

**MUHANDISLIK YO'NALISHIDA O'QIYOTGAN TALABALARDA
KASBIY MOSLASHUVGA TO'SQINLIK QILUVCHI PSIXOLOGIK
TO'SIQLAR VA ULARNI BARTARAF ETISH STRATEGIYALARI**

Mamatqulov Akbarjon Raim o'g'li

Buxoro davlat universiteti tadqiqotchisi

Annotatsiya. *Ushbu maqolada muhandislik yo'nalishida ta'lim olayotgan talabalar duch keladigan kasbiy moslashuv jarayoniga to'sqinlik qiluvchi psixologik to'siqlar tahlil qilinadi. Xususan, motivatsion pasayish, o'ziga ishonchsizlik, stressga chidamlilikning pastligi, kommunikativ qiyinchiliklar va kasbiy identifikatsiya muammolari kabi omillar o'rganiladi. Shuningdek, ushbu to'siqlarni bartaraf etishning samarali psixologik strategiyalari — kognitiv-behavioral yondashuv, ko'nikmalarni rivojlantirish treninglari, psixologik qo'llab-quvvatlash tizimlari va motivatsion intervensiyalar haqida amaliy takliflar beriladi. Tadqiqot natijalari muhandislik talabalari uchun psixologik barqarorlikni mustahkamlash hamda kasbiy integratsiyani samarali yo'lga qo'yishda yordam beradi.*

Kalit so'zlar. *Kasbiy moslashuv, psixologik to'siqlar, muhandislik talabalari, stress, motivatsiya, kasbiy identifikatsiya, psixologik strategiyalar.*

Abstract. *This article analyzes the psychological barriers that hinder the professional adaptation of students studying in engineering fields. Key factors such as decreased motivation, low self-confidence, poor stress tolerance, communication difficulties, and problems related to professional identity are examined. In addition, effective psychological strategies for overcoming these barriers — including cognitive-behavioral approaches, skill-development trainings, psychological support systems, and motivational interventions — are proposed. The findings contribute to enhancing psychological resilience and facilitating successful professional integration among engineering students.*

Key words: Professional adaptation, psychological barriers, engineering students, stress, motivation, professional identity, psychological strategies.

Аннотация. В данной статье анализируются психологические барьеры, препятствующие профессиональной адаптации студентов инженерных направлений. Рассматриваются такие факторы, как снижение мотивации, неуверенность в себе, низкая стрессоустойчивость, коммуникативные трудности и проблемы профессиональной идентификации. Также предлагаются эффективные психологические стратегии преодоления данных препятствий — когнитивно-поведенческий подход, тренинги развития навыков, системы психологической поддержки и мотивационные интервенции. Результаты исследования помогают укрепить психологическую устойчивость и обеспечить успешную профессиональную интеграцию студентов инженерных специальностей.

Ключевые слова: Профессиональная адаптация, психологические барьеры, студенты-инженеры, стресс, мотивация, профессиональная идентификация, психологические стратегии.

Kirish. Zamonaviy texnologiyalar jadal rivojlanayotgan sharoitda muhandislik sohasiga bo'lgan ehtiyoj tobora ortib bormoqda. Muhandislik yo'nalishida tahsil olayotgan talabalar nafaqat nazariy bilimlarni puxta egallashlari, balki amaliy faoliyat jarayoniga moslasha olishlari, professional talablar va mehnat bozoridagi o'zgarishlarga mos ravishda rivoqlanishlari zarur. Biroq kasbiy moslashuv jarayoni bir qator psixologik omillarga tayanadi va ayrim hollarda turli to'siqlar bilan murakkablashadi. Talabalarning kasbiy moslashuvi – bu shaxsning tanlagan kasbiy faoliyatiga psixologik, ijtimoiy va amaliy jihatdan tayyorlanish jarayoni bo'lib, talabaning motivatsiyasi, shaxsiy resurslari, ijtimoiy kompetensiyalari va emosional barqarorligi bilan chambarchas bog'liq. Mazkur jarayonning muvaffaqiyatli amalga oshishi bo'lajak mutaxassisning professional yetuklik darajasini belgilaydi.

Muhandislik yo'nalishidagi talabalarda kuzatiladigan psixologik to'siqlar

ko'pincha o'ziga xos murakkablikka ega bo'ladi. Chunki bu sohada ta'lim jarayoni yuqori darajadagi analitik fikrlash, muammolarni hal etishda kreativ yondashuv, texnik loyihalash ko'nikmalari va aniq fanlarni chuqur o'zlashtirishni talab qiladi. Natijada, ayrim talabalar o'z-o'zidan kelib chiqadigan psixologik bosim, yuqori akademik talablar, vaqtni to'g'ri boshqarishdagi qiyinchiliklar, stress holati, shuningdek, o'ziga bo'lgan ishonchsizlik kabi muammolarga duch keladi. Bu esa ularda kasbiy moslashuvning sekinlashishi yoki izdan chiqishiga olib kelishi mumkin.

Shuningdek, psixologik to'siqlar talabaning shaxsiy xususiyatlari, ilgari shakllangan bilim va ko'nikmalari, oilaviy yoki ijtimoiy qo'llab-quvvatlash darajasi, shuningdek, o'quv muhitining psixologik iqlimi bilan uzviy bog'liq. Muhandislik ta'limi jarayonida talabalar ko'pincha murakkab laboratoriya ishlarini bajarish, texnik loyihalarni yaratish, jamoada ishlash, turli texnologik muammolarni tahlil qilish kabi vazifalar bilan yuzlashadi. Bu jarayonlarda kommunikativ muammolar, o'z fikrini aniq bayon qila olmaslik, jamoada moslashishdagi qiyinchiliklar va o'zini baholashdagi nomutanosiblik kabi psixologik muammolar tez-tez kuzatiladi. Bunday to'siqlar talabada darslarga bo'lgan qiziqishning pasayishi, faollikning susayishi va hatto kasbiy tanloviga nisbatan shubhalarning paydo bo'lishiga sabab bo'lishi mumkin.

Yana bir muhim jihat shundaki, zamonaviy mehnat bozori mutaxassisidan nafaqat texnik bilim, balki keng qamrovli psixologik kompetensiyalarni – moslashuvchanlik, stressga bardoshlilik, kreativ fikrlash, muammolarni hal eta olish, jamoada samarali ishlash kabi ko'nikmalarni talab etmoqda. Bu esa muhandislik yo'nalishida o'qiyotgan talabalar uchun kasbiy moslashuvni yanada muhim omilga aylantiradi. Talaba ushbu ko'nikmalarni o'zlashtira olmasa, kelajakdagi faoliyatida professional qiyinchiliklarga duch kelishi ehtimoldan xoli emas.

Shu sababli, muhandislik yo'nalishida tahsil olayotgan talabalar duch keladigan psixologik to'siqlarni aniqlash, ularning kelib chiqish omillarini tahlil qilish va bunday to'siqlarni bartaraf etishning samarali strategiyalarini ishlab

chiqish bugungi kunda muhim ilmiy va amaliy masalalardan biri hisoblanadi. Psixologik xizmatlar, motivatsion intervensiyalar, trening dasturlari, konsalting va murabbiylik kabi yondashuvlar talabalarning kasbiy rivojlanishini qo'llab-quvvatlashda muhim rol o'ynaydi.

Mazkur tadqiqot muhandislik yo'nalishida o'qiyotgan talabalarda kasbiy moslashuvga to'sqinlik qiluvchi psixologik to'siqlarni har tomonlama o'rganish, ularni bartaraf etishning ilmiy asoslangan strategiyalarini taklif qilish va ushbu jarayonning psixologik mexanizmlarini chuqur tahlil qilishga qaratilgan. Ushbu mavzuning dolzarbligi ta'lim tizimida sifatli mutaxassislar tayyorlash, talabalarning psixologik farovonligini ta'minlash hamda kasbiy rivojlanish jarayonini takomillashtirish zaruriyati bilan belgilanadi.

Adabiyotlar tahlili

Muhandislik yo'nalishida tahsil olayotgan talabalarning kasbiy moslashuvi masalasi so'nggi yillarda psixologiya, pedagogika va muhandislik ta'limi bo'yicha olib borilgan tadqiqotlarda alohida e'tibor qaratilayotgan yo'nalishlardan biridir. Adabiyotlarda kasbiy moslashuvning mohiyati, unga ta'sir qiluvchi omillar hamda psixologik to'siqlarni bartaraf etish yo'llari bo'yicha turli ilmiy qarashlar ilgari surilgan. Ushbu bo'limda masalaning ilmiy-nazariy asoslari, xorijiy va mahalliy tadqiqotlar tahlili hamda asosiy yondashuvlar o'rganiladi.

Kasbiy moslashuv nazariyalari va asosiy yondashuvlar

Kasbiy moslashuv tushunchasi ilk bor XX asrning o'rtalarida shaxsning kasbiy hayotga kirish jarayonini psixologik nuqtai nazardan izohlash zaruratidan kelib chiqqan. D. Superning kasbiy rivojlanish nazariyasiga ko'ra, kasbiy moslashuv shaxsning kasbga oid rollarni o'zlashtirishi, kasbiy muhit talablariga moslashishi va o'zini mutaxassis sifatida anglab borishi jarayonidir. Shuningdek, T. Parsons kasbiy moslashuvni shaxs xususiyatlari bilan kasbiy talablar o'rtasidagi muvofiqlik darajasi sifatida talqin etadi. Bu nazariyalar muhandislik talabalari uchun ham dolzarb bo'lib, ularning texnik va psixologik kompetensiyalari o'rtasidagi sifatli uyg'unlik kasbiy muvaffaqiyatning asosiy ko'rsatkichlaridan biri sifatida qaraladi.

XXI asr psixologiyasida kasbiy moslashuvda psixologik barqarorlik, moslashuvchanlik (adaptability), shaxsning intellektual va emosional resurslaridan foydalanish, shuningdek, ijtimoiy kompetensiyaning roli alohida ta'kidlanadi. Mark Savikasinng "Career Construction Theory" yondashuvi talabaning kasbiy moslashuvini uning moslashuvchanlik darajasi, maqsadga yo'naltirilganlik va motivatsion energiyasiga bog'liq deb hisoblaydi.

Muhandislik talabalari uchun kasbiy moslashuvga xos psixologik to'siqlar

Adabiyotlarda muhandislik yo'nalishidagi talabalarda uchraydigan to'siqlar ko'pincha yuqori akademik yuklama va texnik topshiriqlarning murakkabligi bilan bog'liq ekani ta'kidlanadi. R. Felder va B. Silvermanning muhandislik ta'limiga doir ishlari shuni ko'rsatadiki, talabalarda stress bosimi ko'p hollarda texnik fanlarni o'rganishdagi qiyinchiliklar, vaqtni boshqarishdagi sustlik, murakkab loyihalar ustida ishlash jarayonidagi zo'riqish bilan chambarchas bog'liq.

Psixologik to'siqlar sifatida:

o'ziga ishonchsizlik (self-efficacy pastligi) — A. Bandura nazariyasiga ko'ra, bu omil talabaning texnik vazifalarni bajarish qobiliyatiga bo'lgan ishonchini pasaytirishi mumkin;

akademik stress — Lazarus va Folkman stress nazariyasiga asosan, bunday holat talabaning stressga moslashuv strategiyalaridan noto'g'ri foydalanishi bilan kuchayadi;

kommunikativ qiyinchiliklar — muhandislik talabalari orasida texnik tafakkur ustunligi sabab ba'zan jamoada ishlash, fikrni izchil bayon qilish kabi soft-skillslar zaif rivojlangan bo'ladi;

kasbiy identifikatsiya inqirozi — Hollandning kasbiy moslik nazariyasiga ko'ra, talabaning kasbga bo'lgan qiziqishi bilan kasb talablari mos kelmasa, moslashuv jarayoni sekinlashadi.

Mahalliy va xorijiy tadqiqotlar tahlili

Xorijiy adabiyotlarda (Felder, Brent, Sheppard, Wankat, O'Connor) muhandislik talabalari orasida stressning yuqori darajada uchrashiga, texnik fanlarning o'ziga xos murakkabligiga, shuningdek, ilmiy-texnik tafakkurni

rivojlantirishda psixologik qo'llab-quvvatlashning yetishmasligiga e'tibor qaratilgan. Tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, talabaning psixologik moslashuvi ijobiy bo'lsa, uning akademik muvaffaqiyati sezilarli darajada ortadi.

Mahalliy tadqiqotlarda (Jabborov, Yo'ldosheva, Sodiqova, Karimov va boshq.) kasbiy moslashuvning tarbiyaviy, ijtimoiy-psixologik jihatlarini yoritilgan. Bu izlanishlarning ko'pchiligi oliy ta'lim muassasalarida psixologik xizmat faoliyatini kuchaytirish, talabalarda motivatsiyani shakllantirish va kasbiy identifikatsiyani qo'llab-quvvatlash zarurligini ta'kidlaydi.

Psixologik strategiyalar va intervensiyalar bo'yicha yondashuvlar

Tahlillarga ko'ra, kasbiy moslashuvga to'sqinlik qiluvchi psixologik omillarni bartaraf etish bo'yicha eng samarali yondashuvlar quyidagilardan iborat:

Kognitiv-behavioral yondashuv (KBY) — Bandura va Bek konsepsiyalariga tayangan holda, talabalarda irratsional fikrlarni kamaytirish va o'ziga bo'lgan ishonchni oshirishda qo'llanadi.

Soft-skills rivojlantirish treninglari — kommunikatsiya, jamoada ishlash, muammolarni hal qilish ko'nikmalarini oshirish orqali psixologik barqarorlikni kuchaytiradi.

Motivatsion intervensiyalar — Deci va Ryanning o'z-o'zini anglash nazariyasi asosida talabaning ichki motivatsiyasini qo'llab-quvvatlaydi.

Psixologik maslahat va mentorlik — talabaga individual yondashuv asosida amaliy yordam ko'rsatadi.

Stressni boshqarish treninglari — Lazarusning stressni baholash modeli asosida emosional regulyatsiyani kuchaytiradi.

Tadqiqotlar bunday yondashuvlar muhandislik talabalari orasida kasbiy moslashuv darajasini sezilarli oshirishini tasdiqlaydi.

Metodologiya

Ushbu tadqiqot muhandislik yo'nalishida tahsil olayotgan talabalarda kasbiy moslashuv jarayoniga to'sqinlik qiluvchi psixologik to'siqlarni aniqlash, ularning xarakterini o'rganish va samarali bartaraf etish strategiyalarini ishlab chiqishga qaratilgan. Metodologiya bo'limi tadqiqotning ilmiy asoslanganligini ta'minlash

uchun qo'llangan yondashuvlar, tanlangan ishtirokchilar, o'lchov vositalari, tahlil usullari hamda tadqiqotning tashkiliy jarayonlarini o'z ichiga oladi.

Tadqiqot ishtirokchilari

Tadqiqotda O'zbekistonning texnika yo'nalishidagi oliy ta'lim muassasalarida o'qiyotgan 235 nafar 1–4-bosqich talabalari ishtirok etdi. Tanlov tasodifiy-klaster usuli orqali amalga oshirildi. Ishtirokchilarning yoshi 18–23 yosh oralig'ida bo'lib, ularning 58% i o'g'il bolalar, 42% i qizlar tashkil etdi. Turli bosqich talabalari ishtiroki kasbiy moslashuv jarayonining dinamik o'zgarishlarini solishtirish imkonini berdi.

Tadqiqot dizayni va yondashuv

Tadqiqot aralash metodlar yondashuvi (Mixed Methods Approach) asosida olib borildi. Bu yondashuv psixologik to'siqlarni yanada chuqur o'rganish va ularning miqdoriy hamda sifat jihatlarini aniqlash imkonini berdi.

Tadqiqot quyidagi bosqichlarda tashkil etildi:

Diagnostika bosqichi — psixologik to'siqlar darajasini miqdoriy o'lchash.

Sifat bosqichi — talabalarning subyektiv tajribalarini chuqur tahlil qilish.

Tahlil bosqichi — psixometrik ko'rsatkichlar asosida strategiyalarni ishlab chiqish.

Taklif bosqichi — psixologik intervensiyalar paketini ishlab chiqish.

Qo'llangan metodlar va psixodiagnostik vositalar

Kasbiy moslashuvga to'sqinlik qiluvchi omillarni o'lchashda xalqaro miqyosda isbotlangan va validatsiyadan o'tgan testlar qo'llandi:

Metod / Test	O'lchanadigan ko'rsatkich	Mualliflar	Tadqiqotdagi vazifasi
Career Adaptability Scale (CAS)	Kasbiy moslashuvchanlik darajasi	Savikas (2012)	Talabani kasbiy talablar bilan ishlay olish qobiliyatini aniqlash
General Self-Efficacy Scale	O'ziga ishonch darajasi	Schwarzer & Jerusalem	Texnik topshiriqlarda o'zini samarali his etish

			darajasini baholash
Perceived Stress Scale (PSS)	Subyektiv stress darajasi	Cohen (1983)	Stressning kasbiy moslashuvga ta'sirini aniqlash
Academic Motivation Scale	Ichki va tashqi motivatsiya	Deci & Ryan (SDT)	Talabaning kasbiy yo'nalishga bo'lgan motivatsiyasini o'lchash

Ma'lumotlarni yig'ish usullari

Tadqiqotda quyidagi ma'lumot yig'ish usullari qo'llanildi:

1. So'rovnoma usuli

Miqdoriy ma'lumotlar Google Forms orqali to'plandi. Har bir talaba testning to'liq paketini mustaqil to'ldirdi.

2. Fokus-guruh suhbatlari

Har bir guruhdan 10 nafardan talaba tanlab olinib, chuqur suhbat tashkil qilindi. Suhbatda quyidagi savollar o'rta tashlandi:

Kasbiy talablarga moslashishda qaysi psixologik qiyinchiliklar kuzatiladi?

Eng ko'p stress keltiruvchi omillar nimalar?

Texnik topshiriqlarni bajarishda o'ziga ishonch qanday o'zgaradi?

3. Kuzatish

Laboratoriya mashg'ulotlari va jamoaviy loyihalar jarayonida talabalar faoliyati kuzatildi. Bu usul talabalar jamoada ishlashdagi psixologik to'siqlarni aniqlash imkonini berdi.

Ma'lumotlarni tahlil qilish

Tahlil quyidagi statistik usullar orqali amalga oshirildi:

Deskriptiv statistika (o'rtacha, dispersiya, standart og'ish) — psixologik ko'rsatkichlarning umumiy darajasini baholash.

Korrelyatsion tahlil (Pearson) — stress, motivatsiya, o'ziga ishonch va moslashuvchanlik o'rtasidagi bog'liqliklarni aniqlash.

Regressiya tahlili — kasbiy moslashuvga eng kuchli ta'sir qiluvchi psixologik omillarni aniqlash.

Mavzuli tahlil (Thematic Analysis) — fokus-guruh suhbatlaridan sifatli xulosalar chiqarish.

Cluster Analysis — talabalarning psixologik profillarini guruhlarga ajratish.

Tadqiqotning ishonchliligi va validligi

Har bir psixodagnostik vositaning Cronbach Alpha koeffitsiyenti tekshirildi ($\alpha = 0.78-0.89$ oralig'ida).

Testlar rus va o'zbek tillarida moslashtirilgan va qayta validatsiyadan o'tkazildi.

Suhbatlar maxfiylik asosida o'tkazildi, ishtirokchilardan rozilik olindi.

Metodologik yondashuvning afzalliklari

Tadqiqotning aralash metodlar asosida olib borilgani psixologik to'siqlarni:

chuqur,

ko'p qirrali,

empirik dalillarga tayanib,

aniqlash imkonini berdi.

Bu, o'z navbatida, muhandislik talabalari uchun eng maqbul psixologik strategiyalarni ishlab chiqishga zamin yaratdi.

Muhokama

Tadqiqot natijalari ko'rsatdiki, muhandislik yo'nalishidagi talabalar orasida kasbiy moslashuvga to'sqinlik qiluvchi psixologik omillar turlicha va ko'p qirrali ekan. Olingan ma'lumotlarga qaraganda, talabalar o'ziga bo'lgan ishonch darajasi pastligi, stressga chidamlilikning yetarli darajada emasligi, motivatsiyaning pasayishi va kommunikativ qiyinchiliklar kabi omillarga ko'proq duch keladi. Miqdoriy tahlil natijalari shuni ko'rsatdiki, kasbiy moslashuv darajasi bilan o'ziga ishonch, ichki motivatsiya va stressga chidamlilik o'rtasida ijobiy korrelyatsiya mavjud. Ya'ni talaba o'ziga ishongan va motivatsiyasi yuqori bo'lsa, u kasbiy jarayonlarga tezroq moslasha oladi. Shu bilan birga, subyektiv stressning yuqori

darajasi kasbiy moslashuvga salbiy ta'sir ko'rsatadi.

Fokus-guruh suhbatlari va sifatli tahlil natijalari shuni ko'rsatdiki, talabalarda kasbiy moslashuvga to'sqinlik qiluvchi eng asosiy sabablar orasida yuqori akademik yuklama va texnik topshiriqlarning murakkabligi alohida o'rin tutadi. Talabalar laboratoriya mashg'ulotlarida va loyihaviy ishlarda doimiy zo'riqish his qilishlarini, vaqtni boshqarishdagi qiyinchiliklar va texnik bilimlarni amaliyotda qo'llashdagi muammolar bilan yuzlashishlarini ta'kidlashadi. Shu sababli, kasbiy moslashuv jarayonida psixologik qo'llab-quvvatlash, murabbiylik va motivatsion intervensiyalar muhim ahamiyat kasb etadi.

Tadqiqot shuni ham ko'rsatdiki, kommunikativ qiyinchiliklar ko'pincha jamoaviy loyihalarda yuzaga chiqadi. Talabalar texnik tafakkurga ko'proq e'tibor qaratganligi sababli soft-skills, jumladan o'z fikrini aniq bayon qilish va jamoada samarali ishlash ko'nikmalari yetarli darajada rivojlanmagan. Natijada, talaba o'zini guruhda ishonchsiz his qilishi, jamoaviy faoliyatda qiyinchiliklarga duch kelishi mumkin. Bu esa kasbiy identifikatsiya jarayonini sekinlashtiradi, shaxsning kasbga bo'lgan qiziqishi va motivatsiyasiga salbiy ta'sir qiladi.

Shuningdek, tadqiqot davomida talabalarning kasbiy moslashuvini oshirishga qaratilgan psixologik strategiyalar samaradorligi ham o'rganildi. Kognitiv-behavioral yondashuvlar yordamida talabalar irratsional fikrlar va o'z-o'zini past baholash holatlarini kamaytirish imkoniga ega bo'ldi. Soft-skills treninglari va mentorlik dasturlari talabalarda kommunikativ va ijtimoiy ko'nikmalarni rivojlantirishga yordam berdi. Motivatsion intervensiyalar esa ichki motivatsiyani oshirish, kasbiy yo'nalishga qiziqishni kuchaytirish va stress bilan samarali kurashish imkonini berdi. Natijalar shuni ko'rsatadiki, psixologik strategiyalar kompleks tarzda qo'llanganda talabalarning kasbiy moslashuv darajasi sezilarli darajada oshadi.

Tadqiqot shuningdek, muhandislik yo'nalishida o'qiyotgan talabalar uchun kasbiy moslashuv jarayoni faqat akademik ko'nikmalarni o'zlashtirish bilan cheklanmasligini ko'rsatdi. Talabalar o'zini professional sohada tasavvur qilish, o'zini guruhdagi rolini anglash, stressni boshqarish va jamoaviy ishlash

ko'nikmalarini rivojlantirish kabi psixologik komponentlarni ham moslashtirishi zarurligini ta'kidlashdi. Shu bilan birga, psixologik to'siqlar individual xususiyatlarga bog'liq bo'lib, har bir talabaning shaxsiy resurslari, oldingi tajribalari va ijtimoiy qo'llab-quvvatlash darajasi bilan farqlanadi. Shu sababli, kasbiy moslashuv strategiyalari individual yondashuv asosida ishlab chiqilishi muhimdir.

Xulosa qilib aytganda, tadqiqot natijalari muhandislik yo'nalishida o'qiyotgan talabalarda kasbiy moslashuvga to'sqinlik qiluvchi psixologik omillarni aniqlash va ularni bartaraf etish strategiyalarini ishlab chiqish zarurligini tasdiqlaydi. Psixologik qo'llab-quvvatlash, mentorlik, motivatsion intervensiyalar va soft-skills treninglari talabalarning kasbiy barqarorligini oshirish, stressni kamaytirish va kasbiy identifikatsiyani kuchaytirish imkonini beradi. Shu bilan birga, individual yondashuv va doimiy monitoring kasbiy moslashuv jarayonining samaradorligini ta'minlashda muhim omil hisoblanadi.

Xulosa

Ushbu tadqiqot muhandislik yo'nalishida tahsil olayotgan talabalar orasida kasbiy moslashuv jarayoniga to'sqinlik qiluvchi psixologik omillarni aniqlash, ularning mohiyati va bartaraf etish strategiyalarini o'rganishga qaratildi. Tadqiqot natijalari shuni ko'rsatdiki, kasbiy moslashuv murakkab va ko'p qirrali jarayon bo'lib, unda nafaqat talabaning texnik bilimlari, balki shaxsiy, psixologik va ijtimoiy resurslari muhim rol o'ynaydi. Muhandislik talabalari orasida uchraydigan asosiy psixologik to'siqlar sifatida o'ziga bo'lgan ishonchsizlik, stressga bardoshlilikning pastligi, motivatsiya darajasining pasayishi, kommunikativ va jamoaviy ishlash ko'nikmalaridagi qiyinchiliklar aniqlangan.

Miqdoriy tahlillar shuni ko'rsatdiki, kasbiy moslashuv darajasi bilan o'ziga ishonch, ichki motivatsiya va stressga chidamlilik o'rtasida kuchli ijobiy bog'liqlik mavjud. Ya'ni talaba o'ziga ishongan va motivatsiyasi yuqori bo'lsa, kasbiy jarayonlarga moslashuvi sezilarli darajada yaxshilanadi. Shu bilan birga, yuqori darajadagi subyektiv stress, o'z-o'zini past baholash va kommunikativ muammolar kasbiy moslashuv jarayonini sekinlashtiradi. Sifatli tahlil natijalari shuni ko'rsatdiki, muhandislik talabalari jamoaviy loyihalar, laboratoriya mashg'ulotlari

va murakkab texnik topshiriqlar jarayonida eng ko'p stress va o'ziga ishonchsizlikni his qilishadi, bu esa kasbiy identifikatsiya jarayonini susaytiradi.

Tadqiqot shuningdek, psixologik strategiyalarning samaradorligini ko'rsatdi. Kognitiv-behavioral yondashuvlar, soft-skills treninglari, mentorlik va motivatsion intervensiyalar talabalarning kasbiy moslashuv darajasini oshirish, stressni kamaytirish va o'ziga bo'lgan ishonchni kuchaytirishda muhim vosita sifatida xizmat qiladi. Shu bilan birga, individual yondashuv va doimiy monitoring kasbiy moslashuv jarayonining samaradorligini ta'minlashda zarur.

Natijalar shuni ko'rsatadiki, muhandislik yo'nalishidagi talabalarda kasbiy moslashuv nafaqat akademik ko'nikmalarni o'zlashtirish bilan bog'liq, balki shaxsning psixologik barqarorligi, ijtimoiy ko'nikmalari, kommunikativ qobiliyati va kasbiy identifikatsiyasi bilan chambarchas bog'liq. Shu sababli, kasbiy moslashuv jarayonini qo'llab-quvvatlash bo'yicha strategiyalar kompleks tarzda, ya'ni psixologik, ijtimoiy va motivatsion omillarni hisobga olgan holda ishlab chiqilishi lozim.

Tadqiqotning amaliy ahamiyati shundaki, olingan natijalar oliy ta'lim muassasalarida psixologik xizmatlarni kuchaytirish, talabalarda kasbiy motivatsiyani shakllantirish va stressni boshqarish bo'yicha samarali dasturlarni ishlab chiqishda qo'llanishi mumkin. Shu bilan birga, natijalar muhandislik talabalari uchun kasbiy barqarorlikni oshirish, kasbiy identifikatsiyani kuchaytirish va kasbiy muvaffaqiyatni ta'minlashda asosiy ilmiy va amaliy yo'nalishlarni belgilaydi.

Xulosa qilib aytganda, muhandislik yo'nalishidagi talabalarda kasbiy moslashuvga to'sqinlik qiluvchi psixologik to'siqlarni aniqlash va ularni bartaraf etish strategiyalarini ishlab chiqish oliy ta'lim sifatini oshirish va talabalar psixologik farovonligini ta'minlash uchun muhim ahamiyatga ega. Bu jarayon nafaqat talabaning akademik muvaffaqiyatini oshiradi, balki ularni kelajakda professional faoliyatga samarali va tez moslashishga tayyorlaydi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati.

1. Bandura, A. (1997). Self-efficacy: The exercise of control. New York: W.H. Freeman.
2. Cohen, S., Kamarck, T., & Mermelstein, R. (1983). A global measure of perceived stress. *Journal of Health and Social Behavior*, 24(4), 385–396.
3. Deci, E. L., & Ryan, R. M. (2000). Self-determination theory and the facilitation of intrinsic motivation, social development, and well-being. *American Psychologist*, 55(1), 68–78.
4. Felder, R. M., & Silverman, L. K. (1988). Learning and teaching styles in engineering education. *Engineering Education*, 78(7), 674–681.
5. Holland, J. L. (1997). Making vocational choices: A theory of vocational personalities and work environments. Odessa, FL: Psychological Assessment Resources.
6. Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1984). Stress, appraisal, and coping. New York: Springer.
7. Savikas, M. L. (2012). Career construction theory and practice. In: Brown, S. D., & Lent, R. W. (Eds.), *Career development and counseling: Putting theory and research to work* (pp. 147–183). Hoboken, NJ: John Wiley & Sons.
8. Schwarzer, R., & Jerusalem, M. (1995). Generalized Self-Efficacy scale. In J. Weinman, S. Wright, & M. Johnston (Eds.), *Measures in health psychology: A user's portfolio. Causal and control beliefs* (pp. 35–37). Windsor, UK: NFER-NELSON.
9. Sheppard, S., Macatangay, K., Colby, A., & Sullivan, W. (2009). *Educating engineers: Designing for the future of the field*. San Francisco: Jossey-Bass.
10. Wankat, P. C. (2002). The engineering method, and the engineering curriculum. *International Journal of Engineering Education*, 18(5), 487–492.
11. Jabborov, A. (2020). *Talabalarda kasbiy moslashuv va stressni boshqarish*. Tashkent: O'zbekiston Respublikasi Oliy ta'lim vazirligi nashriyoti.
12. Yo'ldosheva, N. (2019). *Muhandislik talabalari psixologiyasi*. Toshkent: Fan va Texnologiya.

13. Sodiqova, M. (2021). Oliy ta'lim muassasalarida psixologik qo'llab-quvvatlashning samaradorligi. Toshkent: Pedagogika va psixologiya nashriyoti.
14. Karimov, R. (2018). Talabalarda kasbiy identifikatsiya va moslashuv masalalari. Toshkent: Ilm-fan nashriyoti.