2026-yil
9(2)-son

“FAN VA TA’LIM YANGILIKLARI”

ILMIY - METODIK

JURNALI

saen.uz

FAN VA TA'LIM YANGILIKLARI
JURNALI

2026-yil
9(2)-son

Bosh muharrir:
Shoumarov G‘ayrat Bahromovich, psixologiya fanlari doktori, akademik

Bosh muharrir o‘rinbosari:
Qodirov Umarali Do‘stqobilovich, psixologiya fanlari doktori (DSc), professor

Mas’ul kotib:
Muqimov Alisher

Texnik muharrir:
Qarshiyev Jamshid Murotaliyevich, pedagogika fanlari bo‘yicha falsafa doktori (PhD), dotsent

TAHRIR HAY’ATI:

01.00.00 – FIZIKA-MATEMATIKA FANLARI
Ayupov Shavkat Abdullayevich, fizika-matematika fanlari doktori, akademik
A’zamov Abdulla, fizika-matematika fanlari doktori, akademik
Zohidov Erkin A’zamovich, fizika-matematika fanlari doktori, professor

02.00.00 – KIMYO FANLARI
Normaxamatov Nodirali Soxobataliyevich, kimyo fanlar doktori, professor
Tojibayev Komiljon Sharobitdinovich, kimyo fanlar doktori, akademik

03.00.00 – BIOLOGIYA FANLARI
Abdurahmonov Ibrohim Yo‘lchiyevich, biologiya fanlari doktori, akademik
Sulaymonov Botirjon Abdushukurovich, biologiya fanlari doktori, akademik

04.00.00 – GEOLOGIYA-MINERALOGIYA FANLARI
Fayziyev Abdulhaq Radjabovich, geologiya-mineralogiya fanlari doktori, professor
Husanov Sultonboy To‘xtayevich, geologiya-mineralogiya fanlari doktori, professor

05.00.00 – TEXNIKA FANLARI
Allayev Qahramon Rahimovich, texnika fanlari doktori, akademik
Majidov Inom Urishevich, texnika fanlari doktori, professor
Turobjonov Sadritdin Maxamatdinovich, texnika fanlari doktori, akademik
Shaumarov Said Sanatovich, texnika fanlari doktori, professor

06.00.00 – QISHLOQ XO‘JALIGI FANLARI
Namozov Shodmon Ergashovich, qishloq xo‘jaligi fanlari doktori, akademik
Shoumarov Hikmat Bahromovich, qishloq xo‘jaligi fanlari nomzodi, professor

07.00.00 – TARIX FANLARI
Ziyo Azamat Hamid o‘g‘li, tarix fanlari doktori, akademik
Sagdullayev Anatoliy Sagdullayevich, tarix fanlari doktori, akademik
Yusupova Diloram Yunusovna, tarix fanlari doktori, akademik

08.00.00 – IQTISODIYOT FANLARI
Abdurahmonov Qalandar Xodjayevich, iqtisod fanlari doktori, akademik
Musayev Behzod Anvarovich, iqtisod fanlari nomzodi
To‘xliyev Nurislom, iqtisod fanlari doktori, akademik
G‘ulomov Saidahror Saidahmedovich, iqtisod fanlari doktori, akademik

FAN VA TA'LIM YANGILIKLARI
JURNALI
2026-yil
9(2)-son

09.00.00 – FALSAFA FANLARI
Nazarov Qiyom Normirzayevich, falsafa fanlari doktori, professor
Saifnazarov Ismoil Saifnazarovich, falsafa fanlari doktori, professor

10.00.00 – FILOLOGIYA FANLARI
Mengliyev Baxtiyor Rajabovich, filologiya fanlari doktori, professor
Sirojiddinov Shuhrat Samariddinovich, filologiya fanlari doktori, akademik
Xidirov Rajab Gulmatovich, filologiya fanlari nomzodi, dotsent (Tojikiston)

11.00.00 – GEOGRAFIYA FANLARI
Nigmatov Asqar Nigmatullayevich, geografiya fanlari doktori, professor
Tojiyeva Zulxumor Nazarovna, geografiya fanlari doktori, professor

12.00.00 – YURIDIK FANLAR
Rustamboyev Mirzayusuf Hakimovich, yuridik fanlar doktori, professor
Saidov Akmal Xolmatovich, yuridik fanlar doktori, akademik
Xolmo'minov Jumanazar Toshtemirovich, yuridik fanlar doktori, professor
Qodirov Bobiromon Bekmurodovich, yuridik fanlar doktori, professor

13.00.00 – PEDAGOGIKA FANLARI
Djurayev Risboy Haydarovich, pedagogika fanlari doktori, akademik
Ibraimov Xolboy, pedagogika fanlari doktori, akademik
Musurmonova Oynisa, pedagogika fanlari doktori, professor
Umarov Bahrom Norboyevich, pedagogika fanlari bo'yicha falsafa doktori, dotsent

14.00.00 – TIBBIYOT FANLARI
Akilov Xabibulla Ataullayevich, tibbiyot fanlari doktori, professor
Nazirov Feruz Gafurovich, tibbiyot fanlari doktori, akademik

15.00.00 – FARMATSEVTIKA FANLARI
Abdullabekova Viloyat Nurillabekovna, farmatsevtika fanlari doktori, professor
Tulaganov Abduqodir Abdurahmonovich, farmatsevtika fanlari doktori, professor

16.00.00 – VETERINARIYA FANLARI
Daminov Asadullo Suvonovich, veterinariya fanlari doktori, professor
Jabborov Shuhrat Abdumajidovich, veterinariya fanlari doktori, professor
G'afurov Aktam G'afurovich, veterinariya fanlari doktori, professor

17.00.00 – SAN'ATSHUNOSLIK FANLARI
Ahmedova Nigora Rahimovna, sanatshunoslik fanlari doktori, professor
Hakimov Akbar Abdullayevich, san'atshunoslik fanlari doktori, akademik

18.00.00 – ARXITEKTURA FANLARI
Nozilov Dodo Avazovich, arxitektura fanlari doktori, professor
Uralov Axtam Sindarovich, arxitektura fanlari doktori, professor

19.00.00 – PSIXOLOGIYA FANLARI
Abdusamatov Hasanboy Usmonjon o'g'li, psixologiya fanlari doktori, professor
Barotov Sharif Ramazonovich, psixologiya fanlari doktori, professor
Karimova Vasila Mamanosirovna, psixologiya fanlari doktori, professor
Halimova Mashraboy Vohidovna, psixologiya fanlari doktori, professor
Lazar Drajeta, psixologiya fanlari doktori, professor, Belgrad, Serbiya
Karpinskiy Konstantin Viktorovich, psixologiya fanlari doktori, professor, Grodno, Belarussiya
Boboyeva Sayyora Boboradjabovna, psixologiya fanlari doktori, professor, Tojikiston
Suletbayeva Ella Serikbayevna, psixologiya fanlari doktori, dotsent

Turaxonov Abdukarim Eshkuziyevich, psixologiya fanlari bo'yicha falsafa doktori, dotsent
22.00.00 – SOTSIOLOGIYA FANLARI
Bekmurodov Mansur Bobomurodovich, sotsiologiya fanlari doktori, professor
Toshmuhamedova Dilorom Gafurdjanovna, sotsiologiya fanlari doktori

23.00.00 – SIYOSIY FANLAR
Avazov Komil Xolliyevich, siyosiy fanlar bo'yicha falsafa doktori
Fayzullayev Alisher Omonullayevich, siyosiy fanlar doktori, professor
Hasanov Otabek Abdurashidovich, siyosiy fanlar doktori
Paxrutdinov Shukritdin Ilyasovich, siyosiy fanlar doktori, professor
Omonov Baxtiyor Axtamovich, siyosiy fanlar doktori, professor
Quronboyev Qahramon Qo'chqorovich, siyosiy fanlar doktori, professor

24.00.00 – ISLOMSHUNOSLIK FANLARI
Ibrohimov Ne'matulla, filologiya fanlari doktori, akademik
Islomov Zohidjon Mahmudovich, filologiya fanlari doktori, professor

FAN VA TA'LIM YANGILIKLARI
JURNALI
2026-yil
9(2)-son

UDK: 159.9:613.86



Atadjanov Mamirjon Yusupovich,
Farg‘ona davlat universiteti “Psixologiya” kafedrasi professori,
psixologiya fanlari doktori

SALOMATLIK PSIXOLOGIYASI TADQIQOTLARIDA ATAMALAR APPARATINI TANLASHNING NAZARIY-METODOLOGIK ASOSLARI

Annotatsiya. Maqolada salomatlik psixologiyasiga oid fundamental tadqiqotlarda atamalar apparatini tanlashning nazariy va metodologik ahamiyati tahlil qilingan. Jahon sog‘liqni saqlash tashkiloti hujjatlari, ICD-11 va DSM-5-TR tasniflari, O‘zbekiston Respublikasining “Psixiatriya yordami to‘g‘risida”gi (2021) hamda “Aholiga psixologik yordam ko‘rsatish to‘g‘risida”gi (2024) qonunlari, shuningdek, ijobiy psixik salomatlik, psixologik farovonlik va ma’naviy farovonlik nazariyalari asosida “mental health”, “psychological health”, “psychological well-being” va “spiritual well-being” tushunchalarining mazmuni, qo‘llanish doirasi va konseptual chegaralari qiyosiy-semantik usulda o‘rganilgan.

Kalit so‘zlar: terminologiya, konseptual tahlil, psixik salomatlik, psixologik farovonlik, ma’naviy salomatlik, psixik buzilish, psixologik muammo, biopsixoijtimoiy model, ikki kontinuum modeli.

ВЫБОР ТЕРМИНОЛОГИЧЕСКОГО АППАРАТА В ИССЛЕДОВАНИЯХ ПО ПСИХОЛОГИИ ЗДОРОВЬЯ: ТЕОРЕТИКО-МЕТОДОЛОГИЧЕСКИЕ ОСНОВАНИЯ

Аннотация. В статье анализируется теоретическое и методологическое значение выбора терминологического аппарата в фундаментальных исследованиях по психологии здоровья. На основе документов Всемирной организации здравоохранения, классификаций МКБ-11 и DSM-5-TR, законов Республики Узбекистан «О психиатрической помощи» (2021) и «Об оказании психологической помощи населению» (2024), а также теорий позитивного психического здоровья, психологического и духовного благополучия методом сравнительно-семантического анализа рассмотрены содержание, сфера применения и концептуальные границы понятий «mental health», «psychological health», «psychological well-being» и «spiritual well-being».

Ключевые слова: терминология, концептуальный анализ, психическое здоровье, психологическое благополучие, духовное здоровье, психическое расстройство, психологическая проблема, биопсихосоциальная модель, модель двух континуумов.

CHOOSING THE TERMINOLOGICAL APPARATUS IN HEALTH PSYCHOLOGY RESEARCH: THEORETICAL AND METHODOLOGICAL FOUNDATIONS

Abstract. The article examines the theoretical and methodological significance of choosing the terminological apparatus in fundamental health psychology research. Drawing on World Health Organization documents, the ICD-11 and DSM-5-TR classifications, the laws of the Republic of Uzbekistan "On Psychiatric Care" (2021) and "On Providing Psychological Assistance to the Population" (2024), and theories of positive mental health, psychological well-being and spiritual well-being, the content, scope and conceptual boundaries of the notions "mental health", "psychological health", "psychological well-being" and "spiritual well-being" are analysed using a comparative semantic approach.

Keywords: terminology, conceptual analysis, mental health, psychological well-being, spiritual health, mental disorder, psychological problem, biopsychosocial model, dual-continua model.

Kirish. Fundamental tadqiqotlarda atamalarning aniqligi nazariy-konseptual asosni mustahkamlash, natijalarning ishonchliligi va xalqaro miqyosda taqqoslanuvchanligini ta'minlaydi. Inson salomatligining psixologik jihatlari global ahamiyatga ega. JSST ma'lumotlariga ko'ra, 2019-yilda dunyoda qariyb 970 million kishi psixik buzilishlar bilan yashagan [2]. 1990–2019-yillarda psixik buzilishlar global kasallik yukining yetakchi o'nta sababi qatorida qolib, nogironlik bilan o'tkazilgan umr yillarining 4,9 foizini tashkil etgan [3]. COVID-19 pandemiyasi davrida depressiv buzilishlar 27,6 foizga, xavotirli buzilishlar esa 25,6 foizga ko'paygan [4]. Bu holat psixik salomatlik va psixologik farovonlikka oid tadqiqotlarning dolzarbligini oshirdi.

Xalqaro adabiyotlarda "mental health", "psychological health", "psychological well-being" va "spiritual well-being" tushunchalari keng qo'llanadi. Ular o'zaro bog'liq bo'lsa-da, nazariy mazmuni va qo'llanish sohasi jihatidan farqlanadi [5; 13].

O'zbekiston ilmiy adabiyotlarida "psixik", "psixologik" va "ruhiy" atamalarining bir-birining o'rnida ishlatilishi terminologik noaniqliklarni keltirib chiqarmoqda. Masalan, "Psixiatriya yordami to'g'risida"gi Qonunda "mental disorder" tushunchasi "ruhiy buzilish" tarzida ifodalangan, boshqa sohalarda esa "ruhiy" atamasi ma'naviy-axloqiy mazmunda qo'llanadi. "Aholiga psixologik yordam ko'rsatish to'g'risida"gi Qonunda "psixologik muammo" tushunchasining

alohida kategoriya sifatida belgilanishi ham terminologik farqlash zarurligini ko‘rsatadi [27].

Adabiyotlar tahlili. Salomatlik tushunchasining zamonaviy talqini JSST Nizomida (1946) berilgan ta’rifga asoslanadi: salomatlik — kasallik yoki jismoniy nuqsonlarning yo‘qligigina emas, balki jismoniy, psixik va ijtimoiy farovonlik holatidir [1]. Keyinchalik JSST psixik salomatlikni insonning stresslarni yengishi, qobiliyatlarini ro‘yobga chiqarishi va jamiyat hayotida ishtirok etishiga imkon beruvchi holat sifatida ta’rifladi [2]. Biroq S. Galderisi va hammualliflar farovonlikni salomatlikning yagona mezoni sifatida baholashni tanqid qilib, psixik salomatlikni dinamik ichki muvozanat holati sifatida izohlashni taklif etgan [5]. M. Huber va hammualliflar esa salomatlikni qiyinchiliklarga moslashish va o‘zini boshqarish qobiliyati bilan bog‘lagan.

G. Engelning biopsixoijtimoiy modeli inson salomatligini biologik, psixologik va ijtimoiy omillarning o‘zaro ta’siri orqali tushuntiradi [6]. D. Sulmasy ushbu modelga ma’naviy omilni qo‘shib, biopsixoijtimoiy-ma’naviy yondashuvni ishlab chiqqan [7]. M. Yahoda psixik salomatlikning ijobiy mezonlarini — o‘ziga ijobiy munosabat, shaxsiy o‘sish, avtonomiya va muhitni boshqarish kabi jihatlarni ajratgan [8]. A. Maslou va K. Rodjersning gumanistik qarashlarida ham shaxsning o‘z salohiyatini ro‘yobga chiqarishi va yaxlit rivojlanishi muhim o‘rin tutadi [9; 10]. Psixologik farovonlik tadqiqotlarida gedonik va evdemonik yondashuvlar shakllangan. Birinchisi hayotdan qoniqish va ijobiy emotsiyalarga, ikkinchisi esa shaxsning salohiyatini ro‘yobga chiqarishiga urg‘u beradi. K. Riff psixologik farovonlikning olti komponentli modelini ishlab chiqqan [11], keyingi tadqiqotlarda esa uning tuzilishi empirik tekshirilgan [12]. M. Seligman va M. Chiksentmixayi pozitiv psixologiyaning nazariy asoslarini rivojlantirganlar. K. Kizning ikki kontinuum modeli psixik kasallik va psixik salomatlikni o‘zaro bog‘liq, biroq alohida o‘lchamlar sifatida izohlaydi. Tadqiqotlarda psixik salomatligi yuqori, o‘rtacha va past darajadagi shaxslar o‘rtasida farqlar aniqlangan. Bu yondashuv psixik buzilishning yo‘qligi har doim ham psixologik farovonlik mavjudligini anglatmasligini ko‘rsatadi.

Rus psixologiyasida V.I. Slobodchikov va Ye.I. Isayev “psixik salomatlik” hamda “psixologik salomatlik” tushunchalarini farqlagan. Ularning qarashlarida birinchi tushuncha psixik jarayonlarga, ikkinchisi esa shaxsning yaxlitligiga taalluqlidir. Salomatlik psixologiyasiga oid adabiyotlarda ham ushbu kategoriyalar alohida ko‘rib chiqiladi. Ma’naviy farovonlik tadqiqotlarida K. Ellison diniy va ekzistensial farovonlikni farqlagan. V. Frankl ma’noga intilishni inson hayotining muhim omili sifatida talqin qilgan, H. Koenig tadqiqotlarida esa diniy-ma’naviy faollik bilan psixik salomatlik ko‘rsatkichlari o‘rtasidagi bog‘liqlik tahlil qilingan. Bu qarashlar ma’naviy farovonlikni faqat diniylik bilan tenglashtirish mumkin emasligini ko‘rsatadi.

Klinik psixologiyada K. Yaspers psixopatologiyaning nazariy asoslarini ishlab chiqqan. DSM-5-TR psixik buzilishni bilish, emotsiyalarni boshqarish yoki

xulq-atvordagi klinik ahamiyatli buzilish bilan tavsiflaydi; odatiy qayg‘u va boshqa tabiiy reaksiyalar esa avtomatik ravishda kasallik hisoblanmaydi. ICD-11 da kasbiy so‘nish sindromi ham tibbiy kasallik emas, balki kasbiy faoliyat bilan bog‘liq fenomen sifatida tasniflangan. O‘zbek tilining izohli lug‘atida “ruh” so‘zi diniy-falsafiy ma’nolar bilan bir qatorda insonning ichki holati va kayfiyatini ham anglatadi. Ushbu ko‘pma’nolilik “ruhiy salomatlik” va “ruhiy kasallik” iboralarining turlicha talqin qilinishiga sabab bo‘lishi mumkin.

Tadqiqot metodologiyasi. Tadqiqot nazariy-analitik xarakterga ega bo‘lib, uning metodologik asosini biopsixoijtimoiy-ma’naviy yondashuv [6; 7], tizimli yondashuv va terminologik tahlil tamoyillari tashkil etadi. Tadqiqotda quyidagi metodlardan foydalanildi:

– **qiyosiy-semantik tahlil** – “mental health”, “psychological health”, “psychological well-being”, “spiritual well-being” atamalarining asosiy savoli, urg‘usi, patologiya bilan bog‘liqligi va qo‘llanish sohalari bo‘yicha taqqoslanishi;

– **me’yoriy hujjatlar tahlili** – JSST Nizomi va hisobotlari [1; 2], ICD-11, DSM-5-TR, O‘zbekiston Respublikasining O‘RQ-690-son va O‘RQ-989-son qonunlarida atamalarning qo‘llanilishini o‘rganish;

– **leksikografik tahlil** – o‘zbek tilining izohli lug‘atida “ruh”, “ruhiy” so‘zlari ma’nolarining tahlili;

– **konseptual modellashtirish** – aniqlangan farqlar asosida o‘zbek tilidagi tadqiqotlar uchun atamalar modelini ishlab chiqish.

Manbalar tanlash mezonlari sifatida quyidagilar olindi: tegishli tushunchani birinchi marta asoslab bergan fundamental nazariy asarlar; Scopus va Web of Science bazalarida indekslangan xalqaro jurnallardagi maqolalar; xalqaro tasniflar va O‘zbekiston Respublikasining amaldagi qonun hujjatlari. Tahlil 1946–2024-yillarda nashr etilgan manbalarni qamrab oldi.

Natijalar

1. Asosiy xalqaro atamalarning mazmuni

Tahlil natijasida xalqaro adabiyotda keng qo‘llaniladigan to‘rt asosiy atamaning o‘zbek tilidagi muqobillari va qisqacha mazmuni aniqlandi (1-jadval).

1-jadval. Salomatlikka oid asosiy xalqaro atamalar va ularning o‘zbek tilidagi muqobillari

Atama	O‘zbek tilidagi muqobili	Qisqacha mazmuni
Mental health	Psixik salomatlik	Insonning psixik jarayonlari (tafakkur, his-tuyg‘u, xulq-atvor) me’yoriy faoliyat ko‘rsatishi, stresslarni yengib o‘ta olishi va jamiyatda samarali yashay olish holati [2; 5].
Psychological health	Psixologik barqarorlik	Shaxsning ichki psixologik barqarorligi, o‘zini anglashi, o‘zini boshqarishi, shaxsiy rivojlanishi va muhitga moslasha olish qobiliyati [8].

Atama	O‘zbek tilidagi muqobili	Qisqacha mazmuni
Psychological well-being	Psixologik farovonlik (psixologik osoyishtalik)	Insonning hayotidan qoniqishi, o‘z imkoniyatlarini ro‘yobga chiqarishi, maqsadli yashashi va ijobiy psixologik holatni his qilishi [11].
Spiritual well-being	Ma’naviy farovonlik	Insonning hayot ma’nosini anglashi, qadriyatlarga sodiqligi, e’tiqod va ma’naviy qoniqish hissiga ega bo‘lishi.

Mental health (psixik salomatlik). JSST ta’rifiga ko‘ra, psixik salomatlik insonning o‘z qobiliyatlarini anglay olishi, kundalik stresslarni yengishi, samarali mehnat qilishi va jamiyat hayotida ishtirok etishi mumkin bo‘lgan holatidir [2]. Psixik salomatlikning asosiy komponentlari emotsiyalarni boshqarish, stressga chidamlilik, fikrlashning adekvatligi, xulq-atvor nazorati va ijtimoiy moslashuvdan iborat. Galderisi va hammualliflarning ta’rifi bu ro‘yxatni hissiy regulyatsiya, empatiya va ijtimoiy rollarni bajara olish qobiliyati bilan to‘ldiradi [5].

Psychological health (psixologik barqarorlik) tushunchasi ko‘proq shaxs psixologiyasi bilan bog‘liq bo‘lib, insonning ichki psixologik resurslari va shaxsiy rivojlanganlik darajasini anglatadi. Uning asosiy ko‘rsatkichlari o‘zini anglash, ijobiy “Men-konsepsiya”, avtonomiya, shaxsiy o‘sish va konstruktiv munosabatlardan tashkil topadi. Bu ko‘rsatkichlar M. Yahodaning ijobiy psixik salomatlik mezonlariga mos keladi [8]. Psixologik barqarorlik psixik kasallikning yo‘qligi bilan cheklanmaydi, unda insonning o‘z imkoniyatlarini to‘liq namoyon qila olishi muhim. Psychological well-being (psixologik farovonlik) atamasi K. Riff nazariyasida keng qo‘llaniladi. Riff modeliga ko‘ra psixologik farovonlik olti tarkibiy qismdan iborat: o‘zini qabul qilish (self-acceptance), boshqalar bilan ijobiy munosabatlar (positive relations with others), avtonomiya (autonomy), muhitni boshqarish (environmental mastery), hayot maqsadiga ega bo‘lish (purpose in life) va shaxsiy o‘sish (personal growth) [11; 12]. Bunda insonning o‘ziga beradigan asosiy savoli “Men hayotimdan qay darajada mamnunman va o‘z imkoniyatlarimni amalga oshiryapmanmi?” mazmunida bo‘ladi.

Spiritual well-being (ma’naviy farovonlik) insonning hayot mazmuni va qadriyatlari bilan bog‘liq holatini ifodalaydi. Uning tarkibiga hayot ma’nosini his qilish, vijdon va axloqiy qadriyatlar, ma’naviy qoniqish, e’tiqod va ishonch, o‘zidan yuksak maqsadlarga intilish kiradi. Bu tushuncha diniylik bilan bog‘liq bo‘lishi mumkin, ammo unga teng emas: Ellison shkalasida ekzistensial farovonlik diniy farovonlikdan alohida o‘lchanadi, ya’ni dindor bo‘lmagan inson ham yuqori ma’naviy farovonlikka ega bo‘lishi mumkin.

2. Atamalarning qiyosiy tahlili. To‘rt atamaning asosiy jihatlar bo‘yicha qiyosiy tahlili 2-jadvalda keltirilgan.

2-jadval. Salomatlikka oid atamalarning qiyosiy tahlili

Jihat	Mental health (psixik salomatlik)	Psychological health (psixologik barqarorlik)	Psychological well-being (psixologik farovonlik)	Spiritual well-being (ma'naviy farovonlik)
Asosiy savol	Psixik faoliyat sog'lommi?	Shaxs psixologik jihatdan barqarormi?	Inson hayotidan qoniqadimi?	Hayot ma'nosini topganmi?
Asosiy urg'u	Psixik funksiyalar	Shaxsiy resurslar	Hayot sifati va qoniqish	Qadriyat va ma'no
Patologiya bilan bog'liqligi	Yuqori	O'rtacha	Past	Juda past
Shaxsiy o'sishga e'tibor	O'rtacha	Yuqori	Juda yuqori	Yuqori
Qadriyatlar va mazmun	Qisman	Qisman	Qisman	Asosiy o'rinda
Asosiy nazariy manba	JSST [2]; Galderisi [5]; Yaspers	Yahoda [8]; Slobodchikov, Isayev	Riff [11]; Rayan, Desi	Ellison; Frankl

Ierarxik model. Mazkur tushunchalarni mental health → psychological health → psychological well-being → spiritual well-being ketma-ketligida tasavvur qilish mumkin. Biroq ikki kontinuum modeli ularni qat'iy bosqichlar emas, balki o'zaro bog'liq, ammo mustaqil o'lchamlar sifatida talqin qilish zarurligini ko'rsatadi.

3. O'zbek tilida "psixik", "psixologik" va "ruhiy" salomatlik atamalari. Psixik salomatlik — psixik jarayonlarning me'yoriy faoliyati, voqelikni adekvat idrok etish, hissiyotlarni boshqarish va ijtimoiy moslashuv qobiliyatini anglatadi. Ushbu tushuncha asosan psixiatriya va klinik psixologiyada qo'llaniladi.

Psixologik salomatlik — shaxsning ichki uyg'unligi, emotsional barqarorligi va o'z imkoniyatlarini ro'yobga chiqarishi bilan bog'liq tushuncha. A. Maslou va K. Rodjers uni shaxsiy rivojlanish, o'zini anglash va ichki uyg'unlik bilan izohlaganlar [9; 10].

Ruhiy (ma'naviy) salomatlik — insonning hayot mazmunini anglashi, qadriyatlari, ichki xotirjamligi va ma'naviy barqarorligini qamrab oladi. Biroq o'zbek tilida "ruhiy" atamasi psixik kasalliklar ma'nosida ham ishlatiladi. Bu holat qonunchilikda ham aks etgan. Shu sababli spiritual well-being tushunchasini ifodalashda "ma'naviy farovonlik" atamasidan foydalanish mazmuniy aniqlikni ta'minlaydi.

Ushbu tushunchalar o'zaro bog'liq bo'lsa-da, aynan bir ma'noni anglatmaydi. Psixik salomatlik psixik faoliyatning me'yoriyligini, psixologik farovonlik shaxsning ichki va hissiy holatini, ma'naviy farovonlik esa hayot mazmuni va qadriyatlar bilan bog'liq holatlarni ifodalaydi. Ikki kontinuum modeli ham psixik buzilishning yo'qligi avtomatik ravishda psixologik farovonlikni anglatmasligini ko'rsatadi.

4. “Psixik kasallik”, “psixologik muammo” va “ma’naviy inqiroz” kategoriyalarining nisbati. Mazkur kategoriyalarni farqlash ilmiy va amaliy faoliyatda muhim ahamiyatga ega.

Psixik kasallik (buzilish) — tafakkur, hissiyotlarni boshqarish yoki xulq-atvorda klinik jihatdan ahamiyatli o‘zgarishlar bilan tavsiflanadigan holat. Bunday buzilishlar ICD-11 va DSM-5-TR mezonlari asosida aniqlanadi hamda tegishli mutaxassis yordamini talab qilishi mumkin.

Psixologik muammo — insonning hayotiy vaziyatlar, shaxslararo munosabatlar yoki o‘ziga munosabati bilan bog‘liq psixologik noqulaylik holati. U har doim ham kasallikni anglatmaydi. O‘zbekiston qonunchiligida ham ushbu tushuncha alohida kategoriya sifatida belgilangan. Bunday holatlarda psixologik maslahat va tegishli yordam muhim ahamiyatga ega. Ma’naviy (ekzistensial) inqiroz — insonning hayot mazmuni, e’tiqodi va qadriyatlari bilan bog‘liq ichki ziddiyatlar holati. Uni psixik kasallik bilan tenglashtirish to‘g‘ri emas; mazkur tushuncha insonning ma’no izlash jarayoni bilan bog‘liq.

Xulosa qilib aytganda, “psixik kasallik”, “psixologik muammo” va “ma’naviy inqiroz” atamalarini farqlash tadqiqot mazmunini aniq ifodalashga yordam beradi. Shu bois ilmiy ishlarda klinik holatlar uchun “psixik buzilish”, hissiy va shaxsiy qiyinchiliklar uchun “psixologik muammo”, hayot mazmuni va qadriyatlarga oid holatlar uchun esa “ma’naviy inqiroz” atamalarini qo‘llash maqsadga muvofiq.

3-jadval. “Psixik kasallik”, “psixologik muammo” va “ma’naviy inqiroz” atamalarining farqlari

Atama	Mazmuni	Qo‘llanish sohasi	Me’yoriy-ilmiy asosi
Psixik kasallik (buzilish)	Psixika va uning jarayonlaridagi klinik ahamiyatli buzilish	Psixiatriya, klinik psixologiya	ICD-11 [23]; DSM-5-TR [22]; O‘RQ-690 [26]
Psixologik muammo	Shaxsning hissiy va xulqiy xususiyatlariga taalluqli, patologiyaga xos bo‘lmagan qiyinchilik	Psixologiya, psixoterapiya	O‘RQ-989 [27]
Ma’naviy (ekzistensial) inqiroz	Qadriyatlar inqirozi va hayot ma’nosining yo‘qotilishi	Falsafa, ma’naviyat, ijtimoiy soha	Frankl [20]; Ellison [18]

5. Mutaxassislar vazifalarining taqsimlanishi

Psixik, psixologik va ma’naviy salomatlik masalalari ko‘p qirrali va murakkab tizim hisoblanadi. Shuning uchun ular bilan turli sohalar mutaxassislari kompleks tarzda shug‘ullanishi zarur. Bu yondashuv biopsixoijtimoiy-ma’naviy modelga asoslanadi [6; 7]. Mutaxassislarning vazifalari 4-jadvalda ko‘rsatilgan.

4-jadval. Salomatlikning turli jihatlari bo‘yicha mutaxassislar vazifalarining taqsimlanishi

Yo‘nalish	Asosiy mutaxassis	Asosiy vazifa
Psixik salomatlik	Psixiatr, klinik psixolog	Tashxis qo‘yish, tibbiy davolash va tibbiy-ijtimoiy reabilitatsiya
Psixologik farovonlik	Psixolog, psixoterapevt	Maslahat, psixokorreksiya, psixoterapiya, inqirozli vaziyatlarda psixologik yordam
Ma’naviy salomatlik	Ijtimoiy xodim, ma’naviyat-ma’rifat sohasi xodimi	Ijtimoiy muhit va turmush sharoitlari bilan bog‘liq muammolarni hal qilishga ko‘maklashish, qo‘llab-quvvatlash va resurslarga yo‘naltirish; moslashuv, muloqot va ta’limdagi qiyinchiliklarni yengishga yordam berish; qadriyatlar, axloqiy qarashlar va ma’naviy kamolotni rivojlantirish; ma’rifiy va tarbiyaviy tadbirlarni tashkil etish

6. O‘zbek tilidagi tadqiqotlar uchun atamalarning konseptual modeli. Tahlil natijalari asosida o‘zbek tilidagi salomatlik psixologiyasi tadqiqotlari uchun atamalarning konseptual modeli ishlab chiqildi (5-jadval).

5-jadval. O‘zbek tilidagi tadqiqotlar uchun tavsiya etilayotgan atamalar modeli

Xalqaro atama	Tavsiya etiladigan o‘zbekcha atama	Qo‘llashda tavsiya etilmaydigan muqobil	Asosiy mazmuni
Mental health	Psixik salomatlik	Ruhiy salomatlik (ilmiy matnda izohsiz)	Psixik funksiyalarning me’yoriy ishlashi
Mental disorder / illness	Psixik buzilish (kasallik)	Psixologik kasallik	ICD-11 / DSM-5-TR mezonlari bo‘yicha tashxis qilinadigan holat
Psychological well-being	Psixologik farovonlik	Psixologik salomatlik (operatsional ta’rifsiz)	Shaxsning evdemonik va gedonik farovonligi
Psychological health	Psixologik barqarorlik	Psixik salomatlik	Shaxsning yaxlit psixologik resurslari
Spiritual well-being	Ma’naviy farovonlik (ma’naviy salomatlik)	Ruhiy salomatlik	Hayot ma’nosi, qadriyatlar va ekzistensial barqarorlik
Psychological problem	Psixologik muammo	Psixologik kasallik	Patologiyaga xos bo‘lmagan psixologik noqulaylik
Existential / spiritual crisis	Ma’naviy (ekzistensial) inqiroz	Ruhiy kasallik	Qadriyatlar va hayot ma’nosi inqirozi

Muhokama. Olingan natijalar “psixik salomatlik” atamasining klinik mazmunini tasdiqlaydi. Psixik buzilishlar mavjudligi sababli ushbu soha psixiatriya va klinik psixologiya doirasida o‘rganiladi. “Psixologik kasallik” esa mustaqil klinik

kategoriya hisoblanmaydi. Psixologik farovonlikning pasayishi, emotsional beqarorlik va kasbiy so‘nish kabi holatlar har doim ham patologiyani anglatmaydi. Bu yondashuv DSM-5-TR va ICD-11 tasniflariga mos keladi. Shu bois “psixologik salomatlik” o‘rniga, mazmunga qarab, “psixologik farovonlik” yoki “psixologik barqarorlik” atamalarini qo‘llash maqsadga muvofiq. Agar “psixologik salomatlik” atamasi ishlatilsa, uning ta’rifi va baholash mezonlari, jumladan, Riff shkalalari aniq ko‘rsatilishi lozim.

Bu xulosa rus psixologiyasidagi “psixologik salomatlik” an’anasini inkor etmaydi, chunki unda ham tushuncha shaxsning yaxlit rivojlanishini ifodalaydi [25; 34]. Biroq o‘zbek tilida “salomatlik” so‘zi kasallikning yo‘qligi bilan bog‘lanishi sababli terminologik izoh zarur.

“Ruhiy” va “psixik” atamalari o‘zbek tilidagi tibbiy-huquqiy matnlarda ko‘pincha sinonim sifatida ishlatiladi. Shu bilan birga, “ruhiy” tushunchasi ekzistensial muammolar va qadriyatlar bilan ham bog‘lanadi. Shu sababli *spiritual well-being* ma’nosida “ma’naviy farovonlik” yoki “ma’naviy salomatlik” atamalarini qo‘llash ma’qul. Bu yondashuv V. Franklning noetik o‘lcham konsepsiyasi [20] va Ellison shkalasidagi ekzistensial farovonlik komponenti bilan asoslanadi. Taklif etilgan ierarxik model psixik salomatlik, psixologik farovonlik va ma’naviy farovonlik o‘rtasidagi munosabatlarni ifodalaydi. Biroq ikki kontinuum modeliga ko‘ra, bu holatlar o‘zaro bog‘liq bo‘lsa-da, biri ikkinchisini avtomatik ravishda ta’minlamaydi. Shu bois ierarxiyani qat’iy darajalar tizimi emas, balki konseptual sxema sifatida talqin qilish, empirik tadqiqotlarda esa har bir ko‘rsatkichni alohida baholash lozim.

Xulosa va takliflar.

O‘tkazilgan tahlil quyidagi xulosalarga kelish imkonini berdi:

1. “Mental health”, “psychological health”, “psychological well-being” va “spiritual well-being” tushunchalari o‘zaro bog‘liq bo‘lsa-da, turli nazariy an’analar (klinik, gumanistik, pozitiv psixologiya, ekzistensial yondashuv) doirasida shakllangan mustaqil kategoriyalardir; ularni bir-birining o‘rnida qo‘llash tadqiqot natijalarining taqqoslanuvchanligini pasaytiradi.

2. Psixik salomatlik psixika funksiyalarining me’yoriy ishlashini anglatadi va psixiatrlar hamda klinik psixologlarning tadqiqot sohasi hisoblanadi; psixik kasalliklar tibbiy aralashuvni talab qiladi.

3. Fanda “psixologik kasallik” degan klinik kategoriya mavjud emasligi sababli “psixologik salomatlik” o‘rniga “psixologik farovonlik” va “psixologik barqarorlik” atamalarini qo‘llash maqsadga muvofiq; bu soha psixologlar va psixoterapevtlarning faoliyat yo‘nalishi hisoblanadi. “Psixologik muammo” atamasi O‘RQ-989-son Qonunda huquqiy maqomga ega bo‘lib, patologiyaga xos bo‘lmagan holatlarni ifodalaydi.

4. O‘zbek tilida “psixik” va “ruhiy” atamalari o‘rtasidagi sinonimiyani hisobga olib, spiritual well-being ma’nosida “ruhiy salomatlik” o‘rniga “ma’naviy salomatlik” (ma’naviy farovonlik) atamasini qo‘llash tavsiya etiladi; bu yo‘nalish

bilan faylasuflar, ma'naviyat sohasi vakillari va ijtimoiy xodimlar shug'ullanishi maqsadga muvofiq.

Amaliy **takliflar**: tadqiqotchilar ilmiy ishda atamani birinchi marta qo'llaganda uning xalqaro muqobilini qavs ichida ko'rsatishi (masalan, "psixologik farovonlik (psychological well-being)") va operatsional ta'rifini berishi; o'lchash vositasini tanlashda atama mazmuniga mos metodikadan foydalanishi lozim. Shuningdek, O'zbekiston psixologlari ilmiy hamjamiyati tomonidan salomatlik psixologiyasi atamalarining izohli lug'atini ishlab chiqish va OAK ekspert kengashlarida dissertatsiyalardagi atamalar qo'llanilishiga yagona talablar belgilash maqsadga muvofiq.

Foydalanilgan adabiyotlar:

1. World Health Organization. Constitution of the World Health Organization. – New York: WHO, 1946. – 18 p.
2. World Health Organization. World mental health report: transforming mental health for all. – Geneva: WHO, 2022. – 296 p.
3. GBD 2019 Mental Disorders Collaborators. Global, regional, and national burden of 12 mental disorders in 204 countries and territories, 1990–2019: a systematic analysis for the Global Burden of Disease Study 2019 // The Lancet Psychiatry. – 2022. – Vol. 9, № 2. – P. 137–150. DOI: 10.1016/S2215-0366(21)00395-3
4. COVID-19 Mental Disorders Collaborators. Global prevalence and burden of depressive and anxiety disorders in 204 countries and territories in 2020 due to the COVID-19 pandemic // The Lancet. – 2021. – Vol. 398, № 10312. – P. 1700–1712. DOI: 10.1016/S0140-6736(21)02143-7
5. Galderisi S., Heinz A., Kastrup M., Beezhold J., Sartorius N. Toward a new definition of mental health // World Psychiatry. – 2015. – Vol. 14, № 2. – P. 231–233. DOI: 10.1002/wps.20231
6. Engel G.L. The need for a new medical model: a challenge for biomedicine // Science. – 1977. – Vol. 196, № 4286. – P. 129–136. DOI: 10.1126/science.847460
7. Sulmasy D.P. A biopsychosocial-spiritual model for the care of patients at the end of life // The Gerontologist. – 2002. – Vol. 42, Suppl. 3. – P. 24–33. DOI: 10.1093/geront/42.suppl_3.24
8. Jahoda M. Current concepts of positive mental health. – New York: Basic Books, 1958. – 136 p.
9. Maslow A.H. Motivation and personality. – New York: Harper & Row, 1954. – 411 p.
10. Rogers C.R. On becoming a person: a therapist's view of psychotherapy. – Boston: Houghton Mifflin, 1961. – 420 p.
11. Ryff C.D. Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of psychological well-being // Journal of Personality and Social Psychology. – 1989. – Vol. 57, № 6. – P. 1069–1081. DOI: 10.1037/0022-3514.57.6.1069

FAN VA TA'LIM YANGILIKLARI
JURNALI

2026-yil
9(2)-son

Muassis - "FAN VA INNOVATSIYA YANGILIKLARI" MCHJ
Jurnal hamkori - «PROFI UNIVERSITY»

Jurnal O'zbekiston Respublikasi Prezidenti Administratsiyasi huzuridagi axborot va ommaviy kommunikatsiyalar agentligi tomonidan 2024-yil 24-may kuni № 454068-sonli guvohnoma bilan ro'yxatga olingan.

Jurnal 2024-yilda tashkil etilgan, 1 oyda bir marta o'zbek, tojik, qozoq, qirg'iz, qoraqalpoq, rus va ingliz tillarida nashr etiladi.

Tahririyat manzili: 190110, Toshkent shahri Uchtepa tumani, Bog'iston MFY, 14-mavze, 8-uy.

Telefonlar: +998 90 749 00 00
+998 90 749 77 77
+998 91 902 05 01
E-mail: saen_2024@mail.ru
Jurnal sayti: www.saen.uz
Telegram kanali: **https://t.me/saen_2024**

Maqolada keltirilgan fakt va ma'lumotlarning to'g'riligi uchun mualliflar mas'uldirlar.

"Fan va ta'lim yangiliklari" ilmiy-amaliy jurnali Oliy attestatsiya komissiyasi Rayosatining qarori (25.08.2025 y., №374/5) bilan pedagogika va psixologiya fanlari bo'yicha falsafa doktori (PhD) va fan doktori (DSc) ilmiy darajasiga talabgorlarning dissertatsiyalari asosiy ilmiy natijalarini chop etish tavsiya etilgan milliy ilmiy nashrlar ro'yxatiga kiritilgan.

ISSN: 3093-8694