psixolog qaysidir darajada o'z atrofidagi insonlarning eng yaqin rivojlanish zonalariga ta'sir ko'rsata oladi. Bu ta'sir doiralarning kengligi turlicha bo'lishi mumkin. SHu tufayli amaliy psixologning ish faoliyatini tushunish va baholash ancha qiyindir. Uning kamchiligi yana shundaki, ko'pchilik bu faoliyatni uni ayrim mavjud tashqi ko'rsatkichlari bo'yicha baholaydilar.

Amaliy psixologning ajoyib inson sifatidagi professional farqlari quyidagilardan iborat:

- Qiziqishlarining cheksizligi va mustaqil o'z fikriga ega bo'lishi;
- Turli aloqalarni o'rnatishi va uni aqlan qo'llab- quvvatlay olishi;
- Odamlarni o'ziga jalb qila olishi;
- Muloqot jarayonida o'z his- tuyg'ularini jilovlay olishi;
- O'zini va boshqalarni anglashga bo'lgan intilishlari.
- O'z sohasidagi professional kompetentsiya chegarasini bilishi;
- O'zini sa'y-harakati va o'ziga nisbatan javobgarlik hissini anglashi;
- O'zining xulq-atvori va qilayotgan ishi nimaga olib kelishini anglab yetishi.

Rivojlantiruvchi va psixokorreksion ishlar psixolog tomonidan har xil shakllarda, vaziyatlarda va holatlarda tashkil qilinadi:

a) amaliy psixologning maxsus ishi, mashg'uloti ayrim bolalar, o'quvchilar va talabalar bilan alohida o'tkazilishi rejalashtiriladi;

b) psixologlarning boshqa bir faoliyati maxsus ravishda amalga oshirilib, bolalar, o'quvchilar, talabalar guruhlariga tarbiyaviy ta'sir o'tkazishga yo'naltirilgan bo'ladi;

v) ota-onalar, pedagogik jamoa ishtirokida tarbiyaviy tadbirlar tarzida mashg'ulotlar olib borish nazarda tutiladi.

REFERENCES

1. Андреева Г. М. Социальная психология. М., Аспект Пресс. 2010
2. Ахмедзянова А.Э. Актуализация эмпатии личности средствами кинотренинга. - Казань, 2011. 3. Гаврилова Т. П. Понятие эмпатии в зарубежной психологии //Вопр. Психологии. 2010.
3. Muhabbat, G. "ISLOMDA AXLOQIY QADRIYATLAR." *Central Asian Research Journal for Interdisciplinary Studies (CARJIS)* 2.2 (2022): 385-393.
4. Xushvaqto'v, Zoxid. "ESTETIKASI SHAXS KAMOLATI VA RIVOJLANISH VOSITALARI." *Central Asian Research Journal for Interdisciplinary Studies (CARJIS)* 2.2 (2022): 394-401.
5. Бекназаров, Ш. Қ. "ФУТБОЛЧИЛАР АНТРОПАРАМЕТРИК ЎЛЧАМЛАРИ ВА ТЕЗЛИК СИФАТИ ОРАСИДАГИ КОРРЕКЦИЯСИНИ ЎРГАНИШДА АКТДАН ФОЙДАЛАНИШ." *Central Asian Research Journal for Interdisciplinary Studies (CARJIS)* 2.2 (2022): 402-409.
6. Бозоров, Сирожиддин Рустам Ўғли. "СПОРТЧИЛАРНИ ШУҒУЛЛАНГАНЛИК ДАРАЖАСИНИ АНИҚЛАШНИНГ ЗАМОНАВИЙ УСУЛЛАРИНИ ТАҲЛИЛИ (ФУТБОЛ СПОРТ ТУРИ МИСОЛИДА)." *Central Asian Research Journal for Interdisciplinary Studies (CARJIS)* 2.2 (2022): 410-419.
7. Курязов, Р. "ЁШ ФУТБОЛЧИЛАРНИ МУСОБОҚА ШАРОИТИДА ТЎПНИ УЗАТИБ БЕРИШ ҲАРАКАТЛАРИНИ ЎРГАНИШ." *Central Asian Research Journal for Interdisciplinary Studies (CARJIS)* 2.2 (2022): 420-427.
8. Пирматов, Ойбек Зенетович. "ЁШ ФУТБОЛЧИЛАРНИ ЎЙИН ЖАРАЁНИДАГИ ТЕХНИК ВА ТАКТИК ҲАРАКАТЛАР ТАҲЛИЛИ." *Central Asian Research Journal for Interdisciplinary Studies (CARJIS)* 2.2 (2022): 428-433.

9. Рахмонбердиев, Эркин Бахтиёрович. "ФУТБОЛЧИ АЁЛЛАРНИ МУСОБАҚА ФАОЛИЯТИНИ ТАҲЛИЛ ҚИЛИШ." *Central Asian Research Journal for Interdisciplinary Studies (CARJIS)* 2.2 (2022): 434-440.
10. Турдибоев, Исомиддин Хуснидинович. "ЎЗГАРУВЧАН ВАЗИЯТЛИ МАШҚЛАР ЁРДАМИДА ЗАРБА БЕРИШ ҲАРАКАТЛАРИНИ ШАКЛЛАНТИРИШ САМАРАДОРЛИГИ." *Central Asian Research Journal for Interdisciplinary Studies (CARJIS)* 2.2 (2022): 441-447.
11. Хакимжонов, Зоҳиджон Аҳматқул Ўғли. "БОШЛАНҒИЧ ТАЙЁРЛОВ ГУРУҲИ ФУТБОЛЧИЛАРИНИ ТЕХНИКТАКТИК ТАЙЁРГАРЛИГИНИ ЎРГАНИШ." *Central Asian Research Journal for Interdisciplinary Studies (CARJIS)* 2.2 (2022): 448-456.
12. Шаяхмитов, Равиль Саатгереевич. "ЁШ ФУТБОЛЧИЛАРНИНГ МАШҒУЛОТЛАРДА КУЧ ВА ЧИДАМЛИЛИКНИ РИВОЖЛАНТИРИШ ХУСУСИЯТЛАРИ." *Central Asian Research Journal for Interdisciplinary Studies (CARJIS)* 2.2 (2022): 457-463.
13. Частоедова, А. Ю., et al. "ПОВЫШЕНИЕ ЭФФЕКТИВНОСТИ ПРОЦЕССА СОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ КОНДИЦИОННЫХ КАЧЕСТВ ЮНЫХ ВОЛЕЙБОЛИСТОВ." *Central Asian Research Journal for Interdisciplinary Studies (CARJIS)* 2.2 (2022): 464-472.
14. Кадиров, М. А. "ЭФФЕКТИВНОСТЬ ФОРМИРОВАНИЯ СПЕЦИАЛЬНОЙ БЫСТРОТЫ И ТОЧНОСТИ УДАРОВ У ЮНЫХ ФУТБОЛИСТОВ С ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ РЕЗКО МЕНЯЮЩИХСЯ СИТУАЦИОННЫХ УПРАЖНЕНИЙ." *Central Asian Research Journal for Interdisciplinary Studies (CARJIS)* 2.2 (2022): 473-480.
15. Умаров, Н. Х. "МЕТОД РАЗВИТИЕ СКОРОСТНЫХ СПОСОБНОСТЕЙ У ФУТБОЛИСТОВ 14-15 ЛЕТ." *Central Asian Research Journal for Interdisciplinary Studies (CARJIS)* 2.2 (2022): 481-491.
16. Артиков, А. А. "Ёш футболчиларни дарвозага зарба бериш аниқлигини ўрганиш." *Фан-спортга* 3 (2021): 79-81.
17. Моисеева, М. В. "МИНИ ФУТБОЛЧИ ҚИЗЛАРНИНГ ДАРВОЗАГА ЗАРБА БЕРИШДАГИ КЎРСАТКИЧЛАРИ." *Central Asian Research Journal for Interdisciplinary Studies (CARJIS)* 2.3 (2022): 521-526.
18. Мельзиддинов, Р. "ЎЗБЕКИСТОН “СУПЕРЛИГАСИ” ФУТБОЛЧИЛАРИНИНГ ҲАРАКАТЛАНИШ ФАОЛЛИГИ КЎРСАТКИЧЛАРИ БЎЙИЧА МАХСУС ТАЙЁРГАРЛИК ДАРАЖАСИ

ТАҲЛИЛИ." *Central Asian Research Journal for Interdisciplinary Studies (CARJIS)* 2.3 (2022): 527-534.

19. Umarov, Xurshid. "About prognostic value of indicators of motor abilities in young gymnastes." *Физическое воспитание, спорт и здоровье* 5.5 (2021).

20. Abdurashidovich, Shayimardanov Sherali. "EXERCISE PROGRAMS WHICH ARE DEVOTED TO PREPARING BY TECHNICAL TRAININGS FOR GYMNASTICS, THEIR ATTITUDES TO MOTOR SKILLS AND RHYTHM-TEMPO-STRUCTURE." *Халмухамедов, РД, Махмудова, ММ, Рахматов, БШ, Маъмурова, ЛК, & Эркинова, НМ* (2021).

21. Инаков, Бахтиёр Туклиевич, and Турсунбой Ковжовович Холбоев. "ТРЕНИРОВКА СТУДЕНТОВ ВУЗОВ, ЗАНИМАЮЩИХСЯ БЕГОМ НА СРЕДНИЕ ДИСТАНЦИИ, НА ОСНОВЕ ОЦЕНКИ ИХ ФУНКЦИОНАЛЬНОГО СОСТОЯНИЯ." *Academic research in educational sciences* 2.1 (2021): 292-301.

22. Gapparov, Z. G., et al. "Efficiency Development Explosive Abilities at Schoolboys of 12-13 Years." *Solid State Technology* 63.4 (2020): 348-353.

23. Иштаев, Ж. М. "ВЛИЯНИЕ РАЗВИТИЯ СПОСОБНОСТИ К ВЗРЫВНЫМ ДЕЙСТВИЯМ НА СОРЕВНОВАТЕЛЬНЫЙ РЕЗУЛЬТАТ ЮНЫХ БОРЦОВ." *Проблемы и перспективы физического воспитания, спортивной тренировки и адаптивной физической культуры*. 2019.

24. Tadjibayevna, Baltayeva Ikbal. "THE GENERAL-TYPICAL PLACES OF FOLK EPICS IN THE PLOT SYSTEM SPECIFIC FEATURES." *CURRENT RESEARCH JOURNAL OF PHILOLOGICAL SCIENCES (2767-3758)* 3.04 (2022): 70-73.

25. Xalmuratova, M. T. (2021). ADVANTAGES AND DISADVANTAGES OF DISTANCE LEARNING FOR LANGUAGES IN MEDICAL UNIVERSITIES IN A PANDEMIC SITUATION. *PalArch's Journal of Archaeology of Egypt/Egyptology*, 18(4), 3965-3969.

26. Халмуратова, М. Т. (2020). Мотивация студентов в обучении. *Наука и образование сегодня*, (6-2 (53)), 29-30.

27. Халмуратова, М. Т. (2019). ПСИХОЛОГО-РЕЧЕВЫЕ БАРЬЕРЫ СТУДЕНТОВ МЕДВУЗА ПРИ ОСВОЕНИИ ИНОСТРАННЫХ ЯЗЫКОВ. *Экономика и социум*, (3), 464-466.

28. Xalmuratova, M. T. (2018). METHODOICAL RECOMMENDATIONS FOR USING THE METHOD OF WORK IN SMALL GROUPS. *Экономика и социум*, (3), 79-82.

29. Ishtayev, Javlon Mavlonboyevich, et al. "EFFECTIVENESS OF THE NEW DEVELOPED SPORTS AND HEALTH PROGRAM IN SPORTS GYMNASTICS IN THE PREPARATION OF 3-7 YEAR OLD BOYS." *Central Asian Research Journal for Interdisciplinary Studies (CARJIS)* 2.3 (2022): 94-99.
30. Раупова, Ш. А. "РОЛЬ СОРЕВНОВАТЕЛЬНЫХ ДЕЙСТВИИ В ВОСПИТАНИИ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ У ПОДРАСТАЮЩЕГО ПОКАЛЕНИЯ." *Academic research in educational sciences 2.CSPI conference 3* (2021): 366-370.

