E-ISSN : 2181-4341
https://wordlyknowledge.uz
IMPACT FACTOR(SJIF) : 3,934

Ruxiy salomatlikning ilmiy-nazariy o‘rganilishi

Rahmonova Feruza Baxromjon qizi

FarDU Sirtqi bo‘limi Ijtimoiy-gumanitar fanlar kafedrasi o‘qituvchi

Usmonov Rahimjon Rahmonovich

FarDU Sirtqi bo‘limi Ijtimoiy-gumanitar fanlar kafedrasi o‘qituvchi

Annotatsiya : Maqolada ruhiy salomatlik tushunchasi , uni ilmiy psixologik adabiyotlarda o‘rganilishi, ruhiy salomatlik orqali jismoniy salomatlikni ham saqlash va boshqarish mumkinligi g‘oyasi yangi bo‘lmay, u XX asr boshlaridayoq psixolog va psixiatr mutaxassislar diqqatini o‘ziga tortgan. Olimlar shuni ta’kidlashganki, sog‘lom inson bemordan farqli ravishda o‘zidagi jami psixik jarayonlar, holatlar va qobiliyatlarni boshqarishi mumkin ekanligi bayon etilgan.

Kalit so‘zlar : Ruhiy , maqola , ilmiy , salomatlik , g‘oya , olim, holat , jarayonlar.

Ruhiy salomatlik orqali jismoniy salomatlikni ham saqlash va boshqarish mumkinligi g‘oyasi yangi bo‘lmay, u XX asr boshlaridayoq psixolog va psixiatr mutaxassislar diqqatini o‘ziga tortgan. Olimlar shuni ta’kidlashganki, sog‘lom inson bemordan farqli ravishda o‘zidagi jami psixik jarayonlar, holatlar va qobiliyatlarni boshqarishi mumkin ekanligi borasida fikr bildira boshladilar. Bu borada rus olimi S.S.Korsakovning qarashlari diqqatga loyiqdir. U shaxsning yaxlitligi g‘oyasi doirasida shuni ta’kidlaydiki, uning fikricha, ruhiy bemorlarda eng avvalo shaxsiga, shaxs yaxlitligiga bevosita aloqador buzilishlar kuzatiladi. Bu kabi bemorlarda nafaqat onglilik borasida buzilishlar kuzatiladi, balki eng avvalo, uning hayotiy qadriyatlarga, ahloq normalariga munosabati o‘zgaradi, fikrlash tarzi sog‘lom odamnikidan farq qiladi. Ya’ni, ma’naviy va ruhiy salomatlik eng avvalo insonning tashqi muhit va u bilan o‘zaro munosabatlari tizimi bilan bog‘liqdir. Bunda shaxsning o‘z mavqyeini idrok qilishi, hayotiy faolligi katta ahamiyat kasb etadi. Shaxs tomonidan salomatlikni psixologik nuqtai nazaridan boshqarish o‘z ichiga quyidagi bosqichlarni oladi: maqsad-muddaoni qo‘yish, o‘zidagi mavjud ma’lumot va axborotlarni tahlil etish, mustaqil qarorlar qabul qilish, ijrosini ta’minlash va nazorat qilish. Har bir alohida bosqichda shunday o‘ziga xos jarayonlar ro‘y beradiki, ular oxir-oqibat salomatlikni ta’minlaydi.[1] Masalan, odamning o‘z oldiga aniq hayotiy mo‘ljallarni qo‘ya olishi, kelgusida qanday kasb-korga ega bo‘lishiga oid aniq tasavvurlarning mavjudligi, hayotda tasodifan qandaydir mavqyega ega bo‘lish emas, balki o‘z say-harakatlari, hayotiy intilishlari tufayli o‘rnini topishini anglashi kabilar o‘ta muhim bo‘lib, insonning salomatligi, o‘zini yaxshilar orasida yaxshi his qilishni ta’minlaydi[2]. Ayniqsa, odamning o‘zi suymagan ish bilan mashg‘ul bo‘lishga majbur etilishi, tanlagan kasbining o‘ziga umuman yoqmasligi kabi holatlar bora-bora ruhiy tangliklarni, hattoki, shaxsning psixologik yaxlitlik sifatidagi holatiga ham putur yetkazadi. Afsuski, insoniyat tarixi shuni ko‘rsatadiki, turli ijtimoiy va ma’naviy bo‘hronlar, o‘tish davrlarida odamlar orasida ana shunday passiv, tobe odamlar ko‘payadi va yuqorida ta’kidlangan folbin, ekstrosenslarning “oshig‘i olchi” bo‘lib qoladi. Buni biz dastlab o‘tgan asrning 60-yillarida, so‘ngra 80-yillarining oxiri, 90-yillar boshida ham bir guvohi bo‘ldik.

[1] Zemska M. Oila va shaxsiyat, M., tahr. Taraqqiyot, 1999, 133 b.
[2] Maslou A.G. Inson ruhiyatining uzoq chegaralari. M., 1997 yil 43 b

E-ISSN : 2181-4341
https://wordlyknowledge.uz
IMPACT FACTOR(SJIF) : 3,934

Hattoki,odamlarning ko‘ziga “uchar likopchalar”, o‘zga planetalardan kelganlar ko‘rina boshladi. Bundan foydalangan turli tovlamachilar o‘z foydalariga ishlab qoldilar.

Rus olimi R.Kashapov inson o‘z taqdiri va salomatligiga o‘zi xo‘jayin bo‘lishi uchun “Faqat bugun” deb nomlangan dasturni tavsiya etadi. Quyida ana shu dasturni qisqacha mazmunini o‘quvchi hukmiga havola etamiz: Men bugun baxtliman. Men Avraam Linkoln so‘zlarini o‘zimga dasturamal qilib olaman: [3]“Aksariyat odamlar baxtli bo‘lishni astoydil niyat qilganliklari uchun baxtlidirlar”.[4] Bugun men o‘zimni o‘rab turgan hayotga moslashib olishga harakat qilaman. Men o‘z oilamni, ish-yumushlarimni qanday bo‘lsa, shundayligicha qabul qilib, ularning har biridan o‘zim uchun qandaydir foydali jihatlarni ajratib olaman. Men bugun o‘z tanim-vujudimga g‘amxo‘rlik qilaman. O‘rnimdan turib, jismoniy mashqlar qilaman, badanimni parvarish qilaman, imkon darajasida yaxshi ovqatlanaman. Men organizmimga zarar yetkazmaslikka, imkon boricha uni himoya qilishga urinaman. Men hayotdan zavqlanishim uchun tanim-vujudim sog‘lom va tetik bo‘lishi kerak. Bugun men o‘z aqlim va farosatimni o‘stirishga harakat qilaman. Buning uchun biror foydali narsani o‘qiyman, mushohada qilaman. Aqlim zaiflashib ketishiga yo‘l qo‘ymayman. Men biror qiziqarli va foydali narsani o‘qib chiqib, o‘z o‘y va fikrlarimni bir yerga to‘playman. Bugun men qalbimning toza, ma’naviy jihatdan boy bo‘lishiga ko‘mak beruvchi ish bilan band bo‘laman. Buning uchun men bildirmagan holda kimgadir yaxshilik qilaman. Shundan so‘ng qilgim kelmay yurgan ikkita ishni bajaraman. Men ularni “ko‘nglim uchun, bajonidil” bajaraman. Men bugun odamga nisbatan mehribonroq bo‘laman, ularning ko‘ngliga qarayman, imkon qadar ularga avvalo kiyim-boshim bilan yaxshi ko‘rinishga, yaxshi taassurot qoldirishga harakat qilib, yumshoq tonda, samimiy gapiraman, xushmuomala bo‘laman, xushomad qilishga astoydil kirishaman. Psixolog olim, akademik P.K.Anoxinning yozishicha, turmush tarzimiz qanchalik shiddatli va tug‘yonlarga to‘la bo‘lmasin, agar biz muayyan siqilishlar, asab tarangliklari davri bilan xotirjamlik, dam olishni oqilona uyg‘unlashtira olsak, bir davrni boshqachasi bilan almashtira olsak, gipertonik kasalliklarga chalinmaslik mumkin. Chunki har qanday ish, u qanchalik mas’uliyatli va og‘ir bo‘lmasin, uning ma’lum yakuni bo‘ladi, undan keyin dam olish me’yorini aniq bilishimiz kerak.[5]

Asablarga, tan-vujudga tin berishning muhim omillaridan biri uxlashdir. Agar odam bir sutkada o‘rtacha 7-8 soat uxlasa, salomatligiga foyda bo‘lishini unutmasligi kerak. 5 soatdan kam uxlash ham, 10 soatdan ortiq uxlash ham organizmga foydali emas. Bundan tashqari, har bir odamning bo‘sh vaqtini o‘tkazadigan ermagi bo‘lishi kerak. Masalan, mashhur vrach S.P.Botkin bo‘sh vaqtlarida matematika bilan, oftalmolog-xirurg V.P.Filatov rasm chizish bilan shug‘ullangan .[6] Sog‘lom turmush tarzining inson salomatligini mustahkamlashdagi roli beqiyos. Lekin bu ham yetarli emas. Doktor Neverestning yozishicha, “Fikrlash gigiyenasi – inson o‘z ongli hayotida amal qilishi lozim bo‘lgan o‘ta muhim qoidadir. [7]Fikrlash tarzi to‘g‘ri bo‘lgan odamda muammolar ham kam bo‘ladi, salomatlik ham mustahkam bo‘ladi”. Zero, har birimiz hayotimiz mobaynida necha marta “yomon xayollar, fikrlar kallaga kelganligi tufayli” aziyat chekkanmiz. Olimlar ba’zan ayollardagi fikrlash tarzi sog‘lomroqmi yoki erkaklardami, degan savolga javob qidiradilar. To‘g‘ri, ayolning oiladagi o‘rni beqiyos, uning kayfiyati, muomalasi, muammolarga qarashiga ko‘p narsa bog‘liq. Rus olimasi L.G. Puchko11 aynan shu energiya vositasida ko‘plab kasalliklarni diagnostika qilish va davolash yo‘llarini ko‘rsatgan.

---

[3] *R.Kashapov “Faqat bugun” deb nomlangan dasturidan*
[4] Zemska M. Oila va shaxsiyat, M., tahr. Taraqqiyot, 1999, 133 b.

[5] *R.Kashapov “Faqat bugun” deb nomlangan dasturidan*
[6] Zemska M. Oila va shaxsiyat, M., tahr. Taraqqiyot, 1999, 133 b.
[7] *R.Kashapov “Faqat bugun” deb nomlangan dasturidan*

Shaxsiy gigiyena insonning o‘z tani va ruhiyatiga nisabatan befarq emasligida ifodalanadi. Taniqli rus yozuvchisi L.N. Tolstoy haqida Stefan Sveyg shunday yozgan: “Tolstoy umrining oxirigacha ham astoydil xastalanmagan; uning sezgi a’zolari hamisha safarbar holatda bo‘lgan, ularni ataylab nimagadir undash shart emas edi.[8] Masalan, ataylab tetiklantiruvchi omillar, may yoki qahva ichish shart emas; suzish orqali, hirslarini qondirish orqali o‘zini tinchlantirish unga yot; aksincha, uning sezgi organlari shunchalik intizom bilan unga bo‘ysunar ediki, har qanday istak, faollik uchun ular hozir edi. 67 yoshida u velosipedda yurishga, 70 yoshida – konkida uchishga o‘rgandi.., 80 yoshida – har kuni mushaklarini gimnastik mashqlar bilan chiniqtirardi”. Bularning barchasi buyuk so‘z ustasining shaxsiy gigiyenaga rioya qilish uchun ruhiy quvvatga ega bo‘lganligidandir.

Yuqoridagi kabi oddiy, odatiy xatti-harakatlarni muntazam bajara borib, inson o‘zining ruhiyatini barqarorlashtiradi, xotirjam bo‘ladi, kasal bo‘lmaydi.

P. I. Kalyu «Salomatlik tushunchasining asosiy xususiyatlari va sog‘liqni saqlashni qayta tuzishning ayrim masalalari: batafsil ma’lumot» nomli ishida dunyoning turli mamlakatlarida, turli davrlarda va turli ilmiy me’yorlar tomonidan tuzilgan salomatlikning 79 ta’rifini ko‘rib chiqdi. Ta’riflar orasida quyidagilar uchraydi:

1. Sog‘lik — organizmning barcha darajalarda normal faoliyat ko‘rsatishi, shaxsiy yashab qolish va nasl qoldirishga imkon beradigan biologik jarayonlarning normal kechishi.

2. Organizm va uning funktsiyalarining atrof muhit bilan dinamik muvozanati.

3. Ijtimoiy faoliyatda va jamoat foydali ishlarida qatnashish, asosiy ijtimoiy funktsiyalarni to‘liq bajarish qobiliyati.

4. Kasalliklar, kasal holatlar va o‘zgarishlar bo‘lmasligi.

5. Organimzning doimo o‘zgarib turadigan atrof-muhit sharoitlariga moslashish qobiliyati.

Kalyuga ko‘ra, barcha mumkin bo‘lgan salomatlikning barcha tavsiflari quyidagi tushunchalarga tenglashtirilishi mumkin:

- **Tibbiy model** — tibbiy belgilar va xususiyatlarni o‘z ichiga olgan ta’riflar uchun; salomatlik kasallik va uning alomatlari yo‘qligi sifatida.
- **Biotibbiy model** — organik buzilishlar va nosog‘lomlikning sub’yektiv hissiyotlari yo‘qligi.
- **Bioijtimoiy (biosotsial) model** — ijtimoiy belgilar birinchi o‘ringa qo‘yiladigan tibbiy va ijtimoiy belgilar birgalikda qaralishi qo‘shiladi.
- **Qiymat-ijtimoiy model** — qiymat sifatida insonning salomatligi qaraladi; JSSTning ta’rifi aynan shu modelga to‘g‘ri keladi.

Rus tadqiqotlarida ushbu mavzu birinchi marta 1991-yilda «Kasbiy faoliyatni psixologik qo‘llab-quvvatlash» nomli kollektiv monografiyasining «Salomatlik psixologiyasi» bo‘limida namoyish etildi.[9] Mualliflar, Sankt-Peterburg universiteti psixologiya fakulteti olimlari, kitobda asosiy e’tiborni sog‘lom turmush tarzini shakllantirishning psixologik jihatlari, kasbiy faoliyat psixogigienasi, kasbiy mehnatning psixologik xavfsizligini ta’minlash, kasbiy uzoq umr

[8] Zemska M. Oila va shaxsiyat, M., tahr. Taraqqiyot, 1999, 133 b.

[9] Garbuzov V.A., Zaxarov A.I., Isaev D.N. Bolalardagi nevrozlar va ularni davolash. L., 1977 yil

E-ISSN : 2181-4341
https://wordlyknowledge.uz
IMPACT FACTOR(SJIF) : 3,934

ko‘rish va ishlab chiqarishda psixologik yengillashish kabinetini tashkillashtirish masalalariga qaratgan, lekin kasbiy salomatlik tushunchasining ta’rifini keltirilmagan. 1992-yilda tibbiyot fanlari doktori, harbiy shifokor V. A. Ponomaryenko tomonidan aytilgan ta’rifga ko‘ra, kasbiy salomatlik — kasbiy faoliyatning barcha sharoitlarida mehnat qobiliyatini ta’minlovchi kompensator va himoya mexanizmlarini saqlab qolish qobiliyatidir. Kasbiy salomatlik tushunchasi «Sog‘lom kishi salomatligi» (1996 yil) asarida ham xuddi shunday ta’riflanadi, faqat qo‘shimcha ravishda professional ishonchlilikni ta’minlash zaruriyati bilan to‘ldirilgan. Keyinchalik V. A. Ponomarenko va A. N. Razumov kasbiy salomatlikka tizim ko‘rinishida qarashni taklif qildi, tizimnining asosiy tuzilmaviy komponentlari funktsional holat, ruhiy va jismoniy sifat, ishchilarning kasbiy mehnatga bardosh bera olishi va ularning faoliyati ishonchliligiga zamin yaratadigan klinik, ruhiy va jismoniy statuslardir.[10] Keltirilgan tadqiqotchilarning fikriga ko‘ra, kasbiy salomatlik tuzilmasida markaziy o‘rinni professional-muhim sifatlar egallaydi, ular insonning genotipik statusi, uning funktsional zaxiralari, keyinchalik esa (bevosita va bilvosita) — kishining funktsional holatini belgilaydi. Hozirgi vaqtda mahalliy fanda ruhiy va psixologik salomatlik muammolari faol o‘rganilmoqda. Psixologiya, birinchi navbatda, psixologik ta'lim xizmatlarining rivojlanishi bilan bog‘liq holda, bu muammolarni hal qilishga katta hissa qo‘shadi. Atama " psixologik salomatlik"Bu tushunchaga ruhiy salomatlik hodisasi bilan kengroq munosabatni kiritgan IV Dubrovina tomonidan kiritilgan. Psixologik salomatlik, Dubrovinaga ko‘ra, ruhiy salomatlikning bir jihati bo‘lib, u "butun shaxsni anglatadi" va "inson ruhining eng yuqori namoyonlari" bilan belgilanadi. Ishtirokchilarga ta'kidlanishicha, polen astma sababi sifatida ko‘rsatiladi, lekin astma kasalligining bir nechta hollari bundan kelib chiqadi. Shuningdek, ishtirokchilarga ruhiy kasalliklarning sabablari ularning buzilishining tezligiga qarab o‘zgarishi mumkinligi va ularning ro‘yxatiga bevosita va uzoqroq sabablarni kiritish kerakligini aytdi. Bu ko‘rsatma kasallikning asosiy sabablarini, shuningdek, xatti -harakatlarga bevosita ta'sir ko‘rsatadigan sabablarni aniqlashga urinishga kiritilgan. Nihoyat, ishtirokchilarga sabablar ro‘yxati berilganligi sababli, ularning har biri qanchalik muhim yoki qudratli ekanligini 1 dan 10 gacha baholashi kerakligi ko‘rsatma berildi. Agar biz psixologik sog‘lom haqidagi g‘oyalarning kelib chiqishining tarixiy tomoniga murojaat qilsak, ular birinchi marta Sharqda shakllana boshlaydi. Eramizdan avvalgi 6 asrlarda qadimgi Hindistonda. Vedalar o‘tkazishning asosiy tamoyillarini shakllantiradi sog‘lom yo‘l hayot Ulardan biri - psixikaning barqaror muvozanatiga erishish. Bu muvozanatga erishishning birinchi va ajralmas sharti - bu to‘liq ichki erkinlik, insonning atrof -muhitning jismoniy va psixologik omillariga qattiq bog‘liqligining yo‘qligi. Ichki muvozanatni o‘rnatishga olib keladigan yana bir yo‘l yurak yo‘li, sevgi yo‘li deb hisoblangan. Bhakti yoga -da, erkinlik beradigan muhabbat shaxsga, bir guruh odamlarga bo‘lgan muhabbat emas, balki bu dunyodagi barcha tirik mavjudotlarga bo‘lgan muhabbat borliq mohiyatining eng yuqori ifodasi sifatida tushunilgan. Ichki erkinlikka erishishning uchinchi usuli - aql, aql yo‘li - Yana yoga tomonidan taklif qilingan, u hech kim yoga bilimdan voz kechmasligi kerakligini aytadi, chunki bu hayotiy barqarorlikni oshiradi. Astma misolidan foydalanib, ishtirokchilarga agar "yoshligida sigaret chekish" zaif omil sifatida qaralsa, uni ikki barobar ko‘paytirish mumkinligi, agar "stress" astma kasalligiga nisbatan kuchliroq rol o‘ynashi mumkin deb hisoblansa, aytilgan. sifatida baholansin. Sabablar ro‘yxatini to‘ldirgandan va buzilishning ahamiyatini baholaganidan so‘ng, ishtirokchilar o‘zlarining sabablari bilan qayta tanishtirildi va sabablarni baholash bilan bog‘liq uchta vazifani bajardilar. Ularga uchta alohida vazifani bajarib, biologik, psixologik va ekologik sabablar qanchalik sabab bo‘lganini baholashlarini so‘rashdi. Ishtirokchilardan oldingi topshiriqlarda berilgan ballarni eslashga urinmasdan, har bir topshiriqni alohida ajratish so‘raldi va ma'lum bir sabab ham psixologik, ham biologik, ham ekologik bo‘lishi mumkinligi eslatildi, chunki ular bir -birini istisno qiladigan domenlar emas. Sharq falsafasida har doim odamda ruhiy

[10] Garbuzov V.A., Zaxarov A.I., Isaev D.N. Bolalardagi nevrozlar va ularni davolash. L., 1977 yil

va tana birligiga katta e'tibor berilgan. Shunday qilib, xitoy mutafakkirlari tananing disarmoniyasi ruhiy disarmoniyadan kelib chiqadi deb ishonishgan. Ular beshta yomon kayfiyatni ajratdilar: g‘azab va asabiylashish, his -tuyg‘ular bilan "qorayish", tashvish va umidsizlik, qayg‘u va qayg‘u, qo‘rquv va xavotir. Ularning fikricha, bunday kayfiyatga moyillik har bir alohida organning ham, butun organizmning energiyasini ham buzadi va falaj qiladi, bu esa odamning umrini qisqartiradi. Quvonch tananing energiya oqimiga uyg‘un elastiklik beradi va umrini uzaytiradi. Sabablarni baholash bilan bog‘liq vazifalar doirasi va ko‘rsatmalari tadqiqotda bo‘lgani kabi edi. Sababni baholash bilan bog‘liq uchta muammoning tartibi lotin kvadrat dizayni yordamida muvozanatlashtirildi, shuning uchun to‘qqizta tartibsizlik har bir buyurtma satr bandida bir xil ko‘rinardi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro‘yxati:

1. Zemska M. Oila va shaxsiyat, M., tahr. Taraqqiyot, 1999, 133 b.
2. Maslou A.G. Inson ruhiyatining uzoq chegaralari. M., 1997 yil 43 b
3. R.Kashapov “Faqat bugun” deb nomlangan dasturidan
4. Garbuzov V.A., Zaxarov A.I., Isaev D.N. Bolalardagi nevrozlar va ularni davolash. L., 1977 yil
5. Mohinur, D., & Rahimjon, U. (2022). A Study Of Memory Processes And Their Development In Preschool. *Uzbek Scholar Journal*, *5*, 62-65.
6. Rahim, U. (2021, May). SOCIAL FACTORS OF THE INTERDEPENDENCE OF MENTAL AND PHYSICAL ACTIVITY. In *Archive of Conferences* (Vol. 25, No. 1, pp. 6-7).
7. Usmonov, R. (2022). O‘SMIRLAR XULQIDA NAMOYISHKORLIK G‘AYRATLILIK XUSUSIYATLARI TADQIQ ETISH METODOLOGIYASI. *Science and innovation*, *1*(B8), 127-135.
8. Usmonov, R. (2022). O‘SMIRLIK DAVRI SHAXSIGA XOS ILMIY-NAZARIY YONDOSHUVLAR. *Science and innovation*, *1*(B8), 120-126.
9. Raxmonovich, U. R. (2022). O‘SMIRLIK DAVRIDA NAMOYISHKORLIK, G‘AYRATLILIK TAJOVUZKORLIK XUSUSIYATLARINING NAMOYON BO‘LISHI. *INNOVATIVE DEVELOPMENTS AND RESEARCH IN EDUCATION*, *1*(12), 87-97.
10. Raxmonovich, U. R. (2022). O‘SMIRLIK DAVRIDA NAMOYISHKORLIK, G‘AYRATLILIK TAJOVUZKORLIK XUSUSIYATLARINING NAMOYON BO‘LISHI. *INNOVATIVE DEVELOPMENTS AND RESEARCH IN EDUCATION*, *1*(12), 87-97.
11. Rakhmonovich, U. R. (2022). CHARACTERISTICS OF DEMONSTRATIVENESS, ENTHUSIASM AND AGGRESSIVENESS IN ADOLESCENCE. *Galaxy International Interdisciplinary Research Journal*, *10*(12), 820-824.
12. Rakhmanovich, R. U., & Rakhmanovna, U. F. (2023). EASTERN THINKERS'VIEWS ON NATIONAL FOLK GAMES AND THEIR INFLUENCE ON THE FORMATION OF A CHILD'S PERSONALITY. *International journal of advanced research in education, technology and management*, *2*(3).
13. Rakhmanovich, R. U., & Rakhmanovna, U. F. (2023). EASTERN THINKERS'VIEWS ON NATIONAL FOLK GAMES AND THEIR INFLUENCE ON THE FORMATION OF A CHILD'S PERSONALITY. *International journal of advanced research in education, technology and management*, *2*(3).
14. Vosiljonov, A. (2022). Basic theoretical principles of corpus linguistics. *Academicia Globe: Inderscience Research*, *3*(2), 1-3.

E-ISSN : 2181-4341
https://wordlyknowledge.uz
IMPACT FACTOR(SJIF) : 3,934

15. Vosiljonov, A. (2022). LINGVISTIK TADQIQOTLARDA KORPUS O ‘RGANISH OBYEKTI SIFATIDA. *IJTIMOIY FANLARDA INNOVASIYA ONLAYN ILMIY JURNALI*, *2*(11), 176-182.

16. Vosiljonov, A. (2022). PRAGMALINGVISTIKA VA UNING TAHLILIY SHAKLLANISH TARIXI. *Science and innovation*, *1*(B8), 99-105.

17. Vosiljonov, A. (2022). PRAGMALINGUISTICS AND THE HISTORY OF ITS ANALYTICAL DEVELOPMENT. *Science and Innovation*, *1*(8), 99-105.

18. Vosiljonov, A., & Isaqova, X. (2023). EFFECTIVENESS OF MOTHER TONGUE EDUCATION IN THE PRIMARY GRADES. *International journal of advanced research in education, technology and management*, *2*(2).

WORDLY
KNOWLEDGE