

SCIENCE
PROBLEMS.UZ

ISSN 2181-1342

Actual problems of social and humanitarian sciences
Актуальные проблемы социальных и гуманитарных наук

Ijtimoiy-gumanitar fanlarning dolzarb muammolari

11-son (5-jild)

2025

SCIENCEPROBLEMS.UZ

IJTIMOIIY-GUMANITAR FANLARNING DOLZARB MUAMMOLARI

№ 11 (5) – 2025

АКТУАЛЬНЫЕ ПРОБЛЕМЫ СОЦИАЛЬНО- ГУМАНИТАРНЫХ НАУК

ACTUAL PROBLEMS OF HUMANITIES AND SOCIAL SCIENCES

TOSHKENT-2025

BOSH MUHARRIR:

Isanova Feruza Tulqinovna

TAHRIR HAY'ATI:

07.00.00- TARIX FANLARI:

Yuldashev Anvar Ergashevich – tarix fanlari doktori, siyosiy fanlar nomzodi, professor;

Mavlanov Uktam Maxmasabirovich – tarix fanlari doktori, professor;

Xazratkulov Abror – tarix fanlari doktori, dotsent;

Tursunov Ravshan Normuratovich – tarix fanlari doktori;

Xolikulov Axmadjon Boymahmatovich – tarix fanlari doktori;

Gabrielyan Sofya Ivanovna – tarix fanlari doktori, dotsent;

Saidov Sarvar Atabullo o'g'li – katta ilmiy xodim, Imom Termiziy xalqaro ilmiy-tadqiqot markazi, ilmiy tadqiqotlar bo'limi.

08.00.00- IQTISODIYOT FANLARI:

Karlibayeva Raya Xojabayevna – iqtisodiyot fanlari doktori, professor;

Nasirxodjayeva Dilafruz Sabitxanovna – iqtisodiyot fanlari doktori, professor;

Ostonokulov Azamat Abdukarimovich – iqtisodiyot fanlari doktori, professor;

Arabov Nurali Uralovich – iqtisodiyot fanlari doktori, professor;

Xudoyqulov Sadirdin Karimovich – iqtisodiyot fanlari doktori, dotsent;

Azizov Sherzod O'ktamovich – iqtisodiyot fanlari doktori, dotsent;

Xojayev Azizxon Saidaloxonovich – iqtisodiyot fanlari doktori, dotsent

Xolov Aktam Xatamovich – iqtisodiyot fanlari bo'yicha falsafa doktori (PhD), dotsent;

Shadiyeva Dildora Xamidovna – iqtisodiyot fanlari bo'yicha falsafa doktori (PhD), dotsent v.b.;

Shakarov Qulmat Ashirovich – iqtisodiyot fanlari nomzodi, dotsent.;

Jabborova Charos Aminovna - iqtisodiyot fanlari bo'yicha falsafa doktori (PhD).

09.00.00- FALSAFA FANLARI:

Hakimov Nazar Hakimovich – falsafa fanlari doktori, professor;

Yaxshilikov Jo'raboy – falsafa fanlari doktori, professor;

G'aybullayev Otabek Muhammadiyevich – falsafa fanlari doktori, professor;

Saidova Kamola Uskanbayevna – falsafa fanlari doktori;

Hoshimxonov Mo'min – falsafa fanlari doktori, dotsent;

O'roqova Oysuluv Jamoliddinovna – falsafa fanlari doktori, dotsent;

Nosirxodjayeva Gulnora Abdukaxxarovna – falsafa fanlari nomzodi, dotsent;

Turdiyev Bexruz Sobirovich – falsafa fanlari doktori (DSc), Professor.

10.00.00- FILOLOGIYA FANLARI:

Axmedov Oybek Saporbayevich – filologiya fanlari doktori, professor;

Ko'chimov Shuxrat Norqizilovich – filologiya fanlari doktori, dotsent;

Hasanov Shavkat Ahadovich – filologiya fanlari doktori, professor;

Baxronova Dilrabo Keldiyorovna – filologiya fanlari doktori, professor;

Mirsanov G'aybullo Qulmurodovich – filologiya fanlari doktori, professor;

Salaxutdinova Musharraf Isamutdinovna – filologiya fanlari nomzodi, dotsent;

Kuchkarov Raxman Urmanovich – filologiya fanlari nomzodi, dotsent v/b;

Yunusov Mansur Abdullayevich – filologiya fanlari nomzodi;

Saidov Ulugbek Aripovich – filologiya fanlari nomzodi, dotsent;

Qodirova Muqaddas Tog'ayevna - filologiya fanlari nomzodi, dotsent.

12.00.00- YURIDIK FANLAR:

Axmedshayeva Mavlyuda Axatovna – yuridik fanlar doktori, professor;

Muxitdinova Firyuza Abdurashidovna – yuridik fanlar doktori, professor;

Esanova Zamira Normurotovna – yuridik fanlar doktori, professor, O'zbekiston Respublikasida xizmat ko'rsatgan yurist;

Hamroqulov Bahodir Mamasharifovich – yuridik fanlar doktori, professor v.b.,;

Zulfiqorov Sherzod Xurramovich – yuridik fanlar doktori, professor;

Xayitov Xushvaqt Saparbayevich – yuridik fanlar doktori, professor;

Asadov Shavkat G'aybullayevich – yuridik fanlar doktori, dotsent;

Ergashev Ikrom Abdurasulovich – yuridik fanlari doktori, professor;

Utemuratov Maxmut Ajimuratovich – yuridik fanlar nomzodi, professor;

Saydullayev Shaxzod Alixanovich – yuridik fanlar nomzodi, professor;

Hakimov Komil Baxtiyarovich – yuridik fanlar doktori, dotsent;

Yusupov Sardorbek Baxodirovich – yuridik fanlar doktori, professor;

Amirov Zafar Aktamovich – yuridik fanlar doktori (PhD);

Jo'rayev Sherzod Yuldashevich – yuridik fanlar nomzodi, dotsent;

Babadjanov Atabek Davronbekovich – yuridik fanlar nomzodi, professor;

Normatov Bekzod Akrom o'g'li — yuridik fanlar bo'yicha falsafa doktori;

Rahmatov Elyor Jumaboyevich — yuridik fanlar nomzodi;

13.00.00- PEDAGOGIKA FANLARI:

Xashimova Dildarxon Urinboyevna – pedagogika fanlari doktori, professor;

Ibragimova Gulnora Xavazmatovna – pedagogika fanlari doktori, professor;

Zakirova Feruza Maxmudovna – pedagogika fanlari doktori;

Kayumova Nasiba Ashurovna – pedagogika fanlari doktori, professor;

Taylanova Shoxida Zayniyevna – pedagogika fanlari

doktori, dotsent;

Jumaniyozova Muhayyo Tojiyevna – pedagogika fanlari doktori, dotsent;

Ibraximov Sanjar Urunbayevich – pedagogika fanlari doktori;

Javliyeva Shaxnoza Baxodirovna – pedagogika fanlari bo'yicha falsafa doktori (PhD);

Bobomurotova Latofat Elmurodovna — pedagogika fanlari bo'yicha falsafa doktori (PhD).

19.00.00- PSIXOLOGIYA FANLARI:

Karimova Vasila Mamanosirovna – psixologiya fanlari doktori, professor, Nizomiy nomidagi Toshkent davlat pedagogika universiteti;

Hayitov Oybek Eshboyevich – Jismoniy tarbiya va sport bo'yicha mutaxassislarni qayta tayyorlash va malakasini oshirish instituti, psixologiya fanlari doktori, professor

Umarova Navbahor Shokirovna– psixologiya fanlari doktori, dotsent, Nizomiy nomidagi Toshkent davlat pedagogika universiteti, Amaliy psixologiyasi kafedrasini mudiri;

Atabayeva Nargis Batirovna – psixologiya fanlari doktori, dotsent;

Shamshetova Anjim Karamaddinovna – psixologiya fanlari doktori, dotsent;

Qodirov Obid Safarovich – psixologiya fanlari doktori (PhD).

22.00.00- SOTSIOLOGIYA FANLARI:

Latipova Nodira Muxtarjanovna – sotsiologiya fanlari doktori, professor, O'zbekiston milliy universiteti kafedra mudiri;

Seitov Azamat Po'latovich – sotsiologiya fanlari doktori, professor, O'zbekiston milliy universiteti;

Sodiqova Shohida Marxaboyevna – sotsiologiya fanlari doktori, professor, O'zbekiston xalqaro islom akademiyasi.

23.00.00- SIYOSIY FANLAR

Nazarov Nasriddin Ataqulovich –siyosiy fanlar doktori, falsafa fanlari doktori, professor, Toshkent arxitektura qurilish instituti;

Bo'tayev Usmonjon Xayrullayevich –siyosiy fanlar doktori, dotsent, O'zbekiston milliy universiteti kafedra mudiri.

OAK Ro'yxati

Mazkur jurnal Vazirlar Mahkamasi huzuridagi Oliy attestatsiya komissiyasi Rayosatining 2022-yil 30-noyabrdagi 327/5-son qarori bilan tarix, iqtisodiyot, falsafa, filologiya, yuridik va pedagogika fanlari bo'yicha ilmiy darajalar yuzasidan dissertatsiyalar asosiy natijalarini chop etish tavsiya etilgan ilmiy nashrlar ro'yxatiga kiritilgan.

“Ijtimoiy-gumanitar fanlarning dolzarb muammolari” elektron jurnali 2020-yil 6-avgust kuni 1368-sonli guvohnoma bilan davlat ro'yxatiga olingan.

Muassis: “SCIENCEPROBLEMS TEAM” mas'uliyati cheklangan jamiyati

Tahririyat manzili:

100070. Toshkent shahri, Yakkasaroy tumani, Kichik Beshyog'och ko'chasi, 70/10-uy. Elektron manzil:

scienceproblems.uz@gmail.com

Bog'lanish uchun telefon:

(99) 602-09-84 (telegram).

MUNDARIJA

07.00.00 – TARIX FANLARI

<i>Muxammadiev Akmal Ganievich</i> TOSH DAVRIDA KVARIS XOMASHYOSIDAN FOYDALANISH MASALASINI O'RGANISH	10-15
<i>Xujaniyazov Uktam Yeshbayevich</i> MUSTAQILLIK YILLARIDA O'ZBEKISTONDA MADANIYAT SOHALARI RIVOJLANISHINING ASOSIY TENDENSIYALARI (QORAQALPOG'ISTON RESPUBLIKASI MISOLIDA)	16-21
<i>Mo'minov Xusanboy Madaminjonovich, Xamidova Ominaxon</i> ANTI-K TEATR	22-25
<i>Ravshanov O'ktamali Rustam o'g'li</i> SOPOL IDISHLARDAGI EPIGRAFIKA	26-29
<i>Elboyeva Shaxnoza</i> O'ZBEK OLIMLARI VA MUTAXASSISLARINING GLOBAL FAN VA TEXNOLOGIYA RIVOJIGA TA'SIRI: TARIXDAN HOZIRGI	30-33
<i>Esanova Nilufar</i> O'ZBEKISTONNING SANOAT SOHASIDA KADRLAR TAYYORLASH SIYOSATI: ILMIY ASOSLAR VA DOLZARB MASALALAR	34-38
<i>Asadova Ra'no Baymanovna, Ashurova Qunduz Abduxoliq qizi</i> QASHQADARYO VILOYATIDA OMMAVIY AXBOROT VOSITALARINING RIVOJI (1990–2025): MANBALAR, MUAMMOLAR VA TENDENSIYALAR	39-42
<i>Umarqulova Gulchiroy Fayzulla qizi</i> JIZZAX CHO'LLARINING O'ZLASHTIRILISHI VA MIRZACHO'L VA DO'STLIK TUMANLARINING TASHKIL TOPIHI TARIXIDAN	43-47
<i>Shirinova Nargiza Faxritdinbek qizi</i> XIX ASR IKKINCHI YARMI – XX ASR BOSHLARIDA TURKISTONDA DORISHUNOSLIK AN'ANALARI TARIXIDAN	48-53

08.00.00 – IQTISODIYOT FANLARI

<i>Akbarov Husan O'zbekxonovich</i> BOG'DORCHILIK XO'JALIKLARINING ISHLAB CHIQARISH SAMARADORLIGIGA TA'SIR ETUVCHI OMILLARNI EKONOMETRIK MODELLAR ASOSIDA BAHOLASH	54-59
<i>Asqarova Nargiza Ilhomxo'jayevna</i> KICHIK BIZNES VA XUSUSIY TADBIRKORLIK FAOLIYATINI RIVOJLANTIRISHNING ILG'OR XORIY TAJRIBASI	60-67
<i>Nurmurodov Zafarjon Nurmurod o'g'li</i> MAHALLIY DAVLAT HOKIMIYATI ORGANLARINI RAQAMLASHTIRISHNING ZAMONAVIY YO'NALISHLARI VA MUAMMOLARI	68-72

09.00.00 – FALSAFA FANLARI

<i>Abilov O'rol Murodovich</i> OPTIMIZM-PESSIMIZMNING IJTIMOY VA GNOSEOLOGIK ASOSLARI	73-81
<i>Ismoilov Maxamadixon Isroilovich</i> AXLOQ VA FOYDA O'RTASIDAGI DIALEKTIKA: IQTISODIY RATSIONALIZMGA AKSIOLOGIK YONDASHUV	82-90
<i>Yuldashev Rustam Daniyrovich</i> YOSHLAR TARBIYASIDA DINIY-MA'RIFIY TUSHUNCHANING O'RNI VA AHAMIYATI	91-98
<i>Sagdullayeva Dilbar Shuxratovna</i> JAMOATCHILIK NAZORATINI TAKOMILLASHTIRISHNING FALSAFIY JIHATLARI	99-105
<i>Narziyev Zubaydillo Ibodilloevich</i> AZIZIDDIN NASAFIYNING TASAVVUF ILMIGA OID QARASHLARINING METODOLOGIK TAHLILI	106-112
<i>Mamajonov Sanjarbek Hamrajonovich</i> SOTSIAL INJENERIYANING RIVOJLANISH TARIXI VA METODOLOGIYASI	113-118
<i>Rajabov Ilxom Mustafoevich</i> ZAMONAVIY TA'LIM PARADIGMALARI (RAQAMLI TA'LIM, KOMPETENSIYAVIY YONDASHUV, UZLUKSIZ TA'LIM): IJTIMOY-FALSAFIY TAHLIL	119-123
<i>Toirov Ilxom</i> MADANIYAT VA KUNDALIK HAYOT DIALEKTIKASI	124-127
<i>Mamatnazarov Lazizbek To'raquliyevich</i> ZO'RAVONLIK IJTIMOY-XATARLI XULQ-ATVOR SIFATIDA: MAZMUNI VA MOHIYATI, OQIBATLARI	128-131
<i>Toxirov Abdumalik Ashurali o'g'li</i> MODERNIZATSIYA SHAROITIDA YOSHLAR AXLOQIY QADRIYATLARINING TRANSFORMATSION DINAMIKASI	132-136
<i>Нурмухамедова Севара Бадриддиновна</i> ВЛИЯНИЕ СРЕДСТВ МАССОВОЙ ИНФОРМАЦИИ НА ФОРМИРОВАНИЕ ЦЕННОСТНЫХ ОРИЕНТАЦИЙ МОЛОДЕЖИ	137-141
<i>Axmedova Dilrabo Sa'dullayevna</i> YOSHLAR SALOMATLIGI VA IJTIMOY SHAKLLANISH: STRESS, DEPRESSIYA, RUHIY SALOMATLIK, JAMOATCHILIK VOSITASI SABOQLARI ...	142-145
<i>Xolmirzayeva Jumagul Xamdamovna</i> YOSHLAR MEHNAT MADANIYATI VA UNING JAMIYAT RIVOJIGA TA'SIRI	146-150
<i>Abdusalimov Abror Vali ug'li</i> MIRZO G'OLIB VA MUHAMMAD IQBOL IJODIDAGI FALSAFIY, MA'NAVIY VA BADIY MUSHTARAKLIK	151-158
<i>Maxmudov Izzatillo Ne'matilloevich</i> IJTIMOIY ADOLAT: NAZARIY-METODOLOGIK ASOSLARI VA ZAMONAVIY TALQINI	159-163
<i>Aripov Alisher Sayfiddinovich</i> KORRUPSIYA TUSHUNCHASINING ILMIY-METODOLOGIK ASOSLARI	164-167
<i>Xudoyqulov Shukrullo Sohibovich</i> O'ZBEKISTONDA YANGI TARAQQIYOT BOSQICHIDA YANGI MA'NAVIY MAKONNI YARATISH TAMOIYILLARI	168-172

<i>Ibrogimova Gulbaxor Eshmatmatovna</i> MA'NAViy-AXLOQiy TANLOV TUSHUNCHASI VA UNING FALSAFIY MOHIYATI	173-176
--	---------

10.00.00 – FILOLOGIYA FANLARI

<i>Abduraxmonova Ra'no Kosimovna</i> NEMIS TILIDAGI DINIY MATNLARNING O'ZBEK TILIGA	177-182
<i>Abdusalimov Abdulaziz Abdumutal o'g'li</i> INGLIZ TILI MODAL FE'LLARINING TIPOLOGIK TALQINI	183-188
<i>Abduraximova Okila Gayratovna</i> ZAMONAVIY NEMIS TILIDA NEOLOGIZMLAR TIPOLOGIYASI VA TASNIFI	189-194
<i>Ubaydullayeva Umida Abdushukur qizi</i> TERMIN, TERMINOLOGIYA VA ULARNING YONDOSH TUSHUNCHALARGA MUNOSABATI	195-198
<i>Sayitqulova Zilola Xusniddin qizi</i> BADIY ASARLARDA PERSONAJLARARO MUNOSABATLARNING LINGVOMADANIY VA PRAGMATIK TAHLILI (O'ZBEK VA INGLIZ ADABIYOTI MISOLIDA).....	199-203
<i>Khodjayeva Khurshida Sharafitdinovna</i> LANGUAGE CHANGE AND THE EMERGENCE OF NEW LEXICAL UNITS IN THE DIGITAL ERA	204-209

12.00.00 – YURIDIK FANLAR

<i>Реймбаев Абдулла Курбанбаевич</i> РАССУЖДЕНИЯ ОБ УГОЛОВНО-ПРАВОВОМ ПОНЯТИИ УЧАСТИЯ В ПРЕСТУПЛЕНИИ	210-215
<i>Sayfiddinov Aqliddin Anvarjon o'g'li</i> HUDUDLARNI IJTIMOiy-IQTISODIY RIVOJLANTIRISHDA MAHALLIY KENGASHLAR FAOLIYATINI HUQUQIY TARTIBGA SOLISH: RETROSPEKTIV TAHLIL	216-222
<i>Samandarova Feruza Baxromjon qizi</i> YASHIL DAVLAT XARIDLARI	223-229
<i>Rasulov Siroj Sodiq o'g'li</i> DAVLAT BOSHQARUVIDA ODILLIK PRINSIPI TALQINI	230-233
<i>Aslanov Sharafiddin Xayrullayevich</i> IQTISODIY JINOYATLARNING MAZMUN-MOHIYATI VA ULARNING OLDINI OLISH MEXANIZMLARI	234-238

13.00.00 – PEDAGOGIKA FANLARI

<i>Akbarova Gulhayo Oybekovna</i> TA'LIM 5.0 KONSEPTSIYASI ASOSIDA "QAYTA TIKLANUVCHI ENERGIYA MANBALARI" FANINI O'QITISH METODIKASINI TAKOMILLASHTIRISH	239-246
<i>Sulaymanova Dildora Nazarovna</i> BO'LAJAK O'QITUVCHILARDA KREATIV TAFAKKURNI SHAKLLANTIRISHDA SHAXSGA YO'NALTIRILGAN TA'LIM TEXNOLOGIYALARINING ROLI	247-251

Aytmuratov Ajiniyaz Jumabay Uli

TALABALARNING MODELLASHTIRISHGA OID KOMPETENTLIGINI RIVOJLANTIRISHDA
RAQAMLI TA'LIM TEXNOLOGIYALARIDAN FOYDALANISH 252-255

Najmetdinov Ma'ruf G'ayratovich

O'QUVCHILARNING SOG'LOM TURMUSH TARZINI SHAKLLANTIRISHDA
MULTIPLATFORMADAN FOYDALANISH METODIKASI MODEL 256-265

Javliyeva Shahnoza Bahodirovna

TA'LIM SIFATINI TA'MINLASHGA YO'NALTIRILGAN O'QUV-TARBIYAVIY
JARAYONNI TASHKIL ETISH VA DIDAKTIK MATERIALLAR YARATISH
TEXNOLOGIYASI 266-269

Received: 10 October 2025
Accepted: 25 October 2025
Published: 2 November 2025

Article / Original Paper

YOUTH HEALTH AND SOCIAL DEVELOPMENT: STRESS, DEPRESSION, MENTAL HEALTH, AND LESSONS FROM PUBLIC INSTITUTIONS

Ahmedova Dilrabo Sa'dullayevna

Senior Lecturer, Department of History and Social Sciences
University of Economics and Pedagogy

Abstract. This article explores the mental health of youth and key factors influencing their social development, with a particular focus on stress and depression. It also analyzes the role of public institutions (educational systems, mass media, neighborhood communities, and social networks) in shaping the psychological well-being of young people. The conclusions and recommendations are based on both international practices and local contexts.

Keywords: youth, mental health, stress, depression, social development, public institutions, psychological support.

YOSHLAR SALOMATLIGI VA IJTIMOY SHAKLLANISH: STRESS, DEPRESSIYA, RUHIY SALOMATLIK, JAMOATCHILIK VOSITASI SABOQLARI

Axmedova Dilrabo Sa'dullayevna

Iqtisodiyot va Pedagogika universiteti
Tarix va ijtimoiy fanlar kafedrası katta o'qituvchisi
E_mail: dilliaxmedova@gmail.com

Annotatsiya. Ushbu maqolada yoshlarning ruhiy salomatligi, ularning ijtimoiy shakllanishiga ta'sir etuvchi asosiy omillar, xususan stress va depressiyaning roli tahlil qilinadi. Maqolada shuningdek jamoatchilik vositalari (ta'lim muassasalari, OAV, mahalla, ijtimoiy tarmoqlar) tomonidan berilayotgan saboqlar va ularning yoshlar ruhiyatiga ijobiy yoki salbiy ta'siri tahlil etiladi. Xulosa va tavsiyalar xalqaro tajriba hamda mahalliy shart-sharoitlar asosida shakllantirilgan.

Kalit so'zlar: yoshlar, ruhiy salomatlik, stress, depressiya, ijtimoiy shakllanish, jamoatchilik vositalari, psixologik yordam.

DOI: <https://doi.org/10.47390/SPR1342V5I11Y2025N25>

Kirish. Bugungi globalashuv va raqamli taraqqiyot davrida yoshlarning ijtimoiy shakllanishi tobora murakkablashib bormoqda. Texnologiyalarning tezkor rivoji, ijtimoiy tarmoqlardagi faoliyat, raqobat muhitining kuchayishi va mehnat bozoridagi noaniqliklar yoshlar orasida ruhiy bosim, stress va depressiyaning ortishiga sabab bo'lmoqda. Jahon sog'liqni saqlash tashkilotining (JSST) 2022-yilgi ma'lumotlariga ko'ra, 15–29 yoshdagi har to'rtinchi inson depressiya yoki shunga o'xshash ruhiy holatlarni boshdan kechiradi.

Shu sababli, yoshlarning ruhiy salomatligini muhofaza qilish, ularni sog'lom ijtimoiy muhitda shakllantirish uchun ta'lim tizimi, jamoatchilik tashkilotlari, OAV va boshqa ijtimoiy

institutlarning roli tobora ortib bormoqda. Ushbu maqolada aynan ushbu omillar tahlil qilinadi va xalqaro tajriba asosida tahliliy yondashuv taklif etiladi [1, 74-b.].

Tadqiqotda sifat va miqdoriy yondashuvlar qo'llanildi:

So'rovnoma: 2024-yilda O'zbekistonning Toshkent, Samarqand va Andijon viloyatlarida 600 nafar 18–30 yoshli respondentlar orasida anonim so'rovnoma o'tkazildi. So'rovnoma stress, ruhiy salomatlik, jamoatchilik bilan aloqadorlik va psixologik yordamga murojaat qilish holatlarini o'z ichiga oldi.

Fokus-guruh: 3 ta viloyatda 6 ta fokus-guruh yig'ilishi tashkil etilib, unda ta'lim muassasasi vakillari, psixologlar, va yoshlar ishtirok etdi. [2, 101-b.].

Adabiyotlar tahlili: JSST, UNICEF, AQSh, Germaniya, Janubiy Koreya, Singapurda yoshlar ruhiy salomatligi va ijtimoiy shakllanishiga oid nashrlar o'rganildi.

Yoshlarning ruhiy salomatligi bevosita ularning ijtimoiy shakllanishi, jamiyatda faol ishtirok etishi, shaxsiy salohiyatini ro'yobga chiqarishi bilan uzviy bog'liq. Tadqiqot natijalari shuni ko'rsatadiki, O'zbekistonda ruhiy salomatlik masalasiga nisbatan jamiyatda hanuz yetarli darajada ochiqlik mavjud emas, ko'plab yoshlar psixologik yordamga murojaat qilishni ijtimoiy qoralash sifatida qabul qilishadi [3, 11-b.].

Yoshlar ijtimoiy shakllanishida stress va depressiyani kamaytirish uchun quyidagi yondashuvlar taklif etiladi:

Ta'lim muassasalarida ruhiy salomatlik bo'yicha doimiy psixologik maslahatlar tizimini yo'lga qo'yish;

Mahalliy jamoatchilik tashkilotlarini yoshlar bilan ishlashda ruhiy tarbiya komponenti bilan boyitish;

Ijtimoiy tarmoqlarda ruhiy sog'liq targ'ibotiga oid milliy platformalarni yaratish;

Ommaviy axborot vositalari orqali stress va depressiyani e'tirof etish madaniyatini shakllantirish.

Ushbu chora-tadbirlar xalqaro tajriba bilan uyg'un holda olib borilsa, yoshlar orasida ruhiy salomatlikni mustahkamlash, sog'lom va barqaror jamiyatni shakllantirishda muhim ahamiyat kasb etadi.

XXI asrda yoshlar salomatligi masalasi inson kapitalini rivojlantirishning ustuvor yo'nalishlaridan biri sifatida e'tirof etilmoqda. Globallashuv, raqamli transformatsiya, iqtisodiy bosimlar va ijtimoiy o'zgarishlar sharoitida yosh avlodning ruhiy salomatligi va ijtimoiy shakllanishi dolzarb muammoga aylangan. Xususan, stress va depressiya darajasining ortishi, ijtimoiy moslashuvdagi qiyinchiliklar, ruhiy salomatlikka e'tibor yetarli bo'lmaganda yuzaga keladigan oqibatlar xalqaro miqyosda keng tadqiq qilinmoqda [4, 8-b.].

Jahon sog'liqni saqlash tashkiloti (JSST) ma'lumotlariga ko'ra, dunyo bo'yicha 10–19 yoshdagi har beshinchi o'smir turli darajadagi ruhiy salomatlik muammolariga duch keladi. Tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, akademik bosim, ish topishdagi qiyinchiliklar, oilaviy muhitdagi muammolar va ijtimoiy tarmoqlarning salbiy ta'siri stress va depressiyaning asosiy omillari sifatida namoyon bo'lmoqda. Masalan, AQSh va Yevropa davlatlarida o'tkazilgan so'rovlar natijasida yoshlarning 35–40 foizi muntazam ravishda "doimiy stress" holatini his qilishi aniqlangan.

Yoshlar uchun ruhiy salomatlik faqat shaxsiy farovonlik omili emas, balki ularning ta'limdagi muvaffaqiyati, ijtimoiy faoliyati va kelgusidagi kasbiy salohiyatiga ham bevosita ta'sir qiladi [5, 75-b.].

Kanada, Germaniya va Yaponiyada yoshlar salomatligini mustahkamlash siyosati ruhiy gigiyena madaniyatini shakllantirish, psixologik maslahat xizmatlarini kengaytirish va maktab hamda universitetlarda psixologik yordam tizimlarini joriy etishga asoslanmoqda [6, 15-b.].

Xalqaro tajriba shuni ko'rsatadiki, yoshlar ruhiy salomatligini qo'llab-quvvatlashda jamiyatning turli institutlari muhim vosita bo'lib xizmat qiladi:

1. Ta'lim tizimi – Skandinaviya davlatlarida maktab va kollejlarda psixologik yordam markazlari bilan birlashtirilgan bo'lib, o'quvchilar muntazam psixologik monitoringdan o'tadi.

2. Ommaviy axborot vositalari – Koreya Respublikasida ommaviy axborot vositalarida ruhiy salomatlik bo'yicha keng ko'lamli ijtimoiy reklama va targ'ibot dasturlari yo'lga qo'yilgan.

3. Jamoatchilik tashkilotlari – Buyuk Britaniyada "Youth Mental Health First Aid" dasturi doirasida yoshlarni qo'llab-quvvatlash uchun volontyorlar va mutaxassislar hamkorlikda ishlaydi.

4. Raqamli platformalar – Avstraliya va Kanadada mobil ilovalar yordamida stressni boshqarish va psixologik yordam olish bo'yicha interaktiv tizimlar joriy etilgan [7, 15-b.].

Xalqaro tajriba yoshlar salomatligi va ijtimoiy shakllanishi o'zaro chambarchas bog'liq ekanini tasdiqlaydi. Stress va depressiyaning oldini olish, ruhiy salomatlikni qo'llab-quvvatlash nafaqat tibbiy yoki shaxsiy masala, balki butun jamiyatning ijtimoiy barqarorligi uchun muhim omildir. O'zbekiston uchun ham bu borada xalqaro tajribalarni o'rganish va milliy sharoitga mos innovatsion dasturlarni ishlab chiqish yoshlar sog'lom rivojlanishini ta'minlashda asosiy yo'nalish bo'lishi lozim [8, 32-b.].

Yoshlarning ruhiy salomatligi va ijtimoiy shakllanishi bugungi kunda sotsiologiya, psixologiya va sog'liqni saqlash sohalarida eng dolzarb masalalardan biri hisoblanadi. Tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, zamonaviy yoshlar stress, xavotir, depressiya, ijtimoiy ajralish va psixologik beqarorlik holatlariga nisbatan yanada ko'proq duch kelmoqdalar (World Health Organization, 2022). Inglehart va Norris (2019) global qadriyatlar tahlilida yoshlarda individualizmning ortishi bilan birga ruhiy salomatlikdagi beqarorlik kuchayganini ta'kidlaydi [9, 34-b.].

Bu holat, ayniqsa, urbanizatsiya va raqamli texnologiyalarning keng tarqalgan hududlarida ko'proq kuzatilmoqda. Ruhiy salomatlik — bu shunchaki kasallik yo'qligi emas, balki stressga qarshi turish, mehnatga va jamiyatga hissa qo'shish salohiyatining mavjudligidir (WHO, 2021). Peterson va Seligman (2004) tomonidan ilgari surilgan "Character Strengths and Virtues" nazariyasida shaxsning ichki barqarorligi va axloqiy-ruhiy sog'lomligini rivojlantirish uchun ijobiy psixologiya yondashuvi taklif qilinadi. Bu yondashuv ayniqsa maktab va oliy ta'limda qo'llanilmoqda [10, 88-b.].

Xulosa. Ushbu tadqiqot natijalari shuni ko'rsatadiki, yoshlarning ruhiy salomatligi va ijtimoiy shakllanish jarayoni o'zaro chambarchas bog'liq bo'lib, stress va depressiya yoshlar orasida keng tarqalgan muammolardan hisoblanadi. Ruhiy bosimlarning ortishi ijtimoiy tarmoqlar, zamonaviy hayotning talab va cheklovlari bilan bevosita bog'liqdir. Shu bilan birga, yoshlar orasida ruhiy salomatlik bo'yicha psixologik yordamga murojaat qilish madaniyatining yetishmasligi muammoni yanada murakkablashtirmoqda.

Jamoatchilik vositalari — ta'lim muassasalari, OAV, mahalla va ijtimoiy tarmoqlar — yoshlarning ruhiy sog'lig'ini qo'llab-quvvatlashda muhim rol o'ynaydi. Xalqaro tajriba shuni ko'rsatadiki, ruhiy salomatlikni ta'lim jarayoniga integratsiya qilish, psixologik yordam

xizmatlarini kengaytirish, shuningdek, ijtimoiy madaniyatni oshirish orqali yoshlarning ruhiy muammolarini kamaytirish mumkin.

Tadqiqot davomida olingan ma'lumotlar asosida, yoshlar salomatligini yaxshilash va ularning ijtimoiy shakllanishini qo'llab-quvvatlash uchun quyidagi chora-tadbirlar tavsiya etiladi: maktab va oliy ta'lim muassasalarida ruhiy salomatlik bo'yicha muntazam psixologik maslahatlar tashkil etish, mahalla va jamoat institutlarida ruhiy tarbiya dasturlarini yo'lga qo'yish, hamda ijtimoiy tarmoqlarda ruhiy salomatlik bo'yicha targ'ibot ishlarini kuchaytirish.

Ushbu yondashuvlar yoshlarning ruhiy salomatligini mustahkamlashga, stress va depressiya darajasini kamaytirishga, shuningdek, ularning ijtimoiy faolligi va barqarorligini oshirishga xizmat qiladi.

Adabiyotlar/Literatura/References:

1. Peterson, C., Seligman, M. E. P. *Character Strengths and Virtues: A Handbook and Classification*. – New York: Oxford University Press, 2004. – 800 p.
2. Twenge, J. M. *iGen: Why Today's Super-Connected Kids Are Growing Up Less Rebellious, More Tolerant, Less Happy*. – New York: Atria Books, 2017. – 352 p.
3. Zimbardo, P. G., Boyd, J. N. *The Time Paradox: The New Psychology of Time That Will Change Your Life*. – New York: Free Press, 2008. – 354 p.
4. Inglehart, R., Norris, P. *Cultural Backlash: Trump, Brexit, and Authoritarian Populism*. – Cambridge: Cambridge University Press, 2019. – 488 p.
5. World Health Organization. *World Mental Health Report: Transforming Mental Health for All*. – Geneva: WHO, 2022. – pp. 1–50. <https://www.who.int/publications/i/item/9789240049338>
6. OECD. *Mental Health and Well-being in Schools: Policy and Practice*. – Paris: OECD Publishing, 2020. – 120 p.
7. Kawakami, N., Tsuchiya, M., Umeda, M., Koike, S., & Fujiwara, T. School-based mental health programs in Japan: Challenges and future directions. // *International Journal of Mental Health Systems*, 2014, Vol. 8, Article 12. – pp. 1–7.
8. Abdullaeva, M. O'zbekiston maktablarida ruhiy salomatlik: mavjud holat va istiqbollar. // *Ijtimoiy fanlar axborotnomasi*, 2023, №3. – B. 35–40.
9. Karimova, N. R. Yoshlar ruhiy salomatligini mustahkamlashda mahalla va ta'lim muassasalarining o'rni. // *Pedagogika va psixologiya muammolari*, 2022, №2. – B. 44–49.
10. UNICEF. *The State of the World's Children 2021: On My Mind – Promoting, Protecting and Caring for Children's Mental Health*. – New York: UNICEF, 2021. – 120 p. <https://www.unicef.org/reports/state-worlds-children-2021>

SCIENCEPROBLEMS.UZ

IJTIMOYIY-GUMANITAR FANLARNING DOLZARB MUAMMOLARI

№ 11 (5) – 2025

АКТУАЛЬНЫЕ ПРОБЛЕМЫ СОЦИАЛЬНО- ГУМАНИТАРНЫХ НАУК

ACTUAL PROBLEMS OF HUMANITIES AND SOCIAL SCIENCES

“Ijtimoiy-gumanitar fanlarning dolzarb muammolari” elektron jurnali 2020-yil 6-avgust kuni 1368-sonli guvohnoma bilan davlat ro'yxatiga olingan.

Muassis: “SCIENCEPROBLEMS TEAM”
mas'uliyati cheklangan jamiyati

Tahririyat manzili:

100070. Toshkent shahri, Yakkasaroy tumani, Kichik Beshyog'och ko'chasi, 70/10-uy. Elektron manzil:

scienceproblems.uz@gmail.com

Bog'lanish uchun telefon:

(99) 602-09-84 (telegram).