



**Z-AVLOD BILAN ISHLAIII: ZAMONAVIY O'QUVCHILAR  
PSIXOLOGIYASI VA TARBIYA METODLARI**



***O'ktamova Nasibaxon Najimitdinxon qizi***

*Nizomiy nomidagi O'zbekiston Milliy pedagogika universiteti*

*Pedagogika fakulteti magistranti*

**e-mail:** [uktamovanasiba2@gmail.com](mailto:uktamovanasiba2@gmail.com)

**Tel:** +998977581208

**ORCID:** 0009-0006-1427-4821

**ANNOTATSIYA:** Ushbu maqola Z-avlod (1997-2012-yillarda tug'ilganlar)ning psixologik xususiyatlari va ular bilan ishlashning samarali usullariga bag'ishlangan. Unda Z-avlodning texnologiyaga moslashuvchanligi, ko'p vazifaliligi, individual yondashuvga moyilligi kabi asosiy jihatlari tahlil qilinadi. Maqolada raqamli ta'lim vositalari, o'yinlashtirish, mikroo'rganish kabi innovatsion metodlar taklif etiladi. O'qituvchilar, ota-onalar va menejerlar uchun amaliy qo'llanma.

**Kalit so'zlar:** z-avlod, raqamli avlod, interaktiv ta'lim, gamifikatsiya, mikroo'rganish, shaxsiylashtirilgan ta'lim, SEL, VR/AR, mental salomatlik.

**ANNOTATION:** This article focuses on the psychological characteristics of Generation Z (born between 1997-2012) and effective methods of working with them. It analyzes the key aspects of Generation Z, such as their adaptability to technology, multitasking abilities, and inclination towards individualized approaches. The article proposes innovative methods including digital learning



tools, gamification, and microlearning. It serves as a practical guide for teachers, parents, and managers.

**Keywords:** Generation Z, digital generation, interactive learning, gamification, microlearning, personalized learning, SEL, VR/AR, mental health.

**АННОТАЦИЯ:** Данная статья посвящена психологическим особенностям поколения Z (родившихся в 1997-2012 гг.) и эффективным методам работы с ними. В ней анализируются такие ключевые характеристики поколения Z, как технологическая адаптивность, многозадачность, склонность к индивидуальному подходу. В статье предлагаются инновационные методы, включая цифровые образовательные инструменты, геймификацию и микрообучение. Это практическое руководство для преподавателей, родителей и менеджеров.

**Ключевые слова:** поколение Z, цифровое поколение, интерактивное обучение, геймификация, микрообучение, персонализированное образование, SEL, VR/AR, психическое здоровье.

Zamonaviy texnologiyalar, globalizatsiya va ijtimoiy o'zgarishlar ta'sirida bolalar va o'smirlarning psixologiyasi, qiziqishlari va tarbiyaviy ehtiyojlari sezilarli darajada o'zgargan. Bugungi zamonaviy o'quvchilar – Z-avlod (1997-2012 yillarda tug'ilganlar) va Alfa-avlod (2013-yildan keyin tug'ilganlar) – avvalgi avlodlardan keskin farq qiladi. Ular raqamli dunyoda o'sgan, tez o'zgaruvchan muhitda yashaydigan va an'anaviy tarbiya usullariga boshqacha munosabatda bo'lgan avloddir.

Ushbu maqolada Z-avlod o'quvchilarining psixologik xususiyatlari, ular bilan ishlashning samarali metodlari va zamonaviy ta'lim-tarbiya jarayonida qo'llash mumkin bo'lgan innovatsion yondashuvlar haqida so'z yuritamiz.

Z-avlod (1997–2012-yillarda tug'ilganlar), shuningdek, "Zoomers" nomi bilan ham tanilgan, texnologik taraqqiyot, globalizatsiya va ijtimoiy o'zgarishlar ta'sirida shakllangan birincha to'liq raqamli avlod hisoblanadi.



Z-avlod a'zolari internet, smartfonlar va ijtimoiy tarmoqlar rivojlangan davrda o'sgan. Ularning hayotiy faoliyati texnologiyasiz tasavvur qilib bo'lmaydi:

Harakatning tezligi: Ma'lumotlarni tez qabul qilish va qayta ishlashga moslashgan.

Ko'p manbalardan o'rganish: Bir vaqtning o'zida YouTube, Telegram, Instagram va boshqa platformalardan bilim olish.

Virtual munosabatlar: Do'stlik va aloqalarni asosan internet orqali saqlash.

Z-avlod bir nechta ishlarni parallel ravishda bajarishga qodir, masalan:

Musiqaning tinglash bilan bir vaqtda uy vazifasini qilish,

Video dars ko'rib chatda suhbatlashish.

Muammo: Chuqur fokuslanish vaqt qisqargan, diqqatni uzoq vaqt saqlash qiyin.

Z-avlod (Zoomers) – texnologiya, tezkor o'zgarishlar va global miqyosdagi qadriyatlar ta'sirida shakllangan avlod. Ularga ta'lim, tarbiya yoki biznes sohasida muvaffaqiyatli murojaat qilish uchun quyidagi usullarni qo'llash samarali bo'ladi:

## **1. Texnologiyalarni keng qo'llash.**

Z-avlod raqamli asrda o'sgani uchun an'anaviy usullar unchalik samara bermaydi.

Interaktiv platformalar: Kahoot!, Mentimeter, Quizizz kabi ilovalar orqali testlar va o'yinlar tashkil etish.

Virtual reallik (VR/AR): Tarix, biologiya kabi fanlarni immersive tarzda o'rgatish.

Video kontent: YouTube, TikTok formatidagi qisqa, ammo mazmunli darsliklar.

Chatbotlar va AI: ChatGPT yoki Gemini kabi sun'iy intellekt vositalaridan bilim olish jarayonini yengillashtirishda foydalanish.

## **2. O'quv jarayonini shaxsiylashtirish.**

Z-avlod standart yondashuvlardan ko'ra individual talabga moslashtirilgan ta'limni afzal ko'radi.



Shaxsiy o'quv rejalari: Har bir o'quvchining qobiliyati va qiziqishlariga mos dasturlar ishlab chiqish.

Gamifikatsiya: Ballar, darajalar, mukofotlar tizimi orqali motivatsiyani oshirish (masalan, Duolingo modeli).

Tanlov erkinligi: Dars mavzularini o'zlashtirishda turli formatlarni taklif qilish (video, podcast, loyiha).

### **3. Qisqa va samarali dars tuzilmalari.**

Z-avlodning diqqatini saqlash muddati qisqa (8-12 soniya), shuning uchun:

Mikro-o'rganish (Microlearning): 5-10 daqiqalik modulli darslar.

Tezkor natijalar: Har bir darsda aniq va amaliy bilimlar berish.

Aktiv o'rganish usullari: Sokrat usuli, muammoli ta'lim (PBL), diskussiyalar.

### **4. Ijtimoiy va emotsional ta'lim (SEL).**

Z-avlod ijtimoiy jihatdan faol, lekin ba'zan munosabatlar va stress bilan bog'liq qiyinchiliklar yuzaga keladi.

Jamoa loyihalari: Guruh ishlari orqali kommunikatsiya qobiliyatini oshirish.

Emotsional intellekt treninglari: Stressni boshqarish, empatiya va munosabatlar bo'yicha mashqlar.

Ochiq muhokamalar: Mental salomatlik, ijtimoiy adolat kabi mavzularda dialog ochish.

### **5. Real dunyo va ta'limni bog'lash.**

Z-avlod nazariyadan ko'ra amaliy bilimlarni afzal ko'radi.

Loyihalar asosida o'rganish: Startup g'oyalari, ijodiy ishlar, ijodiy laboratoriyalar.

Karyera yo'nalishlari: Darslarni kelajakdagi kasblar bilan bog'lab o'tish (masalan, sun'iy intellekt, dizayn, media).

Tajriba almashish: Professionallar bilan webinar va master-klasslar tashkil etish.

### **6. Ota-onalar va o'qituvchilar hamkorligi.**



Doimiy feedback: O'quvchi, ota-ona va o'qituvchi o'rtasida muntazam aloqa.

Rag'batlantirish: Kichik muvaffaqiyatlarni e'tirof etish va ijobiy motivatsiya.

Ochiq munosabat: Avtoritar usuldan ko'ra hamkorlik va hurmatga asoslangan muloqot.

Z-avlod bilan ishlashda muhim jihat – ularning psixologiyasini tushunish va moslashuvchan bo'lish. Ta'limda interaktivlik, biznesda shaffoflik, oilada ochiq kommunikatsiya – bularning barchasi Z-avlodning ishonchini qozonish va ularning salohiyatini to'liq ochish uchun asosiy shartlardir. Agar siz ularga "eski usul"da murojaat qilsangiz, natija bermaydi. Buning o'rniga ularning qadriyatlariga mos keladigan yangicha yondashuvlarni qo'llashingiz kerak.

### **Asosiy tavsiyalar:**

#### **1. Texnologiyani qo'llang – lekin maqsadga muvofiq**

Interaktiv platformalar, qisqa video darslar, VR/AR texnologiyalaridan foydalaning.

Sun'iy intellekt vositalarini (AI) o'rganish jarayoniga integratsiya qiling.

#### **2. Individual yondashuvni rivojlantiring**

Har bir o'quvchi yoki ishtirokchining shaxsiy qiziqishlarini hisobga olgan holda shaxsiylashtirilgan dasturlar yarating.

Gamifikatsiya (o'yinlashtirish) va mukofot tizimlarini joriy eting.

#### **3. Qisqa, ammo mazmunli tarkib yetkazing**

Diqqatni qisqa muddatda ushlab turish uchun mikro-o'rganish (microlearning) usullarini qo'llang.

Nazariyadan ko'ra amaliy bilimlarga urg'u bering.

#### **4. Ijtimoiy va emotsional ta'limga e'tibor qarating**

Jamoa ishlari, munozaralar va loyihalar orqali kommunikatsiya qobiliyatini oshiring.

Mental salomatlik masalalarini ochiq muhokama qiling.

#### **5. Ota-onalar va o'qituvchilar hamkorligini mustahkamlang**



Doimiy feedback va ochiq muloqotni yo'lga qo'yning.

Ijobiy motivatsiya va rag'batlantirishni asosiy vosita sifatida qo'llang.

## **6. Real hayot bilan bog'liq bo'lgan o'rganishni ta'minlang**

Loyihalar, stajirovkalar va professional treninglar tashkil eting.

Zamonaviy kasblar va global muammolar haqida bilim berishga harakat qiling.

Z-avlod bilan ishlashda muvaffaqiyatning kaliti – ularning dunyoqarashiga mos keladigan moslashuvchan, innovatsion va hurmatga asoslangan yondashuvdir. Agar siz ularning ehtiyojlarini to'g'ri tushunsangiz va ularga nisbatan samimiy qarashingiz, ular bilan samarali aloqa qurish va ularning salohiyatini to'liq ochish mumkin.

### **FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR:**

1. Prensky, M. (2001). Digital Natives, Digital Immigrants. MCB University Press.
2. Twenge, J. M. (2017). iGen: Why Today's Super-Connected Kids Are Growing Up Less Rebellious, More Tolerant, Less Happy – and Completely Unprepared for Adulthood. Atria Books.
3. Howe, N., & Strauss, W. (2000). Millennials Rising: The Next Great Generation. Vintage.
4. Tapscott, D. (2009). Grown Up Digital: How the Net Generation is Changing Your World. McGraw-Hill.
5. UNESCO. (2022). Global Education Monitoring Report: Technology in Education. UNESCO Publishing.
6. Deloitte Insights. (2023). Understanding Generation Z in the Workplace. Deloitte Development LLC.
7. Rideout, V., & Robb, M. B. (2019). The Common Sense Census: Media Use by Tweens and Teens. Common Sense Media.
8. Anderson, M., & Jiang, J. (2018). Teens, Social Media & Technology. Pew Research Center.



9. Goleman, D. (1995). Emotional Intelligence: Why It Can Matter More Than IQ. Bantam Books.
10. McGonigal, J. (2011). Reality Is Broken: Why Games Make Us Better and How They Can Change the World. Penguin Press.