

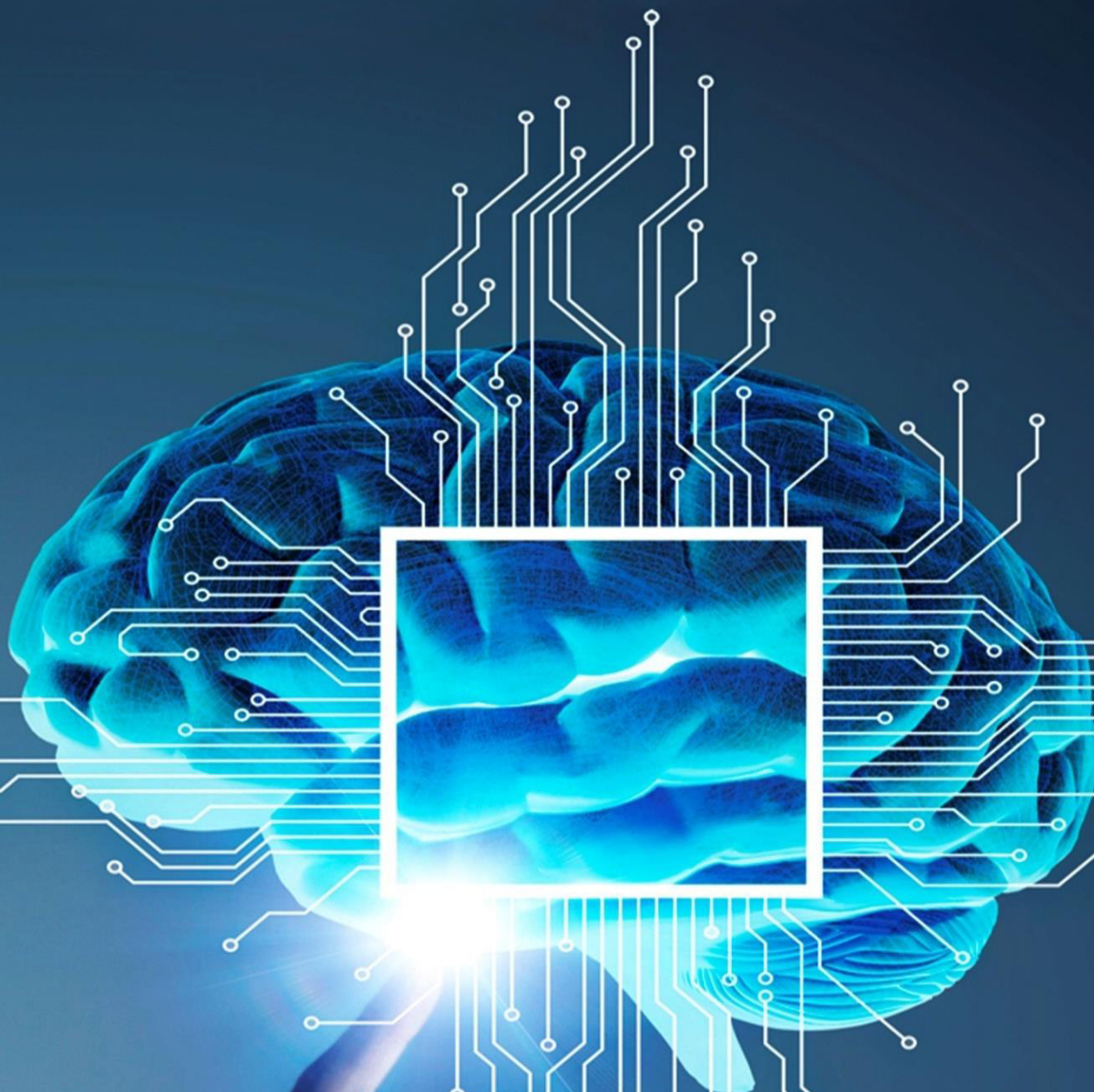


НАУЧНЫЙ
ИМПУЛЬС

ЦЕНТР НАУЧНОЙ
ПОДДЕРЖКИ

МЕЖДУНАРОДНЫЙ СОВРЕМЕННЫЙ НАУЧНО-ПРАКТИЧЕСКИЙ ЖУРНАЛ

НАУЧНЫЙ ИМПУЛЬС



Последние
новости

Последние
образование

Последние
исследование

И НОВЫЕ НАУКИ



Международный современный научно-практический журнал

Научный импульс

№ 5 (100)
Январь 2023 г.

Часть 2

Издается с августа 2022 года

Москва 2023

СОДЕРЖАНИЕ:

Название научной статьи, ФИО авторов	Номер страницы
MEDIA EDUCATION AT ENGLISH LESSONS AT UZBEKISTAN'S PRIMARY SCHOOLS Raimkulova Lobar Toshtemirova Dinora	12
ABU ALI IBN SINO ASARLARIDA PEDAGOGIK-PSIXOLOGIK YONDOSHUVNING O'ZIGA HOS JIHATLARI Raximova Roxat Boysoatovna Munira Qurbonova Beshim qizi	16
TIBBIYOT XODIMLARI O'RTASIDAGI IJOBIIY MUHITNI YARATISHGA QARATILGAN PSIXOLOGIK TAVSIYALAR Raximova Roxat Boysoatovna Akhunova Muxayyo	21
"ILK FARZAND KO'RGAN AYOLLARDA SHAXSLARARO MUNOSABATLARNING IJTIMOIIY PSIXOLOGIK HUSUSIYATLARI" Nazarova Zarnigor Raxmatjon qizi	26
PSIXOLOGIK YETUKLIKNING IJTIMOIIY-PSIXOLOGIK OMILLARI Nazarova Zarnigor Raxmatjon qizi	32
KASALLIKKA MUNOSABAT TIPLARI VA ULARNING TAHLILI Nazarova Zarnigor Raxmatjon qizi	35
O'ZBEKISTONDA TURAR-JOY QURILISHI TARIXI 1991-2020-YILLAR (SURXONDARYO MISOLIDA) Jonqobilov Jo'rabek Bahrom o'g'li	40
UZBEK EQUIVALENTS OF ENGLISH PROVERBS Shaydullayeva Kamola Nurali qizi Sodiqova Baxtigul Ibodullayevna	44
BOSHLANG'ICH SINFLARDA MATEMATIKA O'QITISH METODIKASIDA INTERFAOL METODLARDAN FOYDALANISH Meliboyeva Nilufar Abduraxmonovna	47
BIOSFERADA QUSHLARNING TUTGAN O'RNI Muslima Zokirova Qobiljon qizi	54
РОССИЯ ИМПЕРИЯСИ ХУКУМАТИНИНГ ТУРКИСТОНДА МИЛЛИЙ МАОРИФНИ ЧЕКЛАШ СИЁСАТИ Хасанов Эркинжон Вахобович	56
XOZIRGI KUNDA ISLOM DUNYOSINI BEQARORLASHTIRISH VA G'OYAVIY IXTILOFLAR Ro'ziyev Muxtorjon Ma'ripaliyevich	60

**“ILK FARZAND KO’RGAN AYOLLARDA SHAXSLARARO MUNOSABATLARNING
IJTIMOIY PSIXOLOGIK HUSUSIYATLARI”**

Nazarova Zarnigor Raxmatjon qizi

Toshkent tibbiyot akademiyasi

Pedagogika va psixologiya kafedrası o’qituvchisi.

Annotatsiya: *Mazkur maqola ilk farzand ko’rgan ayollarda uchraydigan tug’ruqdan oldingi va tug’ruqdan keyingi psixologik holatlar hamda shaxslararo munosabatlarni o’rganishga bag’ishlangan.*

Tayanch tushunchalar: *psixik jarayonlar, individual psixologik hususiyatlar, onalik muammosi, psixosotsial hodisa, shaxslararo munosabatlar, ijtimoiy, psixik holatlar.*

Аннотация: *Данная статья посвящена изучению пренатальных и послеродовых психологических состояний и межличностных отношений, встречающихся у женщин, родивших первого ребенка.*

Ключевые слова: *психические процессы, индивидуально-психологические особенности, проблема материнства, психосоциальное явление, межличностные отношения, социальные, психические состояния.*

Annotation: *This article is devoted to the study of pre-and postpartum psychological conditions that occur in women who have had their first child, as well as interpersonal relationships.*

Key words: *psychic processes, individual psychological characteristics, the problem of motherhood, psychosocial phenomenon, interpersonal relationships, social, psychic States.*

Oila – inson hayoti davomida hamroh bo’ladigan eng muhim ijtimoiy institutdir. Oilani o’rganishda juda ko’p turli xil yondashuvlar, uning ahamiyatini, shaxsga ta’sirini, uning ko’p qirraliligi va muammoligini belgilaydi. “Ayollarda farzand ko’rgandan so’ng shaxslararo munosabatlarning ijtimoiy psixologik xususiyatlari” ni o’rganishning ahamiyatli tomoni shundaki, ayollarning ruhiy salomatligini saqlash, oilalarda tinchlik va hotirjamlikni ta’minlashda ayollardagi depressiv holatlarini bartaraf etish, ayollarning oilada o’z rollaridan qoniqish his qilishlarini ta’minlash, ayollarga nisbatan oila a’zolarining e’tibor va g’amxo’rligini kuchaytirish, xamda farzand ko’rgan ayollar bilan farzandsiz ayollarning o’ziga bo’lgan baxosi va shaxslararo munosabatlarga qanday kirishadi bularning barchasi solishtiriladi va o’rganiladi.

Ayollarning o’ziga yarasha muammolari, orzu va istaklari mavjud. Ko’pincha ular o’z muammolarini ochiqchasiga ayta olmay, stress va ruhan tushkunlikka tushib qoladilar. Ularning psixologik muammolarini bartaraf etish esa oilada tinchlik-hotirjamlikni saqlash bilan bir qatorda, ayollarning ruhan salomatligiga ham erishishlari uchun mustaxkam poydevor bo’ladi. Bolani dunyoga keltirish xar bir inson xayotidagi muxim bosqichdir ,biz bilamizki ko’pchilik ayollarimizda farzand ko’rishdan oldin oilaga moslashish o’ziga bo’lgan

ishonchi past bo'lishi shaxslararo munosabatlarga kirishish birmuncha qiyin kechishi kuzatiladi va farzandli bo'lgandan so'ng esa bularning barchasi yuqori ko'rsatgichlarni xosil qiladi yani ayollarning o'ziga bo'lgan ishonchi ortadi shaxslararo munosabatlarda erkin va faol bo'la boshlaydi. Ayollarning tug'ruqdan avval va tug'ruqdan keyingi ijtimoiy psixologik xususiyatlarini o'rganishning dolzarbligi bir qator muammolar bilan bog'liq. Bu muammolar qatoriga ayrim misollar keltiramiz, jumaladan onalikka tayyorlanayotgan ayollarning ijtimoiy xolati, er-xotin munosabatlari, ona va bola o'rtasidagi sifatli aloqani taminlash shular jumalsidandir. Onalik va bolalik muammolari eng muhim va jamiyat rivojlanishining asosiy strategiyalaridan biri bo'lgan va bo'lib qolmoqda. Shunday qilib, bola tug'ilishidan oldin va undan keyin ayolning ijtimoiy psixologik xususiyatlarida muammolarning mavjudligini o'zi emas, balki uni hal qilishning dolzarb yondashuvlariga bog'liqdir.

Bizning ishimizda bola tug'ilishidan oldin va keyin ayolning shaxslararo munosabatlarda ijtimoiy psixologik xususiyatlarini o'rganishga harakat qilindi. Ko'plab nazariy va amaliy tadqiqotlar onalik muammosiga bag'ishlangan bo'lib, unda ayolning onalik roli bilan qoniqishi o'rganiladi. Yurtboshimiz Sh.M.Mirziyoyev ta'kidlaganidek, "Yer yuzidagi qaysi bir jamiyatning ma'daniy darajasi uning ayollarga bo'lgan munosabati bilan belgilanadi", [1] shunday ekan, xotin-qizlarga bugungi kunda berilayotgan e'tibor, ularning jismoniy salomatligi bilan bir qatorda ruhiy salomatligiga ham jiddiy e'tibor qaratishni taqozo qilmoqda. Bizning maqsadimiz ham farzandli ayollarning turli ijtimoiy psixologik hususiyatlarini o'rganish. Oilaviy nizolarni oldini olish, ajirimlarni kamaytirish. Farzand ko'rgandan so'ng ayollarda bo'ladigan shaxslararo munosabatlardagi muammolarni bartaraf etish. Oilada ayollarga nisbatan e'tibor va g'amxo'rlikni kuchaytirish, ularni ruhan va ma'nan qo'llab-quvvatlash, ularning ruhiy salomatligini mustahkamlashdir.

G'arb mamlakatlarida ayollarning muammolari XX asr o'rtalaridan boshlab o'rganilib, bir qator xulosalarga kelindi. Ko'pincha oiladagi muammolarga iqtisodiy yetishmovchilik, ro'zg'ordagi kam-ko'stlar vaj qilib ko'rsatiladi, degan fikrlar bo'lgan. So'nggi yillarda psixoterapiyada yangi – Sindrom atamasi paydo bo'ldi. Mazkur sindrom nevrotik tushkunlikka asoslangan bo'lib, mazkur holatda – doimiy kayfiyatsizlik, o'ziga ishonchning pastligi, o'zidan qoniqmaslik hissi, oilaviy rolining ahamiyatsizligi hissi kabilar kuzatiladi. Mazkur yo'nalishda asosan chet el olimlari tomonidan tadqiqotlar olib borilgan. Betti Fridanning "The Feminine Mystique" (1963), K.Xorni "Jenskaya psixologiya" (Vostochno-Yevropeyskiy institut psixoanaliza.-SPb.: Piter), S.Golod, B.Friden (Ayollar tafakkuri kitobi), shuningdek, [4] rus olimlaridan Voroboyeva Marina Yevgenevna (Osobennosti sotsialnoy identichnosti jenshin do I posle rojdeniya rebenka), O.G.Poluektova (Psixologicheskie osobennosti poslerodovogo sostayaniya jenshin), Yu. O. Mitnitskaya (psixologicheskie osobennosti jenshin v poslerodovom sostayani) Korgoja Mariya Aleksandrovna (Dinamika emotsionalnix sostayaniy u jenshin v poslerodovom periode), Zilokotina N.A. (psixologicheskie osobennosti protekaniya poslerodovogo psixoza u jenshin) va boshqa qo'shimcha adabiyotlarda ayollarning ruhiyatidagi muammolar va ularni bartaraf etish choralari haqida to'xalib o'tiladi. Redbook oilaviy jurnalida "Nega yosh onalar o'zlarini

tuzoqqa tushib qolgandek his qilmoqdalar” (Why Young Mothers Feel Trapped) kitobi yaratildi. Mazkur kitob uchun o’quvchilar o’zlarining hayotiy hikoyachalarini yuborishlari so’raldi va 20000 dan ortiq javob olindi. Mazkur xatlarga asoslanib, Redbook tomonidan “Nega yosh onalar o’zlarini tuzoqqa tushib qolgandek his qilmoqdalar” (Why Young Mothers Feel Trapped) nomli hujjatli film olindi. Tekshiruvlar natijasida shu ma’lum bo’ldiki uyda qolgan onalar depressiya, qayg’u, tushkunlik va havotirlanish kabilardan azob chekish ehtimoli o’tkazilgan 60000 onaning so’rovnomalaridan so’ng yuqori ekanligi tadqiq qilingan. Yosh onalarda vujudga kelishi mumkin bo’lgan mazkur sindrom hamda depressiyaning asosiy sabablariga quyidagilar kiradi:[6]

1. Ayollarning – tug’ruqdan keyingi psixoz yoki tug’ruqdan keyingi depressiya ko’rinishida ham yuzaga chiqishi mumkin. Albatta mazkur holat tug’ruqdan keyingi nerv siqilishlari hamda organizmda magniy miqdorining tushib ketishi bilan ham bog’liq bo’lishi mumkin. Magniy – stressga qarshi asosiy modda bo’lib, nerv impulslarining tarqalishida faol o’rin egallaydi. Mazkur modda tanqisligi bilan bog’liq holatda – tushkun kayfiyat, jahldorlik, qo’llarning qaltirashi, suyaklarning qaqshashi, tomoqda tiqilishni his qilish, uyquning buzilishi, charchoq kabi belgilar kuzatiladi. Bunday holatda organizm uchun magniy, omega-3 yog’ kislotalari va serotinin kabi moddalar miya uchun juda muhim. Chunki past ko’rsatkichli serotinin oqibatida depressiya va boshqa turli ruhiy kasalliklar kelib chiqish ehtimoli yuqori bo’lishi mumkin.

2. “Perfeksionizm” yoki “a’lochilik kompleks” – barcha vazifalarni mukammal bajarish istagi. Ko’pincha, bunday ayollar har bir narsada muvaffaqiyatga erishmoqchi bo’ladilar, ya’ni, ishda, uyda, bolalarni tarbiyalashda va eri bilan munosabatlarda... Agar to’satdan ba’zi qiyinchiliklar vujudga kelsa, mazkur holat ularda o’z-o’zini ayblashga sabab bo’ladi. Hattoki, farzandidagi kichik bir kamchiligi uchun ham o’zini ayblaydi.

3. Keskin o’zgarishlar. Ma’lumki, ishlovchi ayollar tug’ruqdan oldin faol hayot tarziga moslashgan bo’ladilar. Tug’ruq ta’tiliga chiqqach esa ular keskin ona roliga o’tadilar. Moslashuv bilan bog’liq muammo ruhiy tushkunlikka sabab bo’lishi bilan bir qatorda, uning erkinligini ham cheklashi mumkin. Mazkur holatda moliyaviy masala ham muhim o’rin tutadi. Bundan oldin ayol o’zini moddiy ta’minlash uchun maoshidan sarflagan bo’lsa, endi moddiy rag’bat uchun qaramlik vujudga keladi. Sevimli kasbi va mashg’ulotidan ba’zan butunlay voz kechishiga ham sabablar bo’lishi mumkin.

4. Onalik mehri. Oilada farzand dunyoga kelishi bilan uning kelajagi uchun ota-onalardan katta mas’uliyat talab etiladi. Bolalar tarbiyasiga buvi va dodalarning aralashuvlari, ota-onalarni uquvsizlikda ayblash kabilar ko’pincha tajribasiz oilalarda kuzatilib turadi. Agar ota-onalarning o’zlari yoshlikdan psixologik travma bilan katta bo’lgan bo’lsalar, farzandlarining ruhiyatiga jiddiy e’tibor qaratadilar va ko’pincha o’zlarini ko’p narsalardan cheklay boshlaydilar.

Ushbu sindrom ko’pincha yosh onalarda kuzatiladi. Ularni ko’pchilik ayollar orasidan – kayfiyatsiz qarashlar, yuzda tabassurning aks etmasligi, yelkalarining biroz pastlagani bilan ham ajratib olish mumkin. Balki u o’zicha hayotdan mamnundek o’zini tutishi mumkin,

lekin aslida qalban mukammal turmush sharoitidan yiroq. U o'zini ko'pincha salbiy baholashni boshlaydi. U rivojlanishni, uyidan chiqib ketishni, turmush o'rtog'i bilan suhbatlashishni va o'zining his-tuyg'ulari bilan dardlashishni istaydi. Biroq uning istaklari, hohishlari, afsuski, doim ham samara bermaydi. Mulqotga bo'lgan ehtiyojning qondirilmasligi uning o'ziga bo'lgan bahosini pasayishiga sabab bo'ladi. Hatto o'z dardlari haqida boshqalarga aytsa ham, uning hayoti me'yorda ketayotgani, u bilan barchasi joyida ekanligini aytib uni yupatadilar.[4] Psixologiya fanida onalik muammosi, onalik shaxsiyatining qanday o'zgarishi va tug'uruqdan keyingi xolati uzoq yillar davomida o'rganilib kelinmoqda. Ushbu tadqiqot doirasida onaning psixologik xususiyatlarini o'rganish yani tug'uruqdan keyingi ruxiy xolati va shuning bilan birgalikda onalarga bola bilan muomala qilish san'ati, onalik ro'li, bolaning qiziqishlarini qo'llab quvvatlash va uning sog'ligiga katta axamiyat berish ko'rsatilib o'tilgan. Barcha tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, tug'uruq davri ayollarning hayotida katta o'tish davri hisoblanadi va u ayollarning psixologik xolatiga o'z ta'sirini o'tkazadi [8]. Yuqorida keltirilgan barcha mulohazalar shuni ko'rsatadiki, onalarga psixologik yordam, ona va bolaning o'rtasidagi muomala madaniyatida onalarga mativatsiya berishda psixologiyaning o'rni katta ekanligini ko'rsatmoqda. Bolani dunyoga kelishi har bir ota -ona hayotidagi muhim bosqich hisoblanadi. Muhtaram yurtboshimiz Sh.M.Mirziyoyev ta'kidlaganidek, "Ayolni e'zozlash, ayolga ehtirom ko'rsatish xalqimizga xos oliyanob qadriyat hisoblanadi. Biz barchamiz qanday kasb, qanday lavozimda ishlamaylik, qalbimiz, yuragimizdagi jamiki ezgu fazilatlar uchun, siz mehribon ayollardan umrbod qarzdormiz. Ayollar hayotdan rozi bo'lib yashashi uchun sidqidildan hizmat qilishga tayyormiz. Biz o'z ishimizda onalikni ijtimoiy holat deb bilamiz. M. Argil tomonidan taqdim etilgan onalikning ijtimoiy holatining xususiyatlariga asoslanib, biz onalikning ijtimoiy holatining quyidagi xususiyatlarini (homiladorlik va tug'uruqdan keyingi bosqich) ko'ramiz. Shunday qilib, onalik holati ob'ektiv parametrlar va sub'ektiv jihatlardan nuqtai nazaridan ham ko'rib chiqiladi. Ijtimoiy vaziyat ijtimoiy o'ziga xoslik parametrlari bilan o'zaro bog'liqdir.

Homiladorlik paytida va tug'uruqdan keyingi davrda ayolning ijtimoiy o'ziga xos xususiyatining ijtimoiy-rol tarkibiy qismini onalik holati belgilaydi, bu esa o'z navbatida bolaning qadr-qimmatini va ijtimoiy identifikatsiyaning tuzilishini belgilaydi. Onalikning ijtimoiy holati homiladorlik paytida ham, bola tug'ilgandan keyin ham ayolning o'zaro munosabati, bilimi va qadriyatlari uchun ma'lum bir sharoit yaratadi. Bola tug'ilishidan oldin va keyin ayolning ijtimoiy o'ziga xosligini shakllantirishning o'ziga xos xususiyatlari onalikning ijtimoiy holatini qabul qilishga bog'liq bo'ladi. U, o'z navbatida, semantik dinamika, bolaning qadr-qimmatini qabul qilish va ayolning ijtimoiy rollari va bilim va ko'nikmalar ierarxiasini shakllantirish jarayonini boshlaydi, bular homiladorlik davrida ham, tug'uruqdan keyin ham ayolning ijtimoiy o'ziga xos xususiyatlarining tarkibiy qismlari hisoblanadi. Homiladorlik davrida ayolning ijtimoiy o'ziga xosligini assimilyatsiya qilish, bizning fikrimizcha, onalikka tayyorlikning shakllangan uslubi orqali sodir bo'ladi va amalga

oshiriladi. Bizning tadqiqotimizda biz ayolning ijtimoiy o'ziga xos xususiyatlarini ko'rib chiqamiz.

Ayolning ijtimoiy o'ziga xosligi tuzilishi deganda biz to'rtta tarkibiy qismni tushunamiz: ijtimoiy-rol, qiymat-semantik, hissiy va kognitiv. Ayolning ijtimoiy o'ziga xosligi tarkibiy qismlarining har biri bir qator tushunchalar va ta'riflarni o'z ichiga oladi. Shunday qilib, homiladorlikning ijtimoiy holatidagi ayollarning ijtimoiy o'ziga xosligi ayollarning ijtimoiy rollari, bolaning qadr-qimmati va ayolning onalikka tayyorligi va bola bilan erta munosabatda bo'lishini aks ettiradi. Ona va bola o'rtasidagi o'zaro munosabatlarda ifodalangan ayolning ota-onaga bo'lgan munosabati ayolning farovonligi bilan bog'liq. Adabiyotlardagi ma'lumotlar shuni ko'rsatadiki, onalik munosabati bola tug'ilgandan so'ng darhol paydo bo'lmaydi, balki butun shakllanish yo'lidan o'tadi, uning shakllanishiga ayol hayoti davomida turli omillar ta'sir qiladi. Uning rivojlanishi homiladorlik paytida va tug'ruqdan keyin bola bilan tana bilan aloqa qilishda o'z onasi bilan o'zaro munosabatlarning tajribasiga bog'liq bo'lib, bu davrda chaqaloq stimullari ob'ektivlashtirilib, ona va bola o'rtasida bog'lanish paydo bo'lishi uchun sharoitlar yaratiladi. Ayollarning oilaviy munosabatlar bilan bog'liq muammolari tahlil qilinganda ko'pchilik ayollar farzand tarbiyasi bilan bog'liq muammolarga duch kelmoqda. Bizning kelajakda qilinadigan ishimiz xam "Ayollarda farzand ko'rgandan so'ng shaxslararo munosabatlarning ijtimoiy - psixologik xususiyatlarini o'rganish" va ayollarda qancha farzand ko'paygan sari oilaviy munosabatlarga kirishish shunchalik yuqori ko'rsatgichlarni xosil qilishi xamda bu xolat tabiiy ekanligini va ulardagi o'zgarishni atrofdagilar oila azolari ayniqsa qaynona - qaynotalar xam buni to'g'ri qabul qilishlari kerakligini tushuntirishni o'zimizga maqsad qilib qo'ydik.

Xulosa o'rnida shuni ta'kidlab o'tish lozim-ki bizning maqsadimiz xam oilaviy nizolarning oldini olish va oila mustaxkamligini saqlab qolishdan iborat. Ularning muammolarini bartaraf etish esa oilada tinchlik-hotirjamlikni saqlash bilan bir qatorda, ayollarning ruhan salomatligiga ham erishishlari uchun ustuvor yo'nalish bo'ladi.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR RO'YXATI:

- 1.Sh.M.Mirziyoyev. 2017-yil 8-mart tadbiri uchun bag'ishlangan nutqidan.
- 2.Abdurasulova T.D., Limina O.V. Yefimova N.V. Individualno-psixologicheskiye osobennosti nerabotayushix jenshin //Semeynaya psixologiya i semeynaya terapiya.-2006.-№2.-S.114-126.
- 3.Akramova F.A. Oilada ma'naviy muhitni shakllantirishda xotin-qizlarning roli. - T.: "Nihol Print", 2016y.
- 4.Ilin Ye.P. Differentsialnaya psixologiya mujchin i jenshin-SPb.: Piter, 2006.-544s.
- 5.Voroboyeva Marina Yevgenevna "Osobennosti sotsialnoy identichnosti jenshin do i posle rojdeniya rebenka" 2015

6.Nazarova Z.R. “Ayollarda uchraydigan tug’ruqdan oldingi va keyingi psixologik holatlar”.

7.Zarnigor, N. (2022). RAHBAR PSIXOLOGIYASI VA UNING MEHNATIGA QO’YILADIGAN TALABLAR. INNOVATION IN THE MODERN EDUCATION SYSTEM, 2(24), 121-125.

8.Zarnigor, N. (2022). TIBBIY PSIXODIAGNOSTIKADA KOGNITIV FUNKSIYALAR DIAGNOSTIKASI MUAMMOSI. THE THEORY OF RECENT SCIENTIFIC RESEARCH IN THE FIELD OF PEDAGOGY, 1(3), 43-46.

9.Назарова, З. (2023). ПСИХОСОМАТИК КАСАЛЛИКЛАРДА ПСИХОКОРРЕКЦИЯ ВА ПСИХОПРОФИЛАКТИКА УСУЛЛАРИ. Новости образования: исследование в XXI веке, 1(6), 268-272.

10.Baxtiyarovna, S. D. (2022). TIBBIYOT XODIMLARINING KASBIY PSIXOLOGIK TAYYORGARLIGI. Scientific Impulse, 1(3), 444-448.

11.Davlataliyevna, S. N. (2022). PSYCHOLOGY AND ITS PRINCIPLES. Scientific Impulse, 1(5), 823-826.

12.Davlataliyevna, S. N. (2022). UMUMIY PSIXOLOGOYA VA TURLI XIL PSIXOLOGIK AMALIYOTLAR. Scientific Impulse, 1(5), 820-822.

13.Пирог, Г. В. (2021). Психологические особенности жизненных перспектив современной молодежи. Ўзбекистонда психологияни ривожлантириш муаммолари: назария ва амалиёт уйғунлиги, 253-255