© 2026 International Conference on Multidisciplinary Sciences and Innovations . All Rights Reserved.

O‘SMIR YOSHIDAGI YUQORI SINF O‘QUVCHILARIDA KOGNITIV RIVOJLANISH, SUN’IY INTELLEKT TA’SIRI VA SUITSIDAL XULQ-ATVORNING PSIXOLOGIK PROFILAKTIKASI

Qodirova Shoxidabonu Sobirjon qizi
Toshkent amaliy fanlar unversiteti Psixologiya yo’nalishi magistranti
Yunusobod tumani 53-maktab psixologi
Fatxullayeva Muxlisa Fazliddin qizi
Toshkent amaliy fanlar unversiteti Psixologiya yo’nalishi magistranti
Yunusobod tumani 257 -maktab psixologi

Annotatsiya. Mazkur maqolada yuqori sinf o‘quvchilarida kognitiv jarayonlarning rivojlanish xususiyatlari, sun’iy intellekt texnologiyalarining o‘smirlar tafakkuri, xotirasi, diqqati va mustaqil qaror qabul qilish qobiliyatiga ta’siri hamda suitsidal xulq-atvorning psixologik profilaktikasi masalalari yoritilgan. Shuningdek, raqamli texnologiyalardan foydalanishning ijobiy va salbiy jihatlari, o‘smirlarning emotsional farovonligini ta’minlashda oila, ta’lim muassasasi va maktab psixologining o‘rni tahlil qilingan. Suitsidal xulq-atvorning oldini olishda psixologik qo‘llab-quvvatlash, ijtimoiy-emotsional ko‘nikmalarni rivojlantirish, xavf omillarini erta aniqlash va raqamli muhitdan ongli foydalanishning ahamiyati asoslab berilgan.

Kalit so‘zlar: o‘smirlik davri, yuqori sinf o‘quvchilari, kognitiv rivojlanish, sun’iy intellekt, raqamli texnologiyalar, emotsional barqarorlik, suitsidal xulq-atvor, psixologik profilaktika, psixologik yordam.

Аннотация. В статье рассматриваются особенности развития когнитивных процессов у учащихся старших классов, влияние технологий искусственного интеллекта на мышление, память, внимание и способность подростков к самостоятельному принятию решений, а также вопросы психологической профилактики суицидального поведения. Анализируются положительные и отрицательные аспекты использования цифровых технологий, а также роль семьи, образовательных учреждений и школьного психолога в обеспечении эмоционального благополучия подростков. Обосновывается значение психологической поддержки, развития социально-эмоциональных навыков, раннего выявления факторов риска и осознанного использования цифровой среды в профилактике суицидального поведения.

Ключевые слова: подростковый возраст, учащиеся старших классов, когнитивное развитие, искусственный интеллект, цифровые технологии, эмоциональная устойчивость, суицидальное поведение, психологическая профилактика, психологическая помощь.

Abstract. This article examines the characteristics of cognitive development among upper secondary school students, the influence of artificial intelligence technologies on adolescents’ thinking, memory, attention, and independent decision-making, as well as the psychological prevention of suicidal behavior. It analyzes the positive and negative aspects of digital technology use and explores the roles of families, educational institutions, and school psychologists in promoting adolescents’ emotional well-being. The article highlights the importance of psychological support, the development of social-emotional skills, the early identification of risk factors, and the responsible use of digital environments in preventing suicidal behavior.

Keywords: adolescence, upper secondary school students, cognitive development, artificial intelligence, digital technologies, emotional resilience, suicidal behavior, psychological prevention, psychological support.

Kirish

© 2026 International Conference on Multidisciplinary Sciences and Innovations . All Rights Reserved.

Bugungi globallashuv va raqamli transformatsiya sharoitida sun’iy intellekt texnologiyalarining jadal rivojlanishi ta’lim tizimi, inson tafakkuri va shaxsning psixologik rivojlanishiga sezilarli ta’sir ko‘rsatmoqda. Ayniqsa, o‘smirlik davrida kognitiv jarayonlarning shakllanishi, mustaqil fikrlash, axborotni tahlil qilish, muammoli vaziyatlarda qaror qabul qilish hamda emotsional barqarorlikni ta’minlash masalalari alohida ilmiy va amaliy ahamiyat kasb etadi. Chunki yuqori sinf o‘quvchilari shaxsiy kamolot, ijtimoiy munosabatlar va kasbiy yo‘nalishni belgilash bilan bog‘liq muhim rivojlanish bosqichini boshdan kechiradilar.

O‘smirlik davri shaxsning intellektual, emotsional va ijtimoiy rivojlanishida muhim o‘rin tutadi. Ushbu davrda tafakkur, xotira, diqqat, idrok va tasavvur kabi kognitiv jarayonlar takomillashib, abstrakt va mantiqiy fikrlash, o‘z faoliyatini rejalashtirish hamda mustaqil xulosa chiqarish qobiliyatlari rivojlanadi. Shu bilan birga, tengdoshlar bilan munosabatlar, oilaviy muhit, ta’limdagi talablar va kelajak haqidagi tasavvurlar o‘smirlarning psixologik holatiga ta’sir ko‘rsatishi mumkin. Shu sababli yuqori sinf o‘quvchilarining kognitiv rivojlanishini ularning emotsional farovonligi va ijtimoiy moslashuvi bilan uzviy bog‘liq holda o‘rganish zarur.

Hozirgi vaqtda sun’iy intellektga asoslangan vositalar o‘quvchilarning bilim olish imkoniyatlarini kengaytirib, axborot izlash, murakkab mavzularni tushunish, topshiriqlarni bajarish va ijodiy g‘oyalarni shakllantirish jarayonlarini qo‘llab-quvvatlamoqda. Biroq mazkur texnologiyalardan me’yoridan ortiq yoki tanqidiy tahlilsiz foydalanish o‘quvchilarning mustaqil fikrlashi, axborotni baholash va muammolarni mustaqil hal etish ko‘nikmalariga salbiy ta’sir ko‘rsatishi ehtimoldan xoli emas. Shuningdek, raqamli muhitda kiberbulling, ijtimoiy taqqoslash, zararli axborot va virtual muloqot bilan bog‘liq muammolar ayrim o‘smirlarning ruhiy farovonligiga salbiy ta’sir qilishi mumkin. Biroq sun’iy intellektdan foydalanishning o‘zi suitsidal xulq-atvorni keltirib chiqaradi, degan xulosaga kelish uchun yetarli ilmiy asos mavjud emas. Mazkur munosabatni o‘smirning individual xususiyatlari va ijtimoiy muhiti bilan birgalikda o‘rganish muhimdir.

Yuqori sinf o‘quvchilarining ruhiy salomatligini muhofaza qilishda suitsidal xulq-atvorning psixologik profilaktikasi alohida ahamiyatga ega. Suitsidal xulq-atvor ko‘plab psixologik, ijtimoiy va individual omillar bilan bog‘liq murakkab hodisa bo‘lib, uning oldini olishda xavf omillarini erta aniqlash, o‘smirlarni psixologik qo‘llab-quvvatlash, oilaviy munosabatlarni mustahkamlash va ta’lim muassasalarida xavfsiz psixologik muhit yaratish muhim hisoblanadi. Shu bilan birga, o‘smirlarda stressni boshqarish, o‘z his-tuyg‘ularini anglash, muammoli vaziyatlarda muqobil yechimlarni topish va zarur paytda yordam so‘rash ko‘nikmalarini shakllantirish profilaktik ishlarning muhim yo‘nalishlaridan biridir.

Mazkur masalada oila, maktab psixologi, pedagoglar va boshqa tegishli mutaxassislarning hamkorligi muhim o‘rin tutadi. Sun’iy intellekt va raqamli texnologiyalardan oqilona foydalanish, raqamli savodxonlikni rivojlantirish hamda o‘smirlarning ruhiy holatiga e’tibor qaratish kognitiv rivojlanish va psixologik farovonlikni qo‘llab-quvvatlashga xizmat qilishi mumkin. Shu bilan birga, sun’iy intellekt vositalari professional psixologik va tibbiy yordamning o‘rnini bosa olmasligini hisobga olish lozim.

Tadqiqotning maqsadi — yuqori sinf o‘quvchilarida kognitiv jarayonlarning rivojlanishi, sun’iy intellekt texnologiyalaridan foydalanish xususiyatlari va suitsidal xulq-atvorning psixologik profilaktikasi o‘rtasidagi o‘zaro bog‘liqlikni nazariy jihatdan tahlil qilish hamda o‘smirlarning ruhiy farovonligini qo‘llab-quvvatlashga qaratilgan tavsiyalar ishlab chiqishdan iborat.

Tadqiqotning vazifalari quyidagilardan iborat:

- o‘smirlik davrida kognitiv jarayonlarning rivojlanish xususiyatlarini ilmiy-nazariy jihatdan o‘rganish;
- sun’iy intellekt texnologiyalarining yuqori sinf o‘quvchilari tafakkuri, diqqati, xotirasi va mustaqil qaror qabul qilishiga ta’sirini tahlil qilish;

© 2026 International Conference on Multidisciplinary Sciences and Innovations . All Rights Reserved.

- suitsidal xulq-atvor bilan bog‘liq psixologik va ijtimoiy xavf omillarini yoritish;
- suitsidal xulq-atvorning oldini olishda psixologik profilaktika, oilaviy qo‘llab-quvvatlash va maktab psixologining rolini asoslash;
- raqamli savodxonlik va ijtimoiy-emotsional ko‘nikmalarni rivojlantirish bo‘yicha amaliy tavsiyalar ishlab chiqish.

Tadqiqotning obyekti — yuqori sinf o‘quvchilarining kognitiv rivojlanishi va psixologik farovonligini ta’minlash jarayoni.

Tadqiqotning predmeti — sun’iy intellekt texnologiyalaridan foydalanish, kognitiv jarayonlarning rivojlanishi va suitsidal xulq-atvorning psixologik profilaktikasi o‘rtasidagi o‘zaro bog‘liqlikning psixologik xususiyatlari.

Mazkur mavzuning ilmiy-amaliy ahamiyati shundaki, unda o‘smirlarning kognitiv rivojlanishi va raqamli texnologiyalardan foydalanishi ruhiy salomatlikni muhofaza qilish masalalari bilan birgalikda ko‘rib chiqiladi. Ushbu yondashuv ta’lim muassasalarida psixologik profilaktika ishlarini takomillashtirish, o‘quvchilarning mustaqil fikrlashini rivojlantirish va ularning ruhiy farovonligini qo‘llab-quvvatlash uchun nazariy asos bo‘lib xizmat qilishi mumkin.

Asosiy qism

1. O‘smirlik davrida kognitiv jarayonlarning rivojlanish xususiyatlari

O‘smirlik davri inson ontogenezida intellektual, emotsional va ijtimoiy rivojlanish jadallashadigan muhim bosqichlardan biri hisoblanadi. Ayniqsa, yuqori sinf o‘quvchilarida bilish jarayonlarining takomillashuvi, mustaqil fikrlashning rivojlanishi, o‘z xatti-harakatlarini nazorat qilish va kelajakni rejalashtirish qobiliyatlarining shakllanishi alohida ahamiyat kasb etadi. Ushbu davrda o‘quvchi nafaqat bilimlarni o‘zlashtiradi, balki ularni tahlil qilish, taqqoslash, umumlashtirish va muayyan xulosalar chiqarish imkoniyatlarini ham rivojlantiradi.

Kognitiv rivojlanish diqqat, xotira, idrok, tafakkur, tasavvur va nutq kabi psixik jarayonlarning o‘zaro aloqadorligi asosida amalga oshadi. Yuqori sinf o‘quvchilarida abstrakt-mantiqiy tafakkur rivojlanib, murakkab tushunchalarni anglash, sabab-oqibat munosabatlarini aniqlash va muammoli vaziyatlarga turli nuqtayi nazardan yondashish imkoniyati kengayadi. Shu bilan birga, o‘quvchining o‘z fikrlarini asoslash, axborotning ishonchliligini tekshirish va muqobil yechimlarni baholash ko‘nikmalari ham shakllanadi.

Diqqatning barqarorligi va taqsimlanishi ta’lim faoliyatining samaradorligini belgilovchi muhim omillardan biridir. O‘quv jarayonida turli raqamli qurilmalar va internet manbalaridan foydalanish bir vaqtning o‘zida bir nechta axborot oqimiga duch kelishga olib kelishi mumkin. Bunday vaziyatda o‘quvchining diqqatini asosiy vazifaga yo‘naltirishi, chalg‘ituvchi omillarni cheklashi va ma’lumotlarni izchil o‘zlashtirishi muhimdir. Shuning uchun o‘quvchilarda diqqatni boshqarish, vaqtni rejalashtirish va o‘quv faoliyatini tashkil etish ko‘nikmalarini rivojlantirish zarur.

Xotira jarayonlari ham kognitiv rivojlanishda muhim o‘rin tutadi. O‘quv materialini shunchaki yodlab olishdan ko‘ra, uning mazmunini tushunish, avvalgi bilimlar bilan bog‘lash va amaliy vaziyatlarda qo‘llash samaraliroq hisoblanadi. Mazmunli o‘rganish o‘quvchilarning mustaqil fikrlashini rivojlantiradi hamda o‘zlashtirilgan bilimlarni uzoq muddat saqlashga yordam beradi.

Kognitiv rivojlanish emotsional holat bilan ham chambarchas bog‘liq. Kuchli stress, xavotir, oilaviy nizolar yoki tengdoshlar bilan kelishmovchiliklar o‘quvchining diqqatini jamlashi, ma’lumotlarni qayta ishlashi va oqilona qaror qabul qilishini qiyinlashtirishi mumkin. Shu sababli o‘smirlarning intellektual rivojlanishini ta’minlashda ularning psixologik ehtiyojlari, emotsional holati va ijtimoiy muhitini ham hisobga olish lozim.

2. Sun’iy intellekt texnologiyalarining yuqori sinf o‘quvchilari kognitiv rivojlanishiga ta’siri

© 2026 International Conference on Multidisciplinary Sciences and Innovations . All Rights Reserved.

Zamonaviy ta’lim jarayonida sun’iy intellekt texnologiyalaridan foydalanish imkoniyatlarining kengayishi o‘quvchilarning bilim olish usullarini o‘zgartirmoqda. Sun’iy intellektga asoslangan vositalar murakkab mavzularni tushuntirish, axborotni izlash, matnlarni tahlil qilish, tarjima qilish va individual o‘quv ehtiyojlariga mos materiallarni taqdim etishda yordam berishi mumkin. Bunday imkoniyatlar o‘quv jarayonini individuallashtirish va o‘quvchilarning mustaqil izlanishlarini qo‘llab-quvvatlash uchun muhim ahamiyatga ega.

Sun’iy intellektdan maqsadli foydalanish o‘quvchilarning bilim olishga bo‘lgan qiziqishini oshirishi, murakkab tushunchalarni sodda shaklda anglashiga yordam berishi va muammolarni hal qilishning turli usullarini ko‘rib chiqish imkoniyatini yaratishi mumkin. Masalan, o‘quvchi muayyan mavzu bo‘yicha sun’iy intellektdan izoh olishi, ushbu ma’lumotni darsliklar bilan taqqoslashi va o‘z xulosasini shakllantirishi mumkin. Bu jarayonda sun’iy intellekt tayyor javob manbai emas, balki o‘rganishni qo‘llab-quvvatlovchi yordamchi vosita sifatida namoyon bo‘ladi.

Biroq texnologiyalardan foydalanishning samarasi o‘quvchining ularga qanday yondashishiga bog‘liq. Agar o‘quvchi topshiriqlarni mustaqil tahlil qilmasdan sun’iy intellektga to‘liq topshirsa, bilimlarni chuqur o‘zlashtirish va mustaqil xulosa chiqarish imkoniyatlari cheklanishi mumkin. Shuningdek, sun’iy intellekt ba’zan noto‘g‘ri, eskirgan yoki yetarlicha asoslanmagan ma’lumotlarni taqdim etishi mumkin. Shu bois o‘quvchilarda tanqidiy fikrlash va axborot manbalarini tekshirish ko‘nikmalarini shakllantirish dolzarb vazifalardan hisoblanadi.

Sun’iy intellektning kognitiv jarayonlarga ta’sirini bir necha yo‘nalishda ko‘rib chiqish mumkin. Birinchidan, u axborotga tezkor kirish va bilimlarni tizimlashtirish imkoniyatini kengaytiradi. Ikkinchidan, murakkab masalalarni turli usullar bilan tushuntirish orqali o‘quvchining muammoni anglashiga yordam beradi. Uchinchidan, tayyor javoblarga ortiqcha tayanish mustaqil izlanish, eslab qolish va tahlil qilish faoliyatining kamayishiga olib kelishi ehtimoli mavjud.

Shu munosabat bilan ta’lim jarayonida sun’iy intellektdan foydalanish o‘quvchining intellektual faolligini saqlab qoladigan tarzda tashkil etilishi lozim. Buning uchun o‘quvchilarga sun’iy intellektdan olingan ma’lumotlarni tekshirish, turli manbalarni taqqoslash, o‘z fikrini mustaqil bayon etish va yakuniy xulosani dalillar asosida shakllantirish o‘rgatilishi kerak. O‘qituvchi esa texnologiyadan foydalanish bilan bir qatorda, o‘quvchining individual fikrlashi va ijodiy yondashuvini rag‘batlantirishi muhim.

3. Sun’iy intellekt va raqamli muhitning o‘smirlar ruhiy farovonligiga ta’siri

O‘smirlarning ruhiy farovonligi ularning oilaviy munosabatlari, maktabdagi psixologik muhit, tengdoshlari bilan aloqalari va raqamli texnologiyalardan foydalanish xususiyatlari bilan bog‘liq holda shakllanadi. Internet va sun’iy intellekt vositalari bilim olish, muloqot qilish va o‘z qiziqishlarini rivojlantirish uchun yangi imkoniyatlar yaratadi. Shu bilan birga, raqamli muhitdagi ayrim holatlar emotsional zo‘riqish va ijtimoiy qiyinchiliklarni kuchaytirishi mumkin.

Masalan, kiberbulling, haqoratli izohlar, ijtimoiy tarmoqlardagi salbiy taqqoslashlar va shaxsiy ma’lumotlarning ruxsatsiz tarqalishi o‘smirning o‘ziga bo‘lgan ishonchiga salbiy ta’sir ko‘rsatishi mumkin. Bunday holatlarda o‘quvchi o‘zini yolg‘iz, qadrsiz yoki boshqalardan ajralib qolgandek his qilishi ehtimoli mavjud. Shu sababli raqamli xavfsizlik va internet madaniyatini shakllantirish o‘smirlar ruhiy salomatligini muhofaza qilishning muhim yo‘nalishlaridan biridir.

Sun’iy intellekt bilan muloqot ham o‘smirlarning axborot olish va fikrlarini ifodalash usullariga ta’sir qilishi mumkin. Ayrim o‘quvchilar undan murakkab vaziyatlarni tushunish yoki o‘z his-tuyg‘ularini ifodalash uchun foydalanadilar. Biroq sun’iy intellekt tomonidan berilgan javoblar har doim ham o‘smirning individual holatini to‘liq anglash yoki xavfli vaziyatni to‘g‘ri baholash imkonini bermaydi. Shuning uchun ruhiy qiyinchiliklarni boshdan kechirayotgan o‘quvchilarning ishonchli kattalar, maktab psixologi yoki tegishli mutaxassislar bilan muloqot qilishi muhimdir.

© 2026 International Conference on Multidisciplinary Sciences and Innovations . All Rights Reserved.

Raqamli muhitdan foydalanishda muvozanatni saqlash, jonli muloqotga vaqt ajratish, jismoniy faollikni qo‘llab-quvvatlash va uyqu tartibiga rioya qilish o‘smirlarning umumiy farovonligi uchun foydali hisoblanadi. Bunda asosiy vazifa raqamli texnologiyalarni mutlaqo cheklash emas, balki ulardan maqsadli, ongli va xavfsiz foydalanish madaniyatini shakllantirishdan iborat.

Shuni alohida ta’kidlash kerakki, sun’iy intellektdan foydalanish bilan ruhiy salomatlik o‘rtasidagi munosabat murakkab bo‘lib, uni bir tomonlama baholash mumkin emas. Texnologiyaning ta’siri foydalanish maqsadi, mazmuni, davomiyligi, o‘smirning individual xususiyatlari va ijtimoiy qo‘llab-quvvatlash darajasiga bog‘liq bo‘lishi mumkin.

4. Yuqori sinf o‘quvchilarida suitsidal xulq-atvorning psixologik omillari

Suitsidal xulq-atvor insonning ruhiy holati, ijtimoiy munosabatlari va hayotiy vaziyatlari bilan bog‘liq murakkab hodisa hisoblanadi. O‘smirlik davrida shaxsning o‘zligini anglash, mustaqillikka intilish va ijtimoiy muhitga moslashish jarayonlari faol kechadi. Ayrim vaziyatlarda ushbu jarayonlarga bog‘liq qiyinchiliklar ruhiy zo‘riqishni kuchaytirishi mumkin. Biroq suitsidal xulq-atvorni faqat yosh xususiyatlari yoki bitta tashqi omil bilan izohlash ilmiy jihatdan to‘g‘ri emas.

Suitsidal xavf bilan bog‘liq omillar qatoriga ruhiy tushkunlik, umidsizlik hissi, uzoq davom etuvchi stress, oilaviy nizolar, zo‘ravonlik, tengdoshlar tomonidan kamsitilish, ijtimoiy yakkalanish va avvalgi o‘ziga zarar yetkazish holatlari kirishi mumkin. Akademik bosim, muvaffaqiyatsizlikdan qo‘rqish va kelajak borasidagi noaniqlik ham ayrim o‘smirlarning emotsional holatiga salbiy ta’sir ko‘rsatishi mumkin.

Bunda xavf omillari bilan bir qatorda himoya omillarini ham hisobga olish zarur. Oiladagi ishonchli munosabatlar, qo‘llab-quvvatlovchi do‘stlar, maktabdagi xavfsiz muhit, muammolarni hal qilish ko‘nikmalari va professional psixologik yordamdan foydalanish imkoniyati o‘smirning qiyinchiliklarni yengib o‘tishiga yordam berishi mumkin.

Raqamli muhit suitsidal xavf bilan bog‘liq vaziyatlarda turlicha rol o‘ynashi mumkin. Internet orqali ruhiy salomatlikka oid ishonchli ma’lumot va yordam manbalarini topish mumkin. Shu bilan birga, kiberbulling, zararli materiallar va o‘ziga zarar yetkazishni rag‘batlantiruvchi kontent xavf tug‘dirishi mumkin. Sun’iy intellekt ham o‘smirga umumiy ma’lumot berishi mumkin, biroq u xavf darajasini har doim ham ishonchli aniqlay olmaydi. Shuning uchun o‘ziga zarar yetkazish yoki o‘z joniga qasd qilish haqidagi fikrlar paydo bo‘lganda, insoniy muloqot va professional yordamga murojaat qilish muhimdir.

Suitsidal xulq-atvorning oldini olishda o‘smirlarning xatti-harakatlari va emotsional holatidagi keskin o‘zgarishlarga e’tibor qaratish lozim. Uzoq davom etadigan tushkunlik, umidsizlik, odatiy faoliyatga qiziqishning yo‘qolishi, ijtimoiy aloqalardan chekinish yoki o‘ziga zarar yetkazish haqidagi gaplar mutaxassis bilan maslahatlashish zarurligini ko‘rsatishi mumkin. Bunday belgilar o‘z-o‘zidan tashxis hisoblanmaydi, ammo ularni e’tiborsiz qoldirmaslik kerak.

5. Kognitiv rivojlanishning suitsidal xulq-atvor profilaktikasidagi ahamiyati

Kognitiv ko‘nikmalar o‘smirlarning qiyin vaziyatlarni anglash va ularga munosabat bildirish jarayonida muhim ahamiyatga ega. Muammolarni tahlil qilish, muqobil yechimlarni ko‘rib chiqish, o‘z fikrlarini qayta baholash va kelajakdagi imkoniyatlarni ko‘ra bilish qobiliyatlari stressli vaziyatlarni yengib o‘tishga yordam berishi mumkin.

Masalan, o‘quvchi o‘qishdagi muvaffaqiyatsizlikni o‘zining umumiy qobiliyatsizligi sifatida qabul qilishi mumkin. Psixologik mashg‘ulotlar orqali unga bitta muvaffaqiyatsizlikni vaqtinchalik qiyinchilik sifatida baholash, vaziyatning sabablarini aniqlash va muqobil yechimlarni ishlab chiqish o‘rgatiladi. Bu jarayon o‘quvchining fikrlash moslashuvchanligini va muammolarni hal etish ko‘nikmalarini rivojlantirishga xizmat qiladi.

Bundan tashqari, emotsional savodxonlik o‘smirning o‘z his-tuyg‘ularini anglash, ularni to‘g‘ri ifodalash va boshqalarning hissiyotlarini tushunish qobiliyatini shakllantiradi. O‘z holatini anglay

© 2026 International Conference on Multidisciplinary Sciences and Innovations . All Rights Reserved.

oladigan o‘quvchi qiyinchiliklarni yashirish o‘rniga, ishonchli insondan yordam so‘rash imkoniyatiga ega bo‘ladi. Shu sababli ta’lim muassasalarida ijtimoiy-emotsional ta’lim dasturlarini joriy etish muhim ahamiyat kasb etadi.

Kognitiv ko‘nikmalarni rivojlantirish suitsidal xulq-atvorning oldini olishda muhim bo‘lsa-da, uni yagona profilaktik vosita sifatida ko‘rish mumkin emas. Zarur hollarda psixologik maslahat, oilaviy qo‘llab-quvvatlash va tibbiy yordam bilan birgalikda olib boriladigan kompleks yondashuv talab etiladi.

6. Suitsidal xulq-atvorning psixologik profilaktikasini tashkil etish yo‘llari

Yuqori sinf o‘quvchilarida suitsidal xulq-atvorning oldini olish ishlari ta’lim muassasasi, oila va tegishli mutaxassislarning hamkorligi asosida amalga oshirilishi lozim. Profilaktikaning asosiy maqsadi faqat xavfli vaziyatlarni aniqlash emas, balki o‘quvchilarning ruhiy farovonligini mustahkamlash, yordam so‘rash madaniyatini rivojlantirish va xavfsiz ijtimoiy muhitni shakllantirishdan iborat.

Maktab psixologining faoliyati. Maktab psixologi o‘quvchilarning psixologik ehtiyojlarini o‘rganish, individual va guruh maslahatlarini tashkil etish, stressni boshqarish ko‘nikmalarini rivojlantirish hamda zarur hollarda tegishli mutaxassislarga yo‘naltirish ishlarini amalga oshirishi mumkin. O‘quvchilarning shaxsiy ma’lumotlari himoya qilinishi, maxfiylik chegaralari esa xavfsizlik bilan bog‘liq holatlarni hisobga olgan holda tushuntirilishi zarur.

Oila bilan hamkorlik. Ota-onalarning o‘smirni diqqat bilan tinglashi, uning his-tuyg‘ularini kamsitmasligi va muammolarini jiddiy qabul qilishi katta ahamiyatga ega. Ota-onalar bilan olib boriladigan tushuntirish ishlari farzand bilan ochiq muloqot qilish, ortiqcha bosimni kamaytirish va xavotirli belgilar kuzatilganda yordamga murojaat qilish masalalarini qamrab olishi kerak.

Ijtimoiy-emotsional ko‘nikmalarni rivojlantirish. O‘quvchilar uchun stressni boshqarish, muammolarni hal etish, nizolarni tinch yo‘l bilan bartaraf etish, o‘ziga nisbatan ijobiy munosabatni shakllantirish va yordam so‘rash ko‘nikmalariga bag‘ishlangan mashg‘ulotlar tashkil etish mumkin. Ushbu mashg‘ulotlar o‘quvchilarning yosh xususiyatlariga mos va psixologik jihatdan xavfsiz bo‘lishi lozim.

Raqamli savodxonlikni oshirish. O‘quvchilarga internetdagi axborotlarni tanqidiy baholash, sun’iy intellekt javoblarini tekshirish, shaxsiy ma’lumotlarni himoya qilish va kiberbulling holatlarida tegishli yordamga murojaat qilish o‘rgatilishi zarur. Sun’iy intellektdan ruhiy salomatlikka oid ma’lumot olishda uning imkoniyatlari va cheklovlarini tushunish ham muhimdir.

Xavfli vaziyatlarga o‘z vaqtida munosabat bildirish. Agar o‘quvchi o‘z joniga qasd qilish yoki o‘ziga zarar yetkazish haqida gapirsa, uning so‘zlarini jiddiy qabul qilish, ayblamasdan tinglash va vaziyatni malakali mutaxassisga yetkazish zarur. Bevosita xavf mavjud bo‘lsa, o‘quvchini yolg‘iz qoldirmaslik, xavfsizligini ta’minlash va shoshilinch yordamga murojaat qilish lozim. Bunday vaziyatlarda sun’iy intellektga murojaat qilish professional yordamning o‘rnini bosa olmaydi.

Profilaktik ishlarning samaradorligini baholashda o‘quvchilarning yordam so‘rashga tayyorligi, stressni boshqarish ko‘nikmalari, raqamli savodxonligi va maktabdagi psixologik xavfsizlik hissi kabi ko‘rsatkichlardan foydalanish mumkin. Bunda baholash usullari ilmiy asoslangan, yoshga mos va axloqiy talablarga muvofiq bo‘lishi kerak.

Umuman olganda, yuqori sinf o‘quvchilarida kognitiv rivojlanishni qo‘llab-quvvatlash, sun’iy intellektdan ongli foydalanishni o‘rgatish va suitsidal xulq-atvor profilaktikasini bir-biri bilan bog‘liq holda tashkil etish muhimdir. Ushbu yondashuv o‘quvchilarning mustaqil fikrlashi, emotsional barqarorligi va ijtimoiy moslashuvini rivojlantirishga xizmat qilishi mumkin.

XULOSA

Xulosa qilib aytganda, yuqori sinf o‘quvchilarida kognitiv jarayonlarning rivojlanishi, sun’iy intellekt texnologiyalarining ta’siri va suitsidal xulq-atvorning psixologik profilaktikasi zamonaviy

© 2026 International Conference on Multidisciplinary Sciences and Innovations . All Rights Reserved.

ta’lim va psixologiya sohasining o‘zaro bog‘liq bo‘lgan muhim yo‘nalishlaridan hisoblanadi. O‘smirlik davrida tafakkur, xotira, diqqat, idrok va mustaqil qaror qabul qilish qobiliyatlarining rivojlanishi shaxsning intellektual hamda ijtimoiy kamolotida muhim ahamiyat kasb etadi. Shu bilan birga, o‘quvchining emotsional holati, oilaviy muhiti va tengdoshlari bilan munosabatlari uning psixologik farovonligiga ta’sir ko‘rsatadi.

Sun’iy intellekt texnologiyalari o‘quvchilarning bilim olish imkoniyatlarini kengaytirish, axborotlarni tahlil qilish va murakkab masalalarni tushunishda yordam berish imkoniyatiga ega. Biroq ushbu vositalardan nazoratsiz foydalanish yoki tayyor javoblarga haddan tashqari tayanish mustaqil fikrlash va tanqidiy tahlil ko‘nikmalarining yetarli darajada rivojlanmasligiga olib kelishi mumkin. Shu sababli ta’lim jarayonida sun’iy intellektdan maqsadli foydalanish, axborotlarning ishonchliligini tekshirish va o‘quvchilarning mustaqil intellektual faolligini rag‘batlantirish zarur.

Tadqiqot mavzusining yana bir muhim jihati yuqori sinf o‘quvchilarida suitsidal xulq-atvorning oldini olish masalasidir. Suitsidal xulq-atvor murakkab psixologik va ijtimoiy omillar bilan bog‘liq bo‘lib, uning profilaktikasida o‘smirning individual xususiyatlari, oilaviy munosabatlari, ta’lim muassasasidagi psixologik muhit va ijtimoiy qo‘llab-quvvatlash imkoniyatlarini hisobga olish lozim. Ruhiy tushkunlik, umidsizlik, ijtimoiy yakkalanish va zo‘ravonlik kabi xavf omillariga o‘z vaqtida e’tibor qaratish, o‘smirni tinglash va zarur hollarda professional yordamga yo‘naltirish muhim ahamiyatga ega.

Shuningdek, kognitiv ko‘nikmalarni rivojlantirish, stressni boshqarish, muammoli vaziyatlarda muqobil yechimlarni topish, emotsiyalarni anglash va yordam so‘rash madaniyatini shakllantirish psixologik profilaktikaning muhim tarkibiy qismlaridir. Ushbu jarayonda maktab psixologi, pedagoglar, ota-onalar va tegishli mutaxassislarning hamkorligi o‘smirlar uchun xavfsiz va qo‘llab-quvvatlovchi muhit yaratishga yordam beradi.

Sun’iy intellekt va raqamli texnologiyalardan foydalanish bilan suitsidal xulq-atvor o‘rtasidagi munosabatni bir tomonlama baholash mumkin emas. Texnologiyalarning ta’siri ulardan foydalanish xususiyati, o‘smirning psixologik holati va ijtimoiy muhiti bilan bog‘liq holda o‘rganilishi kerak. Sun’iy intellekt ruhiy salomatlikka oid umumiy ma’lumotlarni taqdim etishi mumkin, biroq u professional psixologik va tibbiy yordamning o‘rnini bosa olmaydi.

Demak, yuqori sinf o‘quvchilarining kognitiv rivojlanishini qo‘llab-quvvatlash, raqamli savodxonligini oshirish va suitsidal xulq-atvorning psixologik profilaktikasini kompleks tarzda tashkil etish dolzarb vazifa hisoblanadi. Ta’lim muassasalarida psixologik xavfsiz muhitni shakllantirish, ijtimoiy-emotsional ko‘nikmalarni rivojlantirish va xavf omillarini erta aniqlashga qaratilgan tizimli ishlar o‘smirlarning ruhiy farovonligini mustahkamlashga xizmat qilishi mumkin.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR

1. World Health Organization. World Mental Health Report: Transforming Mental Health for All. Geneva: World Health Organization, 2022.
2. World Health Organization. Suicide Worldwide in 2019: Global Health Estimates. Geneva: World Health Organization, 2021.
3. World Health Organization. Guidelines on Mental Health Promotive and Preventive Interventions for Adolescents: Helping Adolescents Thrive. Geneva: World Health Organization, 2020.
4. 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.
5. National Academies of Sciences, Engineering, and Medicine. The Promise of Adolescence: Realizing Opportunity for All Youth. Washington, DC: The National Academies Press, 2019.
6. UNESCO. Guidance for Generative AI in Education and Research. Paris: UNESCO, 2023.

© 2026 International Conference on Multidisciplinary Sciences and Innovations . All Rights Reserved.

7. OECD. OECD Digital Education Outlook 2023: Towards an Effective Digital Education Ecosystem. Paris: OECD Publishing, 2023.
8. Piaget, J. The Psychology of Intelligence. London: Routledge, 2001.
9. Vygotsky, L. S. Mind in Society: The Development of Higher Psychological Processes. Cambridge, MA: Harvard University Press, 1978.
10. Steinberg, L. Adolescence. 11th ed. New York: McGraw-Hill Education, 2017.