



**HUMAN**  
SCIENCES.UZ

ISSN 3093-8961

[www.humansciences.uz](http://www.humansciences.uz)

**INSONSHUNOSLIK FANLARI JURNALI**  
**JOURNAL OF HUMANITIES**  
**ЖУРНАЛ ГУМАНИТАРНЫХ НАУК**

**2026**

**2-JILD | 3-SON**

**HUMANSIENCES.UZ**

*№ 3 (2)-2026*

**INSONSHUNOSLIK FANLARI JURNALI**

**JOURNAL OF HUMANITIES**

**ЖУРНАЛ ГУМАНИТАРНЫХ НАУК**

**TOSHKENT-2026**

## **BOSH MUHARRIR:**

Isanova Feruza Tulqinovna

## **TAHRIR HAY'ATI:**

### *07.00.00 – TARIX FANLARI*

Rajapov Mardonbek Qosimboy o'g'li  
Tarix fanlari bo'yicha falsafa doktori (PhD).  
E-mail: [mardonbekoff@gmail.com](mailto:mardonbekoff@gmail.com)  
ORCID: 0000-0002-5245-6021

Xaynazarov Baxromjon Baxtiyorovich  
Tarix fanlari doktori (DSc). Dotsent.  
E-mail: [bahrom\\_bek@mail.ru](mailto:bahrom_bek@mail.ru)  
ORCID: 0000-0002-1266-1557

Saidboboyev Zokirjon Abdulkarimovich  
Tarix fanlari nomzodi (Ph.D.). Professor.  
E-mail: [zsaidboboev@yahoo.com](mailto:zsaidboboev@yahoo.com)  
ORCID: 0009-0008-3960-2427

### *08.00.00 – IQTISODIYOT FANLARI*

Urdushev Xamrakul  
Iqtisodiyot fanlari nomzodi. Dotsent.  
E-mail: [xurdushev@gmail.com](mailto:xurdushev@gmail.com)  
ORCID: 0000-0003-4984-0214

Berdiyarov Baxriddin Tavasharovich  
Iqtisodiyot fanlari doktori (DSc). Professor.  
E-mail: [bahriddin.bfa@gmail.com](mailto:bahriddin.bfa@gmail.com)  
ORCID: 0000-0001-8591-6840

Avlokulov Anvar Ziyadullayevich  
Iqtisodiyot fanlari doktori (DSc). Professor.  
E-mail: [anvaravlokulovz@gamail.com](mailto:anvaravlokulovz@gamail.com)  
ORCID: 0000-0002-6683-8995

Norov Asror Egamberdiyevich  
Iqtisodiyot fanlari doktori (DSc).  
E-mail: [a.norov@ilmiy.uz](mailto:a.norov@ilmiy.uz)

Ostonokulov Azamat Abdulkarimovich  
Iqtisodiyot fanlari doktori (DSc). Professor.  
E-mail: [a.ostonokulov@tsue.uz](mailto:a.ostonokulov@tsue.uz)  
ORCID: 0000-0003-2792-3174

Rustamova Sayyora Xatamovna  
Iqtisodiyot fanlari bo'yicha falsafa doktori  
(PhD). V.b Dotsent.  
E-mail: [rustamova0302@mail.ru](mailto:rustamova0302@mail.ru)

Shadiyev Xamid Azimovich  
Iqtisodiyot fanlari doktori (DSc). Professor.  
E-mail: [su9795744@gmail.com](mailto:su9795744@gmail.com)

Nasirov Egamkul Ismailovich  
Iqtisodiyot fanlari doktori (DSc). Professor.  
E-mail: [e.nosirov@tsue.uz](mailto:e.nosirov@tsue.uz)  
ORCID: 0000-0002-9355-1973

Kuliboev Azamat Shonazarovich  
Iqtisodiyot fanlari bo'yicha falsafa doktori  
(PhD). Dotsent.  
E-mail: [azamatkuliboyev@gmail.com](mailto:azamatkuliboyev@gmail.com)  
ORCID: 0000-0002-3357-070X

### *09.00.00 – FALSAFA FANLARI*

Turdiyev Bexruz Sobirovich  
Falsafa fanlari doktori (DSc). Professor.  
E-mail: [bekiuz0302@yahoo.com](mailto:bekiuz0302@yahoo.com)  
ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-3260-3327>

Bekbaev Rauf Rustamovich  
Falsafa fanlari doktori (DSc). Dotsent.  
E-mail: [rauf.r.bekbaev@gmail.com](mailto:rauf.r.bekbaev@gmail.com)  
ORCID: 0000-0001-5072-3379

Yusubov Jaloliddin Kadamovich  
Falsafa fanlari doktori (DSc). Dotsent.  
E-mail: [yusubovjaloliddin@gmail.com](mailto:yusubovjaloliddin@gmail.com)  
ORCID: 0009-0003-1401-7997

Yuldashev Nurbek Normurodovich  
Falsafa fanlari bo'yicha falsafa doktori (PhD).  
Katta ilmiy xodim.  
O'zbekiston.  
ORCID: 0000-0002-4628-8789

Eshnazarova Farida Jo'raqulovna  
Falsafa fanlari bo'yicha falsafa doktori (PhD).  
Dotsent.  
E-mail: [faridaeshnazarova4@gmail.com](mailto:faridaeshnazarova4@gmail.com)  
ORCID: 0009-0000-2496-4443

Parpiyev Muxammadjon Tolibovich  
Falsafa fanlari bo'yicha falsafa doktori (PhD).  
Dotsent.  
ORCID: 0009-0000-1869-9348

### 10.00.00 – FILOLOGIYA FANLARI

Axmedov Oybek Saporbaevich  
Filologiya fanlari doktori (DSc). Professor.  
E-mail: [oybekakhmedov1978@gmail.com](mailto:oybekakhmedov1978@gmail.com)  
ORCID: 0009-0003-3122-1973

Samigova Xushnuda Batirovna  
Filologiya fanlari doktori (DSc). Professor.  
E-mail: [kabsam@yandex.ru](mailto:kabsam@yandex.ru)  
ORCID: 0009-0005-2327-106X

Eshmo‘minov Asqar Allamurodovich  
Filologiya fanlari doktori (DSc). Professor.  
E-mail: [asqar@list.ru](mailto:asqar@list.ru)

Axmedova Mehrinigor Bahodirovna  
Filologiya fanlari doktori (DSc). Professor v.b.  
E-mail: [mexrishka82@mail.ru](mailto:mexrishka82@mail.ru)  
ORCID: 0000-0003-1198-0326

Absalamova Gulmira Sharifovna  
Filologiya fanlari bo‘yicha falsafa doktori  
(PhD). Dotsent.  
E-mail: [gulmirasharifovna@gmail.com](mailto:gulmirasharifovna@gmail.com)  
ORCID: 0009-0005-6105-4752

Salaxutdinova Musharraf Isamutdinovna  
Filologiya fanlari nomzodi. Dotsent.  
E-mail: [salaxiddinovamusharraf@gmail.co](mailto:salaxiddinovamusharraf@gmail.co)  
ORCID: 0000-0003-0534-5633

Ravshan Turakulovich  
Filologiya fanlari bo‘yicha falsafa doktori  
(PhD). Professor.  
E-mail: [docravshanniyazov@gmail.com](mailto:docravshanniyazov@gmail.com)  
ORCID: 0000-0002-6146-1789

Sanakulov Zayniddin Ibodullayevich  
Filologiya fanlari bo‘yicha falsafa doktori  
(PhD). Dotsent.  
O‘zbekiston.  
E-mail: [z.sanakulov@cspu.uz](mailto:z.sanakulov@cspu.uz)  
ORCID: 0000-0002-6952-7738

Bawetdinov Muxammeddin Kazimbekovich  
Filologiya fanlari bo‘yicha falsafa doktori  
(PhD).  
E-mail: [b\\_muxammed@karsu.uz](mailto:b_muxammed@karsu.uz)  
ORCID: 0009-0007-9826-175X

### 12.00.00 – Yuridik fanlar

Muxitdinova Firyuza Abdurashidovna  
Yuridik fanlar doktori (DSc). Professor.  
E-mail: [feruza.mukhitdinova@gmail.com](mailto:feruza.mukhitdinova@gmail.com)  
ORCID: 0000-0003-1721-0189

Ilhombekov Jasurbek Ilxombek o‘g‘li  
Yuridik fanlari bo‘yicha falsafa doktori (PhD).  
Katta o‘qituvchi.  
E-mail: [jafarbak22@mail.ru](mailto:jafarbak22@mail.ru)  
ORCID: 0000-0002-9867-3363

Imomov Nurillo Fayzullaevich  
Yuridik fanlar doktori (DSc). Professor.  
E-mail: [nurillo\\_1212@mail.ru](mailto:nurillo_1212@mail.ru)  
ORCID: 0000-0001-8090-842X

Pirmatov Otabek Shavkatovich  
Yuridik fanlar doktori (DSc). Professor v.b.  
E-mail: [pirmatov.otabek.89@inbox.ru](mailto:pirmatov.otabek.89@inbox.ru)  
ORCID: 0000-0002-0774-661

Ismoilov Shuhratjon Abdusaminovich  
Yuridik fanlar doktori (DSc). Dotsent.  
E-mail: [ismoilov.shuhrat80@mail.ru](mailto:ismoilov.shuhrat80@mail.ru)  
ORCID: 0000-0003-0947-6163

Matkarimov Kudrat Kalandarovich  
Yuridik fanlar doktori (DSc). Dotsent.  
E-mail: [qudrat1979uzb@gmail.com](mailto:qudrat1979uzb@gmail.com)  
ORCID: 000-0003-0396-4027

Xudaykulov Feruzbek Xurramovich  
Yuridik fanlar doktori (DSc). Dotsent.  
E-mail: [dr.profil14@gmail.com](mailto:dr.profil14@gmail.com)  
ORCID: 0000-0002-4940-3762

Hakimov Komil Baxtiyarovich  
Yuridik fanlar doktori (DSc). Professor.  
E-mail: [professorkomilkhakimov@gmail.com](mailto:professorkomilkhakimov@gmail.com)

Kadirova Moxigul Xamitovna  
Yuridik fanlar doktori (DSc). Professor v.b.  
E-mail: [m.kadirova@tsul.uz](mailto:m.kadirova@tsul.uz)  
ORCID: 0000-0003-1450-7542

### 13.00.00 – PEDAGOGIKA FANLARI

Haqberdiyev Baxtiyor Rustamovich  
Pedagogika fanlari bo‘yicha falsafa doktori  
(PhD). Dotsent.  
E-mail: [bahtiyor.haqberdiyev@mail.ru](mailto:bahtiyor.haqberdiyev@mail.ru)  
ORCID: 0000-0002-2208-7827

Erkulova Feruza Melikuziyevna  
Pedagogika fanlari bo'yicha falsafa doktori  
(PhD). Dotsent.  
E-mail: [feruzaerkulovauzb@gmail.com](mailto:feruzaerkulovauzb@gmail.com)

Shirnazarova Zamira Allaberdiyevna  
Pedagogika fanlari bo'yicha falsafa doktori  
(PhD). E-mail: [zamira.sh@terdpi.uz](mailto:zamira.sh@terdpi.uz)  
ORCID: 0000-0001-9870-6295

Oymatova Nilufar Mirjamolovna  
Pedagogika fanlari bo'yicha falsafa doktori  
(PhD). E-mail: [nilufar.oymatova@gmail.com](mailto:nilufar.oymatova@gmail.com)

Eshchanova Xolida Xudayarovna  
Pedagogika fanlari bo'yicha falsafa doktori  
(PhD). E-mail: [eshchanovaxolida@gmail.com](mailto:eshchanovaxolida@gmail.com)

Karshieva Dilbar Eshpulatovna  
Pedagogika fanlari bo'yicha falsafa doktori  
(PhD). Dotsent.  
E-mail: [d.karshiyeva1986@gmail.com](mailto:d.karshiyeva1986@gmail.com)

Raxmatov Otabek Urinbosarovich  
Pedagogika fanlari bo'yicha falsafa doktori  
(PhD). E-mail: [rahmatov.otabek@inbox.ru](mailto:rahmatov.otabek@inbox.ru)  
ORCID: 0000-0003-1288-3042

*23.00.00 – SIYOSIY FANLAR*

Turayev Abrar Saloxiddinovich  
Siyosiy fanlari bo'yicha falsafa doktori (PhD).  
Dotsent. E-mail: [ijtimoiy2017@mail.ru](mailto:ijtimoiy2017@mail.ru)  
ORCID: 0000-0003-1741-6857

---

**INSONSHUNOSLIK FANLARI** elektron  
jurnali 2025-yil 6-iyunda 830912-sonli  
guvohnoma bilan davlat ro'yxatidan  
o'tkazilgan.

**Muassis:** "SCIENCEPROBLEMS TEAM"  
mas'uliyati cheklangan jamiyati.

**TAHRIRIYAT MANZILI:**

Toshkent shahri, Yakkasaroy tumani, Kichik  
Beshyog'och ko'chasi, 70/10-uy. Elektron  
manzil: [scienceproblems.uz@gmail.com](mailto:scienceproblems.uz@gmail.com)

## MUNDARIJA

### TARIX FANLARI

*Yusupov Shakir*

AMIR TEMUR DAVRIDA XORAZM: XX ASR TARIXSHUNOSLIGIDA SIYOSIY VA TARIXIY-  
MADANIY JARAYONLARNING YONDASHUV VA TALQINLARI .....5-10

*Ubaydullayev Oybek*

SHURABASHAT POTTERY AS ARCHAIC FORMS OF  
ANCIENT POTTERY PRODUCTION ..... 11-15

*Matkarimova Nazokat, Matnazarova Dilorom*

XORAZM XALQ SAN'ATIDA OILAVIY QADRIYATLARNING  
MADANIY-KONSEPTUAL TALQINI ..... 16-20

### PSIXOLOGIYA FANLARI

*Jurakulova Dildora*

O'SMIRLARDA DESTRUKTIV XULQNI BARTARAF ETISH JARAYONIDA TARBIYAVIY  
YONDASHUVINING INNOVATSION IMKONIYATLARI ..... 21-24

*Konratbaeva Ayjamal*

TIL O'RGANISH JARAYONIDA GAPIRISH KO'NIKMASI SHAKLLANISHIDA PSIXOLOGIK  
OMILLAR O'RNI ..... 25-28

---

---

## TIL O'RGANISH JARAYONIDA GAPIRISH KO'NIKMASI SHAKLLANISHIDA PSIXOLOGIK OMILLAR O'RNI

**Konratbaeva Ayjamal Bazarbaevna**

O'zbekiston milliy pedagogika universiteti "Psixologiya" kafedrası  
o'qituvchisi, psixologiya fanlari bo'yicha falsafa (PhD) doktori

**Annotatsiya.** Maqolada ingliz tilini o'rganish jarayonining bir bo'limi ya'ni gapirish ko'nikmasida o'ziga ishonch bilan erkin gapira olmaslik omillar har tomonlama tahlil qilingan. Xato qilishdan qo'rquv, til tashvishi, past o'z-o'zini baholash, perfekcionizm va madaniy-ijtimoiy bosimlar kabi omillarning nutq faoliyatiga ta'siri yoritilgan. Shuningdek, muammoning asosiy sabablari izohlab berilib, ularni bartaraf etish bo'yicha amaliy yechimlar — xavfsiz ta'lim muhiti yaratish, kichik guruhli muloqot, bosqichma-bosqich rivojlantirilgan nutq mashqlari va motivatsiyani oshirish kabi metodlar taklif etilgan. Maqola o'qituvchilar va til o'rganuvchilar uchun psixologik to'siqlarni anglash va ularni samarali yengish yo'llarini ko'rsatib beradi.

**Kalit so'zlar:**Psixologik omillar, til tashvishi, xato qilishdan qo'rquv, perfekcionizm, o'z-o'zini baholash, chet tili o'rganish, erkin gapira olmaslik, muloqot ko'nikmalari, motivatsiya, psixologik to'siqlar.

---

## THE ROLE OF PSYCHOLOGICAL FACTORS IN THE FORMATION OF SPEAKING SKILLS IN THE LANGUAGE LEARNING PROCESS

**Konratbaeva Ayzhamal Bazarbaevna**

Lecturer, Department of Psychology, Uzbek National Pedagogical University, Doctor of Philosophy (PhD) in Psychology

**Annotation.** This article analyzes the psychological factors that prevent learners from speaking freely during the foreign language learning process. It examines the impact of fear of making mistakes, language anxiety, low self-esteem, perfectionism, and socio-cultural pressure on students' speaking performance. The paper also explains the main causes of these issues and proposes practical solutions, such as creating a psychologically safe learning environment, using small-group communication, applying gradual speaking activities, and increasing learners' motivation. The article provides useful insights for teachers and language learners on understanding psychological barriers and effectively overcoming them.

**Keywords:** Psychological factors, language anxiety, fear of making mistakes, perfectionism, self-esteem, foreign language learning, speaking difficulties, communication skills, motivation, psychological barriers.

---

DOI: <https://doi.org/10.47390/hum-i3v2y2026/n05>

**Kirish.** Hozirgi globallashuv sharoitida chet tillarini o'rganish jamiyat taraqqiyotining muhim omillaridan biriga aylanib bormoqda. Til bilish nafaqat kommunikativ ehtiyojni qondiradi, balki shaxsning kasbiy va ijtimoiy muvaffaqiyatini ham belgilaydi. Ayniqsa, til o'rganishda gapirish ko'nikmasi yetakchi o'rin tutadi, chunki u bevosita muloqot jarayonida namoyon bo'ladi. Psixologik nuqtai nazardan, gapirish ko'nikmasining shakllanishi murakkab kognitiv, emotsional va ijtimoiy jarayonlar bilan bog'liqdir. Motivatsiya, o'z-o'zini baholash, nutqiy xavotir, diqqat, xotira, temperament kabi omillar tilni faol qo'llash jarayoniga bevosita ta'sir ko'rsatadi. Jumladan, L.Vigotskiy tomonidan ilgari surilgan ijtimoiy-madaniy rivojlanish nazariyasiga ko'ra, nutq va tafakkur ijtimoiy muloqot jarayonida shakllanadi. Shuningdek, S.Krashenning "Affektiv filtr gipotezasi" g'oyasida emotsional to'siqlar (qo'rquv, ishonchsizlik) til o'zlashtirish samaradorligini pasaytirishi ta'kidlanadi. Biroq ko'plab o'quvchilar

grammatikani yaxshi bilgan bo'lsa-da, erkin gapira olmaslikdan qiynaladi. Bu hodisa lingvistik emas, psixologik omillar bilan chambarchas bog'liqdir. Shuning uchun til o'rgatish metodikasida psixologik to'siqlarni aniqlash va ular bilan ishlash alohida yo'nalish sifatida qaraladi. Til o'rganish jarayonida o'quvchining ruhiy holati, muloqotga bo'lgan ishonchi va o'zini ifoda etishdagi erkinligi yuqori ahamiyatga ega. O'quvchi o'zini xavfsiz va qo'llab-quvvatlangan muhitda his qilgan taqdirda, u yangi tilni o'zlashtirishga faolroq kirishadi, suhbatlarda qatnashishdan tortinmaydi va o'z fikrini bildirishga intiladi [2]. Aksincha, tashvish, uyatchanlik yoki xato qilishdan qo'rquv kuchayganda tilni egallash jarayoni sezilarli darajada sekinlashadi. Shu bois, o'qituvchi nafaqat bilim beruvchi, balki o'quvchini ruhiy jihatdan rag'batlantiruvchi shaxs sifatida ham muhim rol o'ynaydi.

Mazkur maqolaning maqsadi – til o'rganish jarayonida gapirish ko'nikmasining shakllanishiga ta'sir etuvchi psixologik omillarni nazariy va metodologik jihatdan tahlil qilish hamda amaliy tavsiyalar ishlab chiqishdan iborat.

**Adabiyotlar sharhi.** Til o'rganish jarayonini psixologik jihatdan o'rganish XX asrning ikkinchi yarmidan boshlab faol rivojlana boshladi. Psixolingvistika va pedagogik psixologiya doirasida nutq faoliyatining mexanizmlari keng tadqiq qilindi.

L.Vigotskiy nutqni tafakkur bilan uzviy bog'liq holda ko'rib, yaqin rivojlanish zonasi konsepsiyasini ishlab chiqqan. Bu nazariyaga ko'ra, o'quvchi o'zlashtirish jarayonida kattalar yoki malakali tengdoshlar yordamida yuqori darajaga erishadi. Gapirish ko'nikmasi ham interaktiv muhitda samarali shakllanadi.

J.Piaje kognitiv rivojlanish nazariyasida nutq tafakkur taraqqiyotining mahsuli ekanligini asoslab bergan. Uning fikricha, tilni o'zlashtirish shaxsning intellektual bosqichlariga bog'liq.

S.Krashen til o'zlashtirish jarayonida affektiv omillarning ya'ni motivatsiya, ishonch, xavotir rolini alohida ta'kidlagan [4]. Uning nazariyasiga ko'ra, yuqori xavotir darajasi "affektiv filtr"ni kuchaytiradi va nutqiy faollikni pasaytiradi.

A.Banduraning ijtimoiy o'rganish nazariyasida o'z-o'ziga ishonch tushunchasi muhim o'rin tutadi. Til o'rganishda yuqori shaxsiy samaradorlik darajasiga ega bo'lgan o'quvchilar og'zaki nutqda faolroq ishtirok etadi.

Shuningdek, zamonaviy tadqiqotlarda kommunikativ kompetensiya tushunchasi ham keng qo'llaniladi. Bu yondashuvga ko'ra, til bilish faqat grammatik bilim emas, balki uni real muloqotda qo'llay olish qobiliyatidir.

Adabiyotlar tahlilidan shuni xulosa qilishimiz mumkinki, gapirish ko'nikmasi shakllanishida psixologik omillar hal qiluvchi ahamiyat kasb etadi va ularni hisobga olmasdan samarali natijaga erishish qiyin.

**Tadqiqot metodologiyasi.** Mazkur tadqiqotda kompleks yondashuv asosida nazariy va empirik metodlardan quyidagilarni foydalanish ko'zda tutilgan.

1. Nazariy metodlar: Ilmiy adabiyotlarni tahlil qilish, taqqoslash va umumlashtirish, psixologik-pedagogik manbalarni tizimlashtirish.

2. Empirik metodlar: Motivatsiya va nutqiy xavotir darajasini aniqlash so'rovnomasi, kuzatish (dars jarayonida og'zaki faollikni tahlil qilish), test metodlari (xotira, diqqat, o'z-o'zini baholash ko'rsatkichlari).

Tadqiqot obyektini chet tilini o'rganayotgan o'quvchilar tashkil etadi. Predmeti esa – gapirish ko'nikmasi shakllanishiga ta'sir etuvchi psixologik omillardir.

Ma'lumotlar statistik tahlil (korrelyatsiya va dispersiya tahlili) asosida qayta ishlanishi mumkin. Natijalar psixologik omillar bilan og'zaki nutq faolligi o'rtasidagi bog'liqlikni aniqlashga xizmat qiladi.

Quyida o'quvchining erkin so'zlashuvini cheklovchi eng asosiy psixologik omillar har tomonlama tahlil qilinadi.

1. Xato qilishdan qo'rquv va affektiv filtr - xato qilishdan qo'rquv o'quvchilarda eng ko'p uchraydigan psixologik to'siqlardan biridir. Shaxs notanish tilni qo'llayotganida, tabiiy ravishda xatoga yo'l qo'yadi. Biroq ko'plab o'quvchilar xatoni "shaxsiy nuqson" sifatida qabul qilganlari uchun gapirishga jur'at eta olmaydi. Affektiv filtr nazariyasiga [1] ko'ra, o'quvchining hissiy holati yuksak bo'lsa (qo'rquv, uyat, xavotir), uning til qabul qilish jarayoni sezilarli darajada pasayadi. Demak, til o'rganishda xatoni tabiiy holat sifatida qabul qilish o'quvchining o'zini erkin tutishiga yordam beradi. Masalan, ba'zi o'quvchilar auditoriyada gapirishdan bosh tortadi, chunki ular sinfdoshlarining reaksiyasidan qo'rqadi. Bu qo'rquv natijasida ular gapira olmaslik degan noto'g'ri o'z-o'ziga bahoni shakllantiradi, bu esa psixologik to'siqni yanada kuchaytiradi.

2. Til tashvishi - til o'rganish bilan bog'liq xavotir o'quvchi ruhiyatiga bevosita ta'sir qiladi. Til tashvishi umumiy tashvishdan farqli bo'lib, aynan til o'rganish jarayonida namoyon bo'ladi. E.K.Horvitz [3] quyidagicha ta'rif beradi: "Chet tili tashvishi - bu sinfda til o'rganish bilan bog'liq bo'lgan o'z-o'zini idrok etish, e'tiqod, his-tuyg'u va xatti-harakatlarning o'ziga xos majmuasidir." Bu holat quyidagicha ko'rinadi natija uchun haddan tashqari tashvish, auditoriya oldida fikr bildirishdan qo'rqish, o'z fikrini noto'g'ri tushunishadi, deb xavotirlanish, tanqidga nisbatan sezgirlik, test yoki suhbat jarayonida "qotib qolish" holatlari. Til tashvishi hatto yuqori bilimli o'quvchilarda ham uchraydi. Chunki muammo bilimda emas, ruhiy bosimda.

3. O'z-o'zini past baholash va ijtimoiy solishtirish - o'quvchining o'ziga bo'lgan ishonchi til o'rganishda juda muhim. Agar shaxs o'zini "boshqalardan pastroq" deb his qilsa, u gapirish jarayonida o'zini cheklaydi. Past o'z-o'zini baholash quyidagilarga olib keladi: nutqni boshlashdan qo'rqish, tanqidni salbiy qabul qilish, muvaffaqiyatsizlikni oldindan "kutilayotgan" holat sifatida qabul qilish

ijodiy nutq mashqlarida ishtirok etmaslik. Ijtimoiy solishtirish ham o'ziga ishonchni pasaytiradi. Sinfda faol gapiradigan bir-ikki o'quvchini ko'rgan boshqalar o'zlarini ularning darajasi bilan o'lchay boshlaydi va bu psixologik to'siqni yanada kuchaytiradi.

4. Perfeksionizm — "mukammal bo'lmasa, gapirmayman" sindromi. Perfeksionizm ko'plab o'quvchilarda uchraydigan yashirin to'siqdir. Bu odamlar "g'alati talaffuz bo'lib qoladi", "mukammal gap tuzmasam bo'ladimi?", "biror so'zni unutib qo'ysam, uyat bo'ladi" kabi ichki dialog bilan yashashadi. Perfeksionizmning oqibatida nutqda pauzalar ko'p bo'ladi, gapni boshlashdan oldin juda ko'p o'ylab yuboradi, ma'noni emas, shaklni haddan tashqari nazorat qiladi, spontan nutqni qo'llay olmaydi [5]. Til esa tabiatan spontan jarayon bo'lib, mukammallikni emas, moslashuvchanlikni talab qiladi.

5. Madaniy faktorlar va ijtimoiy rol. Ba'zi madaniyatlarda ochiq fikr aytish, o'qituvchini bo'lib savol berish, tanqidiy fikrlash kam uchraydi. Bunday o'quvchilar uchun til o'rganish jarayonida erkin gapirish o'zini noqulay sezish bilan bog'liq bo'lishi mumkin. Bunda ijtimoiy rol ham muhim. Masalan: yosh qizlar va yigitlar aralash guruhda gapirishdan tortinishi, o'qituvchi yoki "katta yoshli" odam oldida qiynalish, o'z hududi, lahjasi yoki talaffuzi tufayli uyat hissi. Bu omillar psixologik jihatdan gapirish jarayonini cheklaydi.

6. Motivatsiya pasayishi va nutq amaliyotining yetishmasligi - til o'rganish jarayonida motivatsiyaning o'zgaruvchanligi gapirish kompetensiyasiga bevosita ta'sir qiladi. Motivatsiya pasaygan o'quvchi ko'p fikrlamaydi, faqat minimal vazifani bajaradi, muloqotga kirishmaydi, nutq vazifalaridan qochadi, eslab qolish jarayonida qiyinchilikka duch keladi [6]. Shuningdek, gapirishga oid amaliy mashg'ulotlarning kamligi ham muammoni kuchaytiradi. Agar o'quvchi darsda asosan grammatik mashqlar bilan shug'ullansa, real muloqot holatida o'zini yo'qotib qo'yadi.

**Xulosa va takliflar.** Tadqiqot tahlili shuni ko'rsatadiki, til o'rganish jarayonida gapirish ko'nikmasining samarali shakllanishi ko'p jihatdan psixologik omillarga bog'liq. Ayniqsa ichki motivatsiya yuqori bo'lgan o'quvchilarda nutqiy faollik ustunlik qiladi. O'z-o'zini baholash

darajasi past bo'lganlarda nutqiy xavotir kuchli namoyon bo'ladi. Ijobiy psixologik muhit gapirish jarayonini faollashtiradi. Xavotir va qo'rquv affektiv to'siq hosil qilib, nutqiy erkinlikni pasaytiradi.

Amaliy takliflar sifatida quyidagilarni ta'kidlashimiz zarur:

- dars jarayonida psixologik xavfsiz muhit yaratish;
- xatolarga tolerant yondashuvni shakllantirish;
- rolli o'yinlar va interaktiv metodlardan keng foydalanish;
- o'quvchilarda o'ziga ishonchni rivojlantirish bo'yicha treninglar o'tkazish;
- nutqiy xavotirni kamaytirish uchun kichik guruhlarda ishlash usulini qo'llash.

Xulosa qilib aytganda, til o'rganish jarayonida gapirish ko'nikmasini rivojlantirish faqat lingvistik bilim bilan emas, balki psixologik omillarni chuqur hisobga olish bilan bog'liq. Shaxsning emotsional barqarorligi, motivatsiyasi va o'ziga bo'lgan ishonchi og'zaki nutq samaradorligini belgilovchi asosiy mezonlardan hisoblanadi. tilni erkin gapira olmaslikning sababi ko'pincha ilmiy yoki texnik bilim yetishmasligida emas, balki psixologik omillardadir. Tashvish, qo'rquv, past o'z-o'zini baholash, perfeksionizm, madaniy bosim va motivatsiya yetishmasligi o'quvchilarni real muloqot holatida to'xtatib qo'yadi. Shuning uchun til o'qitishda psixologik qo'llab-quvvatlash lingvistik ko'nikmalar bilan bir qatorda muhim o'rin tutadi.

#### **Adabiyotlar/Литература/References**

1. Brown H.D. Principles of Language Learning and Teaching. Pearson Longman.
2. Dörnyei Z. The Psychology of the Language Learner. Lawrence Erlbaum Associates.
3. Horwitz E.K., M.B.Cope Foreign language classroom anxiety. The Modern Language Journal, 70(2), 125–132.
4. Krashen, S. Principles and Practice in Second Language Acquisition. Pergamon Press.
5. Liu, M. Anxiety in EFL classrooms: Causes and consequences. TESL Reporter, 39(1), 13–32.
6. Young, D. J. Creating a low-anxiety classroom environment. The Modern Language Journal, 75(4), 426–437.
7. Курбанбаев, Д. (2026). КОГНИТИВНЫЕ И ЛИНГВОКУЛЬТУРНЫЕ ОСНОВЫ ЛЕКСИЧЕСКИХ ГЛОССАРИЕВ В ЯЗЫКОВОМ ОБРАЗОВАНИИ. In ILMİYARXIV. <https://ilmiyarxiv.com/index.php/preprint/preprint/view/31>.



SAYT: <https://humansciences.uz>

**HUMANSIENCES.UZ**

*№ 3 (2)-2026*

**INSONSHUNOSLIK FANLARI JURNALI**

**JOURNAL OF HUMANITIES**

**ЖУРНАЛ ГУМАНИТАРНЫХ НАУК**

**INSONSHUNOSLIK FANLARI** elektron jurnali 2025-yil 6-iyunda 830912-sonli guvohnoma bilan davlat ro'yxatidan o'tkazilgan.

**Muassis:** "SCIENCEPROBLEMS TEAM" mas'uliyati cheklangan jamiyati.

**TAHRIRIYAT MANZILI:**

Toshkent shahri, Yakkasaroy tumani, Kichik Beshyog'och ko'chasi, 70/10-uy. Elektron manzil: [scienceproblems.uz@gmail.com](mailto:scienceproblems.uz@gmail.com)