

**ALISHER NAVOIY NOMIDAGI TOSHKENT DAVLAT O'ZBEK TILI VA
ADABIYOTI UNIVERSITETI AMALIY PSIXOLOGIYA YO'NALISHI TALABASI
MELIYEVA SABINANING
PSIXOLINGVISTIKA
FANIDAN TAYYORLAGAN TADQIQOT ISHI**

Elektron pochta;
sabinameliyeva682@gmail.com

Toshkent — 2026

O'ZBEK TALABA YOSHLARINING SPONTAN NUTQ TADQIQI

Kirish.

Exploring the anatomy of articulation rate in spontaneous English speech: relationships between utterance length effects and social factors

(Spontan ingliz nutqida artikulyatsiya tezligining anatomiyasini o'rganish: gap uzunligi ta'siri va ijtimoiy omillar o'rtasidagi bog'liqliklar)

Ingliz tilida olib borilgan tadqiqotda gap uzunligi va nutq tezligi tahlil qilinganda natijalardagi tafovutlarni Menzerat qonuniga ko'ra ya'ni gap qanchalik uzun bo'lsa uning tarkibiy birliklari (bo'g'inlar) shunchalik qisqaradi. Tajriba uchun 18 ta ishtirokchi olingan ularning spontan nutqi tekshirilib gap uzunligi va nutq tezligidagi farqlarni aniqlashgan. Olim tahlil qismida tafovutlardagi asosiy sabab sifatida nutq tezligida so'zlarni oldindan rejalashtirishning pastligini, gaplar soning ko'pligi unda nutq tezligining yuqori ko'rsatkichini belgilashini aytadi. Olim gap uzunligi va gaplar soni ijtimoiy omillarga ham qisman bog'liq deb o'ylagan. Tadqiqotda o'rtacha gaplar soni 16-20 ta deb olingan. Olim gap uzunligi nutq tezligini shakllantiruvchi omil sifatida qaragan. Masalan tadqiqot uchun tanlangan tajriba guruhida gap uzunligi nutq tezligiga ta'sir ko'rsatib ikkalasida ham natija yuqori bo'lishini tajribada o'rgangan va Menzerat qonuni asosida tasdiqlagan.

Vocabulary size influences spontaneous speech in native language users: Validating the use of automatic speech recognition in individual differences research

(Lug'at boyligi ona tilida spontan nutqqa ta'sir qiladi: Individual farqlar tadqiqotida avtomatik nutqni tanib olishdan foydalanishni tasdiqlash)

Tadqiqotda so'z ishlab chiqarish rasm nomlash, tasvirlash, og'zaki so'z boyligini tekshirish kabi topshiriqlar asosida o'rganilgan. Ishtirokchilarga uchta ochiq savollar berilgan va javoblar yozib olingan. Savollarga javob berish jarayonida kimdir tezroq boshqalar esa sekinroq gapirgan. Ba'zilar turli xildagi so'zlarni ishlatib suhbatni yanada boyitgan bo'lsa

boshqalarida bu past natida bo'lgan. Ya'ni tadqiqotda individual farqlar albatta inobatga olinishi kerak ekanligi aytiladi. Ishtirokchilar og'zaki so'z boyligi topshirig'ini bajarishganda ot ishlatilish darajasi nisbatan yuqori bo'lgan. Bu esa shaxslarning turli qobiliyatlari va lug'at boyligi o'rtasida bog'liqlik mavjud ekanligini ko'rsatadi¹ Tadqiqotda so'zlardan qanchalik foydalanishlariga, so'zlarni almashtirish, yangi so'zlar qo'shish kabilar baholash jarayonida o'rganilgan. Tadqiqotda asosiy farqlarni 0-25 yahshi, 25-35 qoniqarli, 35 dan yuqorisini qoniqarsiz deb baholashgan. Tadqiqot xulosasida ishtirokchilardagi turli xil omillar misol uchun lug'at boyligi, iltimoiy hayoti ta'sir ko'rsatishini tajribalar asosida o'rganib chiqishgan.

An image is worth a thousand words: Why nouns tend to dominate verbs in early word learning.

(Bitta tasvir mingta so'zga teng: nega erta so'z o'rganish bosqichida otlar fe'llardan ustun bo'ladi).

Bu tadqiqot laboratoriya sharoitida o'rganilgan bo'lib, olim tadqiqotda otlar odatda fe'llarga qaraganda osonroq o'zlashtiriladi² deb tahmin qilgan. Ot va fe'llarni o'zlashtirishda katta farqlar mavjud bo'lib, otlarning ustunligini birinchi sababi yoshlikda ot so'z turkumi fe'l so'z turkumiga qaraganda birinchi o'zlashtiriladi bunga asosiy sabab bola e'tiborini ko'proq obektlarga qaratadi (to'p, it, stul,) harakat jarayonlari esa (yugurmoq, bermoq, sindirmoq) kabilar esa keyinroq o'zlashtiriladi, ikkinchi sababi esa so'zlarni tasavvur qilinuvchanligi bilan bog'liq. So'zlarni tasavvur qilinuvchanlik omilli fe'llarga qaraganda otlarda tezroq shaklanadi. Nutq jarayonida matningizni qanchalik boyitmoqchi bo'lsangiz, ma'noli nutq qilishni xohlasangiz ot so'z turkumidan ko'proq foydalanilar ekan.

O'ZBEK TALABA YOSHLARINING SPONTAN NUTQI TAJRIBAVIY TADQIQOT BAYONI

Mavzu doirasida tajriba uchun 20-21 yosh oraliqidagi talaba bolganlar va talaba bolmagan ishtirokchilar tanlab olindi. Tadqiqot uchun tajriba otkazildi, tajribadan asosiy maqsadimiz bir xil yoshdagi talaba bolgan va talaba bolmagan yoshlarning spontan nutq o'rtasidagi farqli jihatlarni aniqlash va statistik tahlil o'tkazish edi. Tajriba uchun bir xil yoshdagi insonlarni qidirdik, bir xil yo'nalishda o'qiydigan talabalarni oldik va barcha ishtirokchilar bilan suhbat o'tkazdik.

Tadqiqotning maqsadi —so'zlovchining fikrlash jarayoni nutq tezligi, gap uzunligi, ot, fe'l va ularning leksemalari ularni gapda ifodalanishi, gaplarning qanday namoyon bo'lishini tahlil qilishdan iborat. Ushbu tadqiqotda psixologiya sohasida tahsil olayotgan talabalarning spontan nutqlari yozib olinib, tahlilga tortildi.

Tadqiqot metodi:

Tajriba va savol- javob metodidan foydalanildi.

¹ Andringa, Olsthoorn, van Beuningen, Schoonen, & Hulstijn, 2012; Mainz, Shao, Brysbaert, & Meyer, 2017; Yap, Balota, Sibley, & Ratcliff, 2012

² Bornstein, 2005; Bornstein va boshq., 2004; Gentner, 1982; Maguire, Hirsh-Pasek va Golinkoff, 2006

Tajriba ishtirokchilari:

Tahlil grammatik shaklda olib borildi. O‘nta talaba bo‘lgan insonlar va o‘nta talaba bo‘lmagan insonlar nutqi bilan qiyoslangan holda amalga oshirildi. Ishtirokchilarning o‘n yettistasi ayol, uchta esa erkak kishi edi. Tajriba uchun ishtirokchilar tanlanganda ularning yoshi, imkoni boricha jinsi va ma‘lumoti jihatidan tanlashga e‘tibor qaratildi. Talaba bo‘lganlarning hammasi ayol, talaba bo‘lmaganlarda esa uchta erkak bor va barchasini ona tilisi o‘zbek tili hisoblangan. Talaba bo‘lgan ishtirokchilarni tanlashda ularning kasbiy yo‘nalishi bir xil ekanligiga e‘tibor qaratdik va bu tajribani 20-21 yosh oraligidagi insonlarda o‘tkazdik.

1-jadval. Talaba bo‘lganlarning demografik jadvali.

Ishtirokchi nomi	Jinsi	Tajriba vaqtidagi yoshi	Qol	Malumoti	Yashash manzili
KM	Ayol	20	Ong	Bakalavr 3-kurs	Andijon viloyati
GI	Ayol	20	Ong	Bakalavr 3-kurs	Toshkent viloyati
MM	Ayol	20	Ong	Bakalavr 3-kurs	Fargona viloyati
MS	Ayol	21	Chap	Bakalavr 3- kurs	Surxondaryo viloyati
QM	Ayol	20	Ong	Bakalavr 3-kurs	Jizzax viloyati
XS	Ayol	20	Chap	Bakalavr 3-kurs	Qashqadaryo viloyati
AM	Ayol	20	Chap	Bakalavr 3-kurs	Farg‘ona viloyati
AM	Ayol	20	Ong	Bakalavr 3-kurs	Buxoro viloyati
MM	Ayol	21	Ong	Bakalavr 3-kurs	Toshkent viloyati
NM	Ayol	20	Ong	Bakalavr 3-kurs	Toshkent shahri

2-jadval. Talaba bo'lmaganlarning demografik jadvali.

Ishtirokchi nomi	Jinsi	Tajriba vaqtidagi yoshi	Qoli	Malumoti	Yashash manzili
IL	Ayol	21	Chap	Tikuvchi	Surxondaryo viloyati
RM	Ayol	20	Ong	Uy bekasi	Surxondaryo viloyati
SZ	Ayol	20	Chap	Sotuvchi	Qashqadaryo viloyati
IX	Ayol	20	Ong	Hamshira	Jizzax viloyati
NR	Erkak	21	Ong	Migrant	Surxondaryo viloyati
HS	Ayol	20	Ong	Uy bekasi	Toshkent shahri
AJ	Erkak	21	Ong	Migrant	Surxondaryo viloyati
FZ	Ayol	20	Chap	Sotuvchi	Farg'ona viloyati
AA	Erkak	20	Ong	Logist	Qo'qon viloyati
OP	Ayol	20	Ong	Hamshira	Surxondaryo viloyati

Tajriba jarayoni tavsifi.

Tajriba ishtirokchilariga quyidagi savollar berildi:

O'tgan zamon bo'yicha

1. Hayotingiz davomida xotirangizda saqlanib qolgan kun haqida gapirib bering

Hozirgi zamon bo'yicha

2. Hozirgi vaqtda nima sizni ko'proq tashvishga solyapti.

Kelasi zamon bo'yicha

3. Kelgusi 5 yil ichida o'zingizni qanday inson sifatida ko'rasiz.

Tajriba ishtirokchilarining har biri alohida intervyu qilindi, ularning nutqlari diktafonga yozib olindi. Har bir nutq so'zma so'z qog'ozga tushirilib, intonatsion va leksik-grammatik xususiyatlariga ko'ra gaplarga ajratildi. Takrorlar va pauzani to'ldirish uchun ishlatilgan so'zlar hisobdan chiqarib tashlandi.

Tajriba natijalari.

Nutq tezligi va gapning o'rtacha uzunligi. Nutq tezligi minutiga nechta so'z aytilgani bilan o'lchandi. Butun nuq davomida har bir minutdagi so'zlar hisoblanib, keyin ularning o'rtacha qiymati aniqlanadi.

Gapning o'rtacha uzunligi esa nutq parchasidagi jami morfemalar sonini gaplarning soniga bo'lish bilan topiladi. Tadqiqot uchun to'rtta jadval yaratilgan bo'lib, ikkitasi demografik jadval unda ishtirokchilarni ma'lumotlari kiritilgan. Qolgan ikkita jadval statistik tahlil qilinib, bir xil yoshdagi talaba bo'lgan va talaba bo'lmagan ishtirokchilarda kuzatilgan ko'rsatkichlarning intervali berilgan.

3-jadval. Talaba bo'lganlarning statistik tahlili.

FISH	Sozlar soni	Gaplar soni	Gap uzunligi	Nutq tezligi
A1	201	11	53,3	100,5
A2	201	10	79,9	100,5
A3	204	11	49,7	102
A4	200	12	51	67,3
A5	202	12	47,9	69,6
A6	200	10	51,3	108
A7	208	10	52,3	52,5
A8	202	10	51	101
A9	205	11	47	102,5
A10	212	12	49,4	106
O'rtacha qiymat			53,28	90,99

4-jadval. Talaba bo'lmaganlarning statistik tahlili.

FISH	Sozlar soni	Gaplar soni	Gap uzunligi	Nutq tezligi
B1	214	13	48	69,6
B2	208	11	51	104
B3	211	12	46	70,3
B4	214	12	47,5	71,3
B5	205	10	45,4	105,5
B6	203	11	47,6	101,5
B7	202	10	47,2	103,5
B8	200	9	45,5	100
B9	205	10	43,9	102,5
B10	200	10	42,9	100
O'rtacha qiymat			46,5	92,82

5-jadval. Talaba bo'lgan yoshlar

Ishtirokchilar soni	Otlar	Ot leksemalar	Fel	Fel leksemalar
A1	56	39	41	28
A2	63	41	48	30
A3	67	44	52	32
A4	72	46	55	34
A5	70	45	54	33
A6	69	43	57	36
A7	71	45	59	37

A8	74	47	58	36
A9	76	48	61	37
A10	73	46	60	37
O'rtacha qiymat	69,1	44,4	54,5	34

6-jadval. Talaba bo'lmagan yoshlar

Ishtirokchilar soni	Otlar	Ot leksemalar	Fel	Fel leksemalar
B1	82	51	66	41
B2	88	54	68	42
B3	77	50	64	39
B4	83	52	69	41
B5	80	51	65	42
B6	82	53	70	44
B7	78	50	65	42
B8	70	45	52	36
B9	65	43	50	35
B10	72	49	55	38
O'rtacha qiymat	77,7	49,8	62,4	40

Tahlil va muhokama

O'tkazgan tadqiqotimizda talaba bo'lgan va talaba bo'lmagan yoshlarni spontan nutqidagi farqlarni tahlil qildik. Tadqiqotda tekshiriladigan guruh talaba bo'lganlar, nazorat guruh esa talaba bo'lmagan yoshlar sifatida tanlab olindi. Tadqiqotni o'tkazishdan oldingi tahminimiz talaba bo'lgan yoshlar doim o'quv jarayonida bo'lgani uchun ulardagi nutq aynan talaba bo'lmagan yoshlarga nisbatan farq qilishini aniqlash edi va tadqiqot so'ngida buni statistik jadvallar asosida quyidagicha tahlil qildik.

1. Talaba bo'lgan yoshlardagi gaplar soni 10-11 ta bolsa talaba bo'lmaganlarda esa 12-13 tani tashkil etdi.

The Impact of Educational Level on Language Differences

Tadqiqotimizda talaba bo'lmagan yoshlarning gaplar soni talaba bo'lganlarga qaraganda ko'proq ko'rsatgichga ega bo'lgan. Bunga asosiy sabab sifatida quyidagi maqolani tajriba natijalarini asos sifatida oldik. Tadqiqotda Saudiya fuqarolarining 60 nafari tanlab olingan. Ularning yarmi talaba bo'lishgan qolganlari esa o'rta ta'limda o'qishgan, ularda gaplar sonini

qo'llash bo'yicha sezilarli farqlar aniqlangan. Olim ta'lim darajasi nutga ta'sir ko'rsatishini aniqlagan. Yuqori ta'lim olganlar murakkab gaplardan past ta'lim olganlar esa oddiy gaplardan ko'proq foydalanishini statistik tahlil orqali tushuntirishga harakat qilgan. Ta'lim darajasi odamlar nutida sezilarni ta'sir ko'rsatishini shu tadqiqot orqali isbotlab bergan. Natijalarni umumiy mezon asosida hisoblagan. Bizning tadqiqotda ham talaba bo'lmagan yoshlarda gaplar soni nisbatan ko'p, yuqorida keltirilgan tajribamiz bizning natijalarimiz uchun ham asos bo'la oldi.

2. Nutq tezligi talaba bo'lganlarda eng yuqori ko'rsatgich A6 ishtirokchi 5,6% talaba bo'lmaganlarda B5 ishtirokchida esa 6,5% ko'rsatgichni ko'rsatdi. O'rtacha qiymat umumiy talaba 90,99 bo'lganlarda talaba bo'lmaganlarda 92,82 ga teng bo'di.

3. Gap uzunligi talaba bo'lganlar A2 ishtirokchida 79,9% talaba bo'lmaganlarda B6 ishtirokchida 47,6 kabi natijalar qayd etildi.

Umumiy miqdorda o'rtacha qiymat talaba bolganlarda 53,28 talaba bo'lmaganlarda 46,5 ga teng.

Exploring the anatomy of articulation rate in spontaneous English speech: relationships between utterance length effects and social factors.

Bizni o'tkazgan tadqiqotimiz natijalari olim tadqiqoti bilan solishtirilganda o'z tasdig'ini topmadi, chunki talaba bo'lgan yoshlarda gap uzunligini umumiy qiymati yuqori ko'rsatgichga ega bo'lgan bo'sa, talaba bo'lmagan yoshlarda nutq tezligi yuqori ko'rsatgichga ega bo'ldi.

4. Ot va ot leksemalarini ishlatish bo'yicha ham bir qancha farqlarni aniqladik. Talaba bo'lganlarda otlarni qo'llash bo'yicha eng yuqori A9 ishtirokchida 76 va eng past ko'rsatkish A1 ishtirokchida 56 ga teng bo'ldi. Ot leksemalarini qo'llash bo'yicha esa eng yuqorisi 48 va eng past ko'rsatkich 39 ga teng. Bu ikki xildagi ko'rsatgich ham aynan A1 va A9 ishtirokchilarimizda kuzatildi.

Talaba bo'lmaganlarda otlarni qo'llash bo'yicha statistika eng yuqori ko'rsatgich B2 ishtirokchida 88 va eng past B9 ishtirokchimizda 65 ga teng. Ot leksemalarini qo'llash bo'yicha esa eng yuqorisi 54 va eng past ko'rsatgich 43 ga teng.

Talaba bo'lgan yoshlardagi ot va ot leksemalarni qo'llash bo'yicha umumiy o'rtacha qiymat 69,1- 44,4 talaba bo'lmaganlarda esa 77,7- 49,8 ga teng.

Vocabulary size influences spontaneous speech in native language users: Validating the use of automatic speech recognition in individual differences research.

Tadqiqotimizda talaba bo'lmagan yoshlarni ot va ot leksemalaridan foydalanishi talaba bo'lgan yoshlarga qaraganda yuqori natija ko'rsatgan. Bunga asosiy sabab sifatida yuqorida keltirilgan maqola tahlili va xulosalarini oldik. Olim tajriba jarayonida asosiy urg'uni otlardan qanchalik ko'p foydalanilishiga qaratgan va sabablarini quyidagicha izohlagan, tadqiqotda ishtirokchilarni yangi so'zlardan qanchalik foydalanishlariga, so'zlarni almashtirish, yangi so'zlar qo'shish kabilarni tahlil qilgan. Tadqiqot xulosasida

ishtirokchilardagi turli xil omillar misol uchun lug‘at boyligi, iltimoiy hayoti shaxsni qaysi maqomda ekanligi ta’sir ko‘rsatishini tajribalar asosida o‘rganib chiqishgan.

Biz o‘tkazgan tadqiqotda ham talaba bo‘lmagan yoshlarimiz ijtimoiy hayotda turli maqomda, o‘qimagan bo‘lishsa ham real hayotdagi vaziyatlarini yahshi tahlil qila olishadi. 20- 21 yosh oralig‘ida bo‘lishsa ham qaysidir hunarni egallab o‘z ishlarini boshlashgan. Yaniki ko‘p insonlar bilan muloqot qilish jarayonida nutq faoliyati nisbatan yahshi rivojlangan degan tahminga keldik.

5. Fe‘l va fe‘l leksemalarini qo‘llashda ham bir qancha farqlar mavjud. Talaba bo‘lganlarda fe‘lni qo‘llash bo‘yicha eng yuqori ko‘rsatgich A9 ishtirokchida 61 va eng past ko‘rsatgich A1 ishtirokchida 41ga teng ekanligi aniqlandi. Fe‘l leksemalarini qo‘llash bo‘yicha esa eng yuqorisi 37 eng past ko‘rsatgich 28 ga teng.

Talaba bo‘lmaganlarda fe‘llarni qo‘llashda eng yuqori ko‘rsatgich B6 ishtirokchida 70 va eng past ko‘rsatgich B9 ishtirokchida 50 ga teng. Fe‘l leksemalari bo‘yicha eng yuqorisi 44 va eng past ko‘rsatgich 35 ga teng.

Talaba bo‘lgan yoshlardagi fe‘llarni qo‘llash bo‘yicha umumiy o‘rtacha qiymat 54,5 talaba bo‘lmaganlarda 62,4 ga teng. Fe‘l leksemalari bo‘yicha o‘rtacha qiymat talaba bo‘lganlarda 34 talaba bo‘lmaganlarda esa 40 darajaga teng.

Ot va fellarning qo‘llanish natijalari shuni ko‘rsatadiki, talaba va talaba bo‘lmaganlar nutqida otlardan 69,1-77,7 fellarda esa 54,5- 62,4 ga teng. Fe‘llarga qaraganda otlardan ko‘proq foydalanilgan. Bundan ko‘rinadiki, so‘zlovchi nutqida harakatni ifodalashdan kora predmet va tushunchalarni nomlashga ko‘proq etibor qaratishini anglatadi.

An image is worth a thousand words: Why nouns tend to dominate verbs in early word learning.

Tadqiqotimizda talaba bo‘lgan va talaba bo‘lmaganlarda ot va fe‘llarni qo‘llash bo‘yicha solishtirilganda otlarni ko‘rsatgichi yuqori chiqdi. Bunga asosiy sabab sifatida yuqoridagi maqolani tahlil va xulosa qismini oldik. Olim tadqiqotda otlar odatda fe‘llarga qaraganda osonroq o‘zlashtiriladi deb tahmin qilgan. Ot va fe‘llarni o‘zlashtirishda katta farqlar mavjud bo‘lib, otlarning ustunligini birinchi sababi yoshlikda ot so‘z turkumi fe‘l so‘z turkumiga qaraganda birinchi o‘zlashtiriladi bunga asosiy sabab bola e’tiborini ko‘proq obektlarga qaratadi (to‘p, it, stul,) harakat jarayonlari esa (yugurmoq, bermoq, sindirmoq) kabilar esa keyinroq o‘zlashtiriladi, ikkinchi sababi esa so‘zlarni tasavvur qilinuvchanligi bilan bog‘liq. So‘zlarni tasavvur qilinuvchanlik omilli fe‘llarga qaraganda otlarda tezroq shaklanadi. Nutq jarayonida matningizni qanchalik boyitmoqchi bo‘lsangiz, ma’noli nutq qilishni xohlasangiz ot so‘z turkumidan ko‘proq foydalanilar ekan. Bu maqoladan shuni aytish mumkinki, tadqiqot uchun tanlab olingan ishtirokchilaringiz talaba yoki talaba bo‘lmagligidan qat’i nazar, otlarning nisbatan yuqori ko‘rsatgichga ega bo‘lishini yuqorida keltirilgan dalillar asosida asoslash mumkin.

Xulosa.

Tadqiqotimizda talaba bo'lgan va talaba bo'lmagan yoshlarning spontan nutqi tahlil qilindi va quyidagicha xulosalar berildi. Tadqiqot jarayonida gaplar soni, nutq tezligi, gap uzunligi, ot va fe'llardan hamda ularning leksemalardan foydalanishini statistik usulda o'rganib, tahlil qildik. Talaba bo'lgan yoshlar nutqida ta'lim sifati sezilarli ta'sir ko'rsatar ekan.

Tadqiqot natijalaridan kelib chiqib shuni aytilish mumkinki talaba bo'lmagan yoshlarning spontan nutqi tezroq, gaplar soni ko'proq va leksik jihatdan (ot va fe'llar bo'yicha) faolroq, talaba bo'lgan yoshlarning nutqi esa uzunroq va nisbatan murakkabroq tuzilishga ega. Bu farqlar ta'lim darajasi, ijtimoiy tajriba va nutqni rejalashtirish kabi tafovutlar bilan izohlandi. Tadqiqot natijalaridan kelib chiqib shunday deyish mumkin, spontan nutqning qo'llanilish darajasi ta'lim va ijtimoiy omillarga ham bevosita bog'liq ekan.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR;

1. Brief, embedded, spontaneous metacognitive talk indicates thinking like a physicist.
<https://journals.aps.org/prper/abstract/10.1103/PhysRevSTPER.11.02012>
2. Exploring University EFL Students Use of Communication Strategies in Impromptu Speaking.
<https://doi.org/10.31004/jele.v10i3.941>
3. A Descriptive Study on Students Speaking Ability in "Daily Conversation" Context at Higher Education.
10.32529/glasser.v7i1.2402
4. https://socialscienceresearch.org/index.php/GJHSS/article/download/3275/6-The-Impact-of-Educational_html?inline.
5. <https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC3043374>

Ilova.

Audioning yozma shakli.

Talabalar:

1. Mubinabonu (20) yosh

Hayotingiz davomida xotirangizda saqlanib qolgan kun haqida gapirib bering:

Xotiramda muhirlangan kun abuturentlik davridagi imtihon kunim bolgan chunki imtihon vaqtlari juda asabiylashib kuchli hayajonlanib qolganman va bu menda stressni paydo qilgan. Bilgan savollarimga ham notogri javob belgilab chiqqanman va ancha vaqt ozimni kechirolmay yurganman. Vaqtlar otib, talaba bolganimdan song bu hammadada boladigan tabbiy holat ekanligini tushunganman. Keyingisi tugilgan kunim bolgan ikkita akam kelinoyilarim ota- onam barchalari kechda honamga kelib tabriklashgan va akalarim yangi telefon sovga qilishgan. Shu yil xotiramdan umuman ochmaydigan kun shu boldi.

Hozirgi vaqtda sizni nima koproq tashvishga solyapti: Koproq kelajagim haqidagi oylar meni juda tashvishlantiradi, ertangi kunda qanday kasbda bolaman ijtimoiy mavqeyim, jamiyatdagi ornim qanday boladi degan savollarga bazida ozimdan javob topolmay qolaman. Shular meni juda tashvishga soladi hamda shuncha kitob oqisam ham bular men uchun juda kamligi ozim uchun kelajagim uchun keraklicha harakat qilmayotganim, ota onam oldidagi vazilarim ularni menga bildirgan ishonchlarini oqlay olmayotganim meni juda tashvishga soladi, harakat qilyapman lekin juda kam deb oylayman.

Kelgusi besh yil ichida ozingizni qanday inson sifatida korasiz: Ozimni har ishda muvafaqqiyatga erishgan, tajribali ayol sifatida juda yahshi orinda koraman. Birinchidan suyukli yor, ikkinchidan mehribon ona, uchunchidan qaynonamni sevimli va erkatoy kelini tortinchidan biznesmend ayol sifatida koraman. Kelajak haqida aniq nimadir deyish qiyin men shunday kelajagim bolishini faqat Ollohdan sorayman aytishadiku duo taqdirni ozgartiradi deb men shunga ishonaman va hozir harakat qilsam toxtab qolmasam albatta niyyatlarimga erishaman.

2. Iroda (20) yosh

Hayotingiz davomida xotirangizda saqlanib qolgan kun haqida gapirib bering:

Hozir yahshilab eslab korsam Ozbek adabiyoti tarixi fanidan yakuniy nazorat topshirishimiz kerak bolgan 30- may kuni bolgan ustoz imtihon olayotgan edila. Honaga kirganman bitta billetda uchta savol boladiku oshanda birinchi savolga bir ogiz gap aytishim bilan ustoz keyingisiga oting dedila keyin bunisiga ham bitta gap aytdim yana ustoz keyingisiga oting dedila uchunchi savolga ham oz javob bersam ham Iroda bahoyiz besh deb chiqarib yuborgan edila bu imtihom kunini hech xotiramdan chiqarolmayman keyinchalik ham imtihonlarga kirganman lekin bunisi boshqacha bolgan edida.

Hozirgi vaqtda nima sizni koproq tashvishga solyapti. Universitetda darslar koplighi uchun ingliz tilini mustaqil tarzda organiyapman lekin chala qolib ketyapti kopincha chunki hozir ikkinchi kursman vaqt tez otib ikkinchi, uchunchi bosqichga otib ketib qolsam til organishim qolib ketadi deb oylayman va bu meni juda tashvishga soladi. Har bir ishga yetarlicha vaqt sarflamasligim meni juda asabiylashtiradi. Bazar eplolmayapman deb ozimni juda ayblab yuboraman.

Kelgusi besh yil ichida ozingizni qanday inson sifatida korasiz: Oqishni bittirib bolgan, chet tilli sertifikati bor, horijda magistratura oqiyotgan qiz sifatida koraman. Togri bu juda qiyin lekin hozir harakat qilsam albatta uddalashimga ishonaman. Kelgusi besh yil ichida turmush qurish niyyatim bolmagani uchun ozimni faqat ilm yolida yurgan oz kelajagi uchun harakat qilayotgan inson sifatida koraman. Magistraturani bitirganimdan song ham ilm olishdan oz ustimda ishlashdan toxtamayman. Balki keyinroq turmush qurish haqida oylab korarman, lekin hozir emas.

3. Madina (20) yosh

Hayotingiz davomida xotirangizda saqlanib qolgan kun haqida gapirib bering. Eng men uchun unutilmas kunlardan biri uch yil oldingi tugilgan kunim bolgan. Osha kunda men ota - onamdan men uchun kutilmagan syurpriz sovg'a olganman yosh bolsam ham menga kamyuter olib berishgan va bu menga baxt quvonch baxsh etgan. Togri undan keyingi yillarda ham koplab sovg'alari oldim ammo aynan osha sovg'a va osha kun meni xotiramda saqlanib qoldi. Ozi men kutilmagan sovg'alarni juda yoqtiraman. Ayniqsa, oziz sevgan insondan sovg'alari olish juda yoqimli.

Hozirgi vaqtda sizni nima koproq tashvishga solyapti: Meni hozirgu vaqtda sessiya tashvishga solyapti. Bazi sabablar bilan viloyatga juda kop ketib qoldim davomatda juda tushib ketganman har darsda ustozlar atrabotka qilmasangiz sessiyaga kiritmayman deb meni battar tashvishga soladi, yana kurs yakuni bolgani uchun ayrim fanlardan kurs ishi, turlicha loyihalar yaratish kerak lekin vaqtim juda kam qolgan yaqinda sessiyalar boshlanadi. Bundan tashqari salomatligimdagi muammolar meni juda qiynayapti shifokorlar aytgan muollajalarni deyarli ololmayapman, barchasi uchun harakat qilyapman lekin eplolmayapman. Men uchun sessiya doim qorqinchli bolib kelgan. Sessiya boshlansa turli muammolar ham boshlanadi.

Kelgusi besh yil ichida ozingizni qanday inson sifatida korasiz: Kelajak haqida gapirganda insholloh deb gapiraman. Nasib oila qurgan bitta farzandim boladi, ham oila ham oqishni birdaniga davom ettiradigan inson sifatida koraman. Bundan tashqari talim sohasida ishlayotgan kadr sifatida koraman. Keyingi ishimni oqituvchilik bilan davom ettirmoqchiman ham bu kasbimni onam maqullaydi ham bolalarga ilm orgatishni juda sharafligini deb bilaman, doim ustozlarimga havas qilib kelganman.

4. Sabina (21) yosh

Hayotingiz davomida xotirangizda saqlanib qolgan kun haqida gapirib bering: Umuman esimdan chiqmaydigan kunlardan biri imtihon javobi chiqqan kun bolgan, chunki grand asosida qabul qilinganimni osha kuni bilganman va oilamdan yaqinlarimdan eng

=====

samimiy tillaklarni eshitganman. Osha vaqtdagi tuygularimni hislarimni emotsiyalarimni kechangi kun kabi eslayman. Hayotimda yana esda qolarli kunlardan biri sevgan insonim bilan ilk uchrashgan kunim bolgan, ularni va ozimni holatim, bilgan sozlarimda ham adashib qolganim, juda ham hayajon bosgan edi meni. Bu damlarni ham umrimni oxrigacha esimdan chiqqarmasam kerak menimcha.

Hozirgi vaqtda nima sizni koproq tashvishga solyapti: Salomatligim bilan bogliq muammolar meni qiynayapti, ozimga unchalik yahshi etibor bermayapman. Vaqtda ovqatlanib, vaqtda uxlamasligim, kun tartibimni buzilgani menda fizalogik charchoq va stressni keltirib chiqarmoqda. Yana hozirgi vaqtda uyga ketish muammosi, uyimdagilarni juda soginganim uchun deyarli oqigim ham kelmayapti, kun sanab uyga qaytish kunlarimni kutypapman. Bundan tashqari imtihonlar barcha fanlardan mustaqil ish topshirishim kerak, maqolalarim chala qolgan ularni tugatishim kerak, muhimi uyga qaytguncha barchasiga ulgurishim kerak.

Kelgusi besh yil ichida ozingizni qanday inson sifatida korasiz: Dadsent darajasida bolgan inson sifatida korishni xohlayman. Yana juda kop davlatlarga sayyohat qilgan, turmush ortogi tomonidan sevib qadrlanadigan, farzandlari uchun mehribon ona, qaynota va qaynonasini arzanda, erkatoiy kelini sifatida korishni xohlayman. Oilasida ham ishida ham ozini topolgan, oquvchi, talabalari tomonidan yahshi koriladigan ustoz sifatida ozimni korishni xohlar edim. Xullas hozirgi vaqtda nima niyyat qilgan bolsam barchasiga erishgan mukkamal inson sifatida ozimni korishni xohlar edim.

5. Mehrangiz (20) yosh

Hayotingiz davomida xotirangizda saqlanib qolgan kun haqida gapirib bering: Ingliz tilidan sertifikat uchun imtihom topshirgan kunim bolgan, imtihonga kirib ketdim ota- onam menga qarab turibdilar, ularga qaradganimda ichimdan ozimga nisbatan nafrat his qildim. Osha kun hech qachon esimdan chiqmaydi nima uchun ekanligini bilmadim lekin aynan menda sertifikat ololmayman degan ishonch bilan chiqqanman, togri sertifikat oldim lekin osha kun meni xotiramda saqlanib qolmadi. Oilamni menga bildirgan ishonchlari juda kuchli bolgan, afsuz men shuni ham eplolmadim deb oylaganman. Hozirgi vaqtda ham men ozimni kechirolmayman.

Hozirgi vaqtda nima sizni koproq tashvishga solyapti: Ieltsga tayyorlanyapman hozirgi vaqtda, avval ham topshirganman lekin yetarli balni toplayolmay qolganim uchun yana bir bor harakat qilib kormoqchiman lekin ozgina qoquv bor ichimda yana ololmay qolsamchi deb, lekin tayyorgarlik koryapman. Avvalgi imtihonim kamyuterda bolgani uchun menda yozishda qiyinchilik bolgan, men qogozda yozishga tayyorlanib yurganman birdaniga bu narsa ozgarib ketgan. Shuning uchun natijalarim past chiqqan va men ozimdan qoniqmaganman osha vaqtda. Yana meni teashvishlantiradigan muammolardan biri unversitet muammolari, kvartiradagi qizlar munosabati va yana sessiya imtihonlari bolyapti. Aslida bular muammo sifatida qarashga ham arzimaydi lekin hayotimga, yashash tarzimga oz tasirini korsatmoqda.

Kelgusi besh yil ichida ozingizni qanday inson sifatida korasiz: Ozi aslida ertaga tirik yashashimiz aniq emas, lekin barber niyyat qilib yashaymiz. Chet elda oqib kelib, tarjimonlik ishimni boshlab, ozimni ikkinchi roman ustida ishlayotgan bolaman. Balki kimnidir yoqtirib qolsam ikkinchi farzandimizni kutayotgan bolarmiz lekin halicha bu haqida oylab kormadim.

6. Sevinch(20)yosh

Hayotingiz davomida xotirangizda saqlanib qolgan kun haqida gapirib bering ? Hayotim davomida xotiramda saqlanib qolgan kun bu san bilan urishib qolgan kunim va bir yil maktabga bormaganim, san bilan urshganligim sababli. Ushanda rasa borgim kegan lekin san mani kechirmisan dib oylaganman shunga borgim kemagan. Bizani kopchili yarashtirmoxchi bogan, lekin usha oramizani bizgan odam notogri gap etib sanga shuncha yili ortochiligimizi bizgan hasadi kelibmi bilmiman kegin mazza qib yurgan. Ushanda sanga etmaganidim saniyam rasa yomonlan yurardi manga. U ikkta tomonlama yomonlab yurgande usha mani xotiramda saqlanib qogan eng kotta voqea bogan.

Hozirgi vaqtda nima sizni ko'proq tashvishga solyapti? Hozirgi vaqtda mani tashvishga sovetgan narsa bu yaqinda TMSda imtihonim boladi yakuniy, keyin darslarimizayam tugidi. Mashin narsa mani tashvishga soveti, chunki javoblarini topomadi kursdoshla bilan ozimiz kalamiz bilan yechib chiqamiz endi. Staristamiz topib berardi u raddomga ketib qoldi ushanga hich kim harakat qimadi topishga. Man naushnik ob kirmoxchiman romolda korinmidiku, savolani oqib berib turaman u jovobini etsa belgilavolaman testde 5ta fanimam. Ertaga uje imtihon yomon hayajonlanvoman, lekin ozimga ishonaman.

Kelgusi 5 yil ichida o'zingizni qanday inson sifatida ko'rasiz? Kelgusi 5-yil ichida ozimi shaxsiy biznesim, chiroyli oilam boladi, ozimi orzu qigan narsalaga erishgan bolaman osha paytda inshaalloh. Keyin 5-yil ichida pravaga oqib, prava olishi xohliman, chunki akam prava osen moshina oberaman diganidila. Keyin kotta xususiy bogcha ochaman, uni reklamala qildirib eng zor taniqli bogcha qildiraman. Ozimi bolalarimam ushata kotta bolshadi.

7. Mohidil (20)yosh

Hayotingiz davomida xotirangizda saqlanib qolgan kun haqida gapirib bering ? Hayotim davomida xotiramda saqlanib qolgan kun bu 4-sinfda bitiruv kecha qiganmiz kafeda. Biza usha man bilan ortogim raqs tayinlaganmiz ozimiz. Maktabda mashnaqa tadbirlada kop qatnashib turardi raqslada. 4-sinf usha kafeda qigan bitiruvimizda hamma sherlarini etgan, hamma raqslarini qoyib bergan keyin biza ortogim bilan alohida tayinlagan raqsimizani qoyib endi oynash jarayonimizada bitta ortogim turgan bogande xushidan ketb qogan. Biza oynavotgan joyimizada nima qivotganimizani bilmi qoganmizade esimizdan chiqb qogan harakatlarimiz. Raqsimiz tugagandan keyin hammani etibori usha qizda bogande, keyin bilishsa u qiz ertalab choy ichmi kegan bogan. Tadbiri boshrogidi adashmasam shunga hamma galati bop qogan. Tadbiri yakunlashga ustoz chiqanlade gapirvotgan paytlari yeglavorganlade haligacha esimda usha qizi holatidanmi blmiman.

Hozirgi vaqtda nima sizni ko'proq tashvishga solyapti? 1 hafta oldin ozim tushunmasdan, ozim blan ozim kelishomasdan yurudim. Fikrlarim chalkashib ketuvdi, rasa oychan bop qoludim, ozimga savolla berib, kun tartibimam boshqacha bop qoganidi. Hozir buni togiladim dib oyladim, otib ketti manimcha. Hozir oylashim kere bogan narsalani unaqa chuqur oylab, qaygurib, kuyinib yurmayaman shunchaki tashab qoyvoman. Mustaqil ishlarimi topshirishga ulgurmayaptudim kechadan boshlandi ekstremal vaziyatla psixologiyasidan 5tasini qildim keyin uxlab qoldim, keyin bugun ertalab yolda qib keldim babir ulgurmadim. Keyin nimaga oldinro harakat qimadim, ne ulgurmadim dib oylavotudim ustoz mayli keyingi hafta topshirasila diganlaridan keyin qanaqadir yengil boldim. Hamma narsa bitta vaqtga tiqilganiga tashvishlanvotudim, endi kun tartibim boyicha harakat qilaman.

Kelgusi 5 yil ichida o'zingizni qanday inson sifatida ko'rasiz? Keyingi 5-yil ichida ozimi ancha rivojlangan, ozi ustida ishlagan, hozirgi Mohidil orzu qivotgan insonga aylanadi dib oyliman. Shunga hozirdan harakatimi boshlaganman va bunda qattiy turaman. Keyingi 5-yil ichida yana rus tili va ingliz tilini organmoxchiman, chunki bu hozir oqshimdayam va hayotimdayam kere bovtogani uchun. Gapirishsa chunaman, lekin gaplashomiman. Keyin man bolalar psixologiyasi yonalishi boyicha ketmoxchiman, chunki amaliyoda Dispanserga borganidik ushata bolala bilan ishlash jarayonida qiyinligini chundim. Shunga qarami baribir bolalar bilan ishlagim keldi, bolalar bilan qulay bogani uchun.

8. Mukarramabonu (20)yosh

Hayotingiz davomida xotirangizda saqlanib qolgan kun haqida gapirib bering ? Hayotim davomida xotiramda saqlanib qolgan eng asosiy voqea bu mani oqishga kirgan paytim bogan. Man oqishga kirgan paytim shunaqangi xursand boganmanki bu xursandchiligimi soz bilan ifodalash qiyin. Keyin bundan tashqari uydigilarimam rosa xursand bolishgan ota-onam va ayniqsa buvimla. Usha payti maktabdan beri birga osgan yaqin ortogim Nazokatam man bilan bitta universitetga kirgan psixologiya yonalishi boyicha shu xotiramda qolgan.

Hozirgi vaqtda nima sizni ko'proq tashvishga solyapti? Hozirda kun tartibim har xil bop ketgan, bazan hech nimaga ulgurmi qolaman. Shunga kun tartibimi 1-orinda togirlashim kerak. Hozirgi vaqtda mani koproq tashvishga soladigan narsa yana bu mani kelasi yil magistraturaga topshirishim. Yani unga u uchun ielts olishim, ielts kursga borishim, keyin tayyorlanishim yoki bomasam boshqa birorta fanga kursga borib sefir olishim keyin magistraturani oqib chiqishim hozircha asosiy muammolarimdan biri hisoblanadi.

Kelgusi 5 yil ichida o'zingizni qanday inson sifatida ko'rasiz? Man ozimi kelgusi 5-yil ichida ozimi shaxsiy markazim bor, psixologiya boyicha yetuk mutaxassis, magistraturani bitirgan, daktaranturani yoqlagan, oilali va hamma orzulariga erishgan inson sifatida tasavvur qilaman. Shu besh yil ichda bundan tashqari man ota-onam, turmush ortogim, qaynotam-qaynonam bilan umra safariga borishni ham rejalashtiryapman. Bundan tashqari men otam uchun ham moshin olishni rejalashtiryapman va bunga harakat qilyapman. . Inshaalloh bu

barcha rejalarim amalga oshadi. Bundan tashqari qilishim kerak bolgan ishla, hali orzu va maqsadlarim juda kop. Buning uchun men hozirdan koproq harakat qilishim kerak.

9. Mahbuba (21)yosh

Hayotingiz davomida xotirangizda saqlanib qolgan kun haqida gapirib bering ?

Hayotim davomida xotiramda saqlanib qolgan kun bu dadamning tugilgan kunlari bolgan. Chunki birinchi xotiramda judayam yodda qop ketgani 5-sinfligimda dadamni tugilgan kuniga birinchi martta tort pishirib berganman ozim qollarim bilan. Usha judayam manda estaqolarli bolib qolgan. Keyin esa oqishga kirgan kunim yani ballim chiqqan kuni kirganimi korib rosa xursand boganman. Ayniqsa uyimdigila xursand bolishgan oqish boshlanguncha kop tayyorlanganmiz. Uydigila doim manga narsala olib berishardi quvonganimdan yeglab yuborganman.

Hozirgi vaqtda nima sizni ko'proq tashvishga solyapti? Hozirgi vaqtda mani koproq tashvishga solayotgan narsa bu kun tartibimi uncha yolga qoyomayapman usha. Kegin ozim xohlagan narsalani bazida qilomiman usha narsa mani tashvishga soladi. Lekin bunga nisbatan harakatim bor yoq emas. Bu mani tashvishga solmaydi lekin faqat shu narsala kop oylantiradi mani.

Kelgusi 5 yil ichida o'zingizni qanday inson sifatida ko'rasiz? Kelgusi 5-yil ichida man ozimi judayam baxtli, hamma narsaga erishgan, chiroyli moshinasi bor, oilaviy, oz kaspini ustasi, baraka, fayzli, Mahbubani koraman. Dostlari, yaqinlari, ota-onasi hamisha yonida, turmush ortogi hamisha yonida ulani sevimlisi shirin hayota yashayotgan Mahbubani koraman. Kelajakda ozimi shaxsiy offisim bolishini va u yeri ozim xohlaganimdek chiroyli qilib bezatishni, jihozlashni xohlayman. Doimo har tomondan rivojlangan ilimli Mahbubani koraman.

10. Malika (20)yosh

Hayotingiz davomida xotirangizda saqlanib qolgan kun haqida gapirib bering ?

Hayotim davomida juda kop xotirala saqlanib qogan lekn manga eng esta qolarlisi bu tugilgan kunim bogan. Bir kuni bitta kiym korib qoganman ushani tugilgan kunimga omoxchidm lekn hich kim bilmasidi buni . Tugilgan kunimda adajonim bilan oyimla manga usha kiyimi sovga qilishgan. Ushanda judayam xursand boganman mandan xursand odam bomagan. Ushanda ortoqlarim bilan o tirishga kiydim hamma mahtaganidi koz teydimi bilmiman uyga borib, veshilkaga osam yertilibdi, uni atelienga ob chiqanimda hich nima qibomidi buni end digan. Uni ozini holiga keltirib bomagan wu mani esimda qop ketgan. Bu bir tomondan kulgili, bir tomondan ayanchli bogan zato tugilgan kunimga kiyganman.

Hozirgi vaqtda nima sizni ko'proq tashvishga solyapti?

Hozirgi vaqtda mani hich narsa tashvishga somayapti lekin shu kunlada judayam gamgin bop qoganman. Ba'zan oldimdagi insonla manga judayam galati korinadi. Keyin man "yoq" diyishi bilmiman, kim nima sorasa iloji boricha qolimdan kegancha harakat qilaman topishga. Oldinda ya'na sessiyala yaqin ulagayam tayyorlanish lozim togri bu tashvishga somidi lekin babir oy fikrla bolib turadi.

Kelgusi 5 yil ichida o'zingizni qanday inson sifatida ko'rasiz?

Kelgusi 5yil ichida man ozimi ota-onami eng faxirli qizlari, eng yaxshi psixolik, pushti rangli moshinasi bor, hamma narsaga erishgan, bir oilaning erka kelini va suyukli yori bolaman xudo xohlasa, ya'na oz kasbimning eng zor bolalar psixoligi sifatida tasavvur qilaman. Chunki yoshligimdan bolalaga boshqacha mehr qoyganman, ulani judayam yaxshi korganim uchun kelajakda bolalar uchun alohida markaz ochib uni barcha yaxshi jihozlar bilan toldirib bermoqchiman.

Talaba bolmaganlar yoshlarning spontan nutq tahlili.

1.Laylo (21) yosh

Hayotingiz davomida xotirangizda saqlanib qolgan kun haqida gapirib bering: Albatta baxtli kunlarim kop bolgan lekin xotiramda eng muhirlanib qolgan bittasini aytib bermoqchiman. Maktab vaqtida 11- sinfligimda tugilgan kunimda juda ham ozimni baxtli, kerakli his qilganman. 25noyabr har yilgidek sinfdoshlarim, dugonalarim tabriklashsa kerak deb borgan edim, lekin sinfga kirishim bilan ramantik qilib bezatilgan, gular bilan toldirilgan honaga kirib borganman. Shunda ozimga aytgan edim, demak men kerakli inson ekanman, yahshi odam ekanman degan tuygu va fikrlar kelgan.

Hozirgi vaqtda nima sizni koproq tashvishga solyapti? Har doim hayot tekis ketavermas ekan, men ham hozir shu muammolar bilan yuribman. Ulgayganim sari juda ham kop tashvishlarim ortib bormoqda. Hozirda eng muammoli holat dadamlarning saraton kasalligiga chalingani, shifokorlarga olib borganimizda osimtaga tig tekizib bolmasligini aytishgan, bu haqida kop oylayman juda ham nima qilsam ularga yordam bera olaman , ular meninge ng yaqin insonim ularni juda yahshi koraman. Bu tashvish meni ulgaytirdi desam umuman yangilishmiman, avvallari hayotga oddiy koz bilan qaragan bolsam hozir hayot juda ham qiyin ekanligini tushunib boryapman, ozimni ojiz, qolidan hech ish kelmaydigan odam kabi his qilaman. Qani edi dadamlar tuzalib ketsalar meni buni dushmanimga ham ravo kormiman

Kelgusi besh yil ichida ozingizni qanday inson sifatida korasiz? Ikki yil oqishga topshirdim ammo kirolmadim. Hozirgi vaqtda tikuvchilik hunarini organdim va uyda ishimni davom ettiryapman. Niyatim kelgusi besh yil ichida katta dizayner bolish, albatta harakat qilsam uddalayman. Bundan tashqari yaqinda turmushga chiqaman, ozimni suyukli yor deb, mehribon ona deb koraman. Yana turmush ortogim bilan kelishib unversitetda oqimoqchiman, bu meni armonim. Ilm egallashni erta kechi bolmaydi deb oylayman. Farzandlarimga chiroyli tarbiya berishni, ilmni odam bolishi uchun ham oqishim kerak deb oylayman.

2. Mashhura (20) yosh

Hayotingiz davomida xotirangizda saqlanib qolgan kun haqida gapirib bering: Yaxshi kunlarim kop bolgan albatta, unversitetga kirolmaganim uchun maktab davridagi xotiralarimni juda qadrlayman.Birinchi marta maktab ostonasiga qadam qoyishim, harflarni organishim, yangi saboqlar olish, ayniqsa yangidan yangi dostlar ortirish, 11 yil davomida bir

honada dars otish, sinfdoshlar bilan qilingan shoxliklar hammasi juda ajoyib edi. Vaqt otib ulgayish hamma narsani xotiraga aylanib qolishi insonga hayotdan doim mano izlab, har kunimizga shukr aytib yashashga undaydi. Har bir kunimni xotiramda saqlab qolishga harakat qilaman.

Hozirgi vaqtda nima sizni koproq tashvishga solyapti: Bunday tashvishlar juda kop hozirgi vaqtda. Eng muhimlaridan biri men turmushga chiqqanman bir yildan oshdi toyimiz bolganiga lekin farzandli bololmayapmiz, menni sogligimdagi muammolar sabab bolayotgan ekan. Turmush ortogim meni doim qollab- quvvatlaydilar menga mativatsiya beradilar, farzand Olllohn nemati hali kop farzandlarimiz boladi hayotimiz oldinda oylab siqilma menga seni sogliging muhim deydilar. Lekin doim hayolimda shu narsa men sabab farzandli bololmayapmiz deb ichimni yeyman, eng yomoni qarindoshlarimizni bizga qachon endi farzandli bolasizlar deyishi meni tamom qilyapti. Bundan tashqari shu yil oliy oquv yurtiga topshirgan edim afsuzki kirolmadim, hafa bolmadim chunki tayyorlanmagan edim, uy ishlari deb kitob oqishga vaqt topolmayman. Oliy oquv yurtiga omadimga ishonim topshirib korgan edim.

Kelgusi besh yil ichida ozingizni qanday inson sifatida korasiz: Men ozimni hech qanday qiyinchiliklarga, gap sozlarga qaramasdan, barcha muammolaridan qutilgan, ozim xohlagan yonalishda oqiyotgan inson sifatida korishni xohlayman. Jamiyatda oz orniga ega bolgan, farzandlari uchun namuna boladigan ona sifatida korinishni xohlayman.

3.Zamira (20)

Hayotingiz davomida xotirangizda saqlanib qolgan kun haqida gapirib bering?

Eng esimda kop qogan narsa 13-yoshimda bogan. U paytda biza uchaskada hovlili uyda turardik kochada bir tomonga uchaskala qurilgan bir tomonda hali bitmagan uyledi man ushani ortasidan otshim keregidi. Maktabdan qaytvotkanimda qor yogvorgan keyn kech boganiga ortogimikiga borganmiz. Oyim kelib mani ob ketvotganlarida man norozi boganman chunki ortogim bilan oynashi xohlaganidim. Oyimga etsam qomisan diganla keyn oyim ob ketvotganlarida bohona qiganman shotta qosamchi maktabgayam yaqin yugurib borib kelaman ertalab disamam yo diganla ushanda atiydan yeqilib oyogim oyogim orivoti diganman. Shunda oyim mani kotarib ob ketganla 13-yoshman ogir boganmande shundayam oyim bechara mani yelkalariga qoyib kech bosayam qorongi bosayam mani ob ketganla. Hozir shuni eslasam judayam galati bop ketaman usha paytda nimaga aqilsiz boganman dib. Onajonimi mehri shunchali kuchli boganki sovuligiga qarami mani kotarib ob ketganla.

Hozirgi vaqtda nima sizni koproq tashvishga solyapti?

Hozirgi vaqtda mani tashvishga solidigan narsa odamlani judayam ozgarib ketishi. Yani hozir man kochada yursam hamma odamla bir-biriga nastreyeniyasiz, kayfiyatsiz, qovogini solib qaragan, bir-biridan hafa bogan, yolg'on gapirgan yani samimiyli soqolib ketyapti. Men xohlardim odamla samimiy bolishini, bir-biriga mehribon bolishin, doimo yaqinlariga sovgala ulashishini, xursand bolib yurishini xohlardim.

Kelgusi 5 yil ichida o'zingizni qanday inson sifatida ko'rasiz?

Oldin man judayam uyatchan qiz boganman, kopla bilan chiqishmasidim, hozir buni sekin-sekin yoqotishga harakat qivoman. Kelgusi 5-yil ichida xudo xohlasa ozimi ustimda ishlab kareys tilini va boshqa tillani mukammal organmoxchiman. Kareyaga borib ozimi karyerami qilib oquv sentirini ochmoxchiman. Kelajakda yana magistiri oqib phdni yoqlab doktor nauk bomoxchiman bulani hammasini kareys tilida ob ketmoxchiman chunki kareys tilini yaxshi koraman.

4.Xadicha (20) yosh

Hayotingiz davomida xotirangizda saqlanib qolgan kun haqida gapirib bering: Meni eng xotiramda qolgan kunlardan biri yoshlik vaqtlarim bolgan. Kichkina qizaloq bolgan vaqtlarimni kop eslayman.Maktab davridan deyarli xotiralar qolmagan, qolgan bolsa ham men ularni eslashni xohlamayman. Lekin bolalik vaqtimda otib ketgan buvim bolganlar, ularni juda yahshi korardim, buvim bilan otkazgan har kunimizni eslayman. Ishonch bilan aytolaman buvim bilan otkazgan kunlarim eng yahshi kunlar bolgan . Hech qaysi vaqtga almashmayman osha kunlarni va bundan keying hech qaysi bir kun meni xotiramda unchalik saqlanib qolmagan, eslab qolishni ham xohlamaganman.

Hozirgi vaqtda nima sizni koproq tashvishga solyapti. Meni koproq kasbim tashvishga solidi.Hozirgi vaqtda hamshiraman, lekin bu ishga xohlab kirmaganman va hozir ham xohlamayman hamshira bolishni. Bilmadim menga yoqmaydi, ozim dohtirdan qorqaman. Ukol qilaman bemalol chunki uni joni ogrisa menga sezilmaydiku, lekin ozim qorqaman. Prosta tish dohtiriga borsam ham qorqib otiraman, qorqmang deb meni tinchlantirib turishadi. Oilam meni kasb tanlashimda tosqinlik qilishgan ozlari aytgan kasbga qoyishdi. Men olti oylik hamshiralik kursini bitirib kasalxonaga ishga kirdim, lekin xohlamiman. Shuning uchun ham meni kasbim havotirga solyapti men hamshira bolib ishlagim kelmayapti bogilib ketaman bazan.

Kelgusi besh yil ichida ozingizni qanday inson sifatida korasiz? Kelajakda nima bolsa ham oqimoqchiman, uydagilar yana ozlari xohlagan yonalishni aytishyapti lekin men ozim tanlamoqchiman. Albatta erga berishguniga qadar oqishga kirib olishim kerak.Yaqin besh yil ichida ozimni oilam boladi, shirndan shakar farzandlarim boladi, ozim xohlagan kasbda ishlayman, ozimni biznesim boladi, Ozim xohlagan ish bilan shugulanaman va eng baxtli ayollardan biri bolaman.

5.Rustam (21) yosh

Hayotingiz davomida xotirangizda saqlanib qolgan kun haqida gapirib bering: Hayotimda esda qolarli kunlar juda kop bolgan, bulardan hech ikkilanmay bir nechtasini sanab berolaman. Bulardan eng muhimlaridan biri yoshligimda karate togaragiga qatnashganman, bir kuni karatedan musobaqa bolgan va meni tanlab olishgan edi, oshanda tuman bosqichidan uchunchi orinni olganman. Hech esimdan chiqmaydi uyga borganman diplomlarim, sovgalarim bolgan qolimda otam korib hayron bolganlar keyin yutdimi deb rossa hursand bolgan edila, men osha vaqtdagi quvonchimni doim eslayman.

Hozirgi vaqtda nima sizni kop tashvishga solyapti: Men koproq ozimdan ham yoshlarni oylayman. Togrisi deyarli telefonimni kop ishlatmayman hozir ham lekin ukam tengi bollarga qarasam doim qolida telefon, maktabda ham deyarli oqishmayapti. Biz yoshligizda bolalar bilan fudbol, valebol bazan basketbol kop oynar edik. Hozir bolalarni kop kuzataman ular boshqacha shakllanyaptida. Hammasi ozi bilan ovora bolib qolgan. Bu bir tomondan foyda boshqa tomondan zarar boldi togrisi. Mehr oqibat, dostlik hammasi deyarli yoqolyapti. Bazan oylab qolaman ertaga qanday yashar ekanmiz bu ketishda deb.

Kelgusi besh yil ichida ozingizni qanday inson sifatida korasiz? Kelajakdagi rejalarim juda katta va hozirdan bu uchun qolimdan kelgancha harakat qilyapman. Oz biznesimni yolg qoymoqchiman . Kelgusi besh yil ichida men har taraflama yuksalgan moddiy va manaviy tomonlama ham ozi bemalol qoplay oladigan, ozi oilasini qurgan oilaboshi, qarindoshlariga farzandlariga ornak boladigan ota sifatida, ayolim uchun mehribon umr yoldosh sifatida ozimni korishni xohlayman.Xullas oilasi uchun harakat qiladigan erkak bolish uchun hozirda nima qilishim kerak bolsa shuni qilyapman.

6.Jamshid (20) yosh

Hayotingiz davomida xotirangizda saqlanib qolgan kun haqida gapirib bering: Men oqishga kirolmaganman, deyarli topshirb ham kormadim. Balki shungadir maktab vaqtidagi xotiralarimni juda qadrlayman.Eng kop eslaydigam kunlarimdan biri bitiruvchi bolgan kunim edi. Menga uyimdagilar Rossiyaga ishlash uchun ketishimni aytishgan edi, balki shungadir maktabni bitirishni hech xohlamaganman, 2023- yil 25- may songgi kune di. Rossa yiglaganman, lekin hech kimga korsatmaganman. Men uchun yoshlik tugab katta hayot boshlangan edi osha vaqt. Undan keyin Rossiyaga ketdim, boshida juda qiynalдим keyinroq konikib boshladim.

Hozirgi vaqtda nima sizni koproq tashvishga solyapti? Men uchun dolzarb muammolardan biri ham oilam bilan bogliq ham shaxsiy hayotimdagi ozgarishlar desam ham boladi. Uyimdagilar uylanishim kerak ekanligini aytishyapti, men ozim uchun munosib umr yoldosh topa olmayapman, bundan tashqari kasb tanlashim kerak oilamni taminlashim uchun ham hozir harakat qilishim kerak degan oylar bazan ichimni yeb bitiradi.Kochadagi ortoqlarimdan ortda qolgan ham bir muammo aslida, ozim tengi bolalarni korib ulardagi harakatni korib aslida men hech narsa qilmayapman deb oylayman, erkak kishi hech qachon harakat qilishidan toxtashi kerak emas.

Kelgusi besh yil ichida ozingizni qanday inson sifatida korasiz? Fan tili bilan aytganda besh yillik strategiyalarim bor albatta. Men oqiy olmadim hozirda kasbim yoq lekin harbiy bolmoqchiman. Yoshligimdan harbiylarga qiziqaman vatanimga hizmat qilgim keladi, oilamni yurtimni asrashni, chegarada ozim tengilar bilan birga hizmat qilishni xohlayman. Doim tasavur qilaman harbiy bolib uyga qaytsam otam onam mendan qanchalik hursand bolishadi, men bilan gururlanishlarni oylasam baxtga tolib ketaman.

7.Sarvinoz(20)

Hayotingiz davomida xotirangizda saqlanib qolgan kun haqida gapirib bering?

Hayotim davomida xotiramda saqlanim qolgan kun bu oqishga kiromagan yilim. Usha judayam xotiramda saqlanib qolgan, chunki judayam kop harakat qilganman oqishga kirish uchun uxlami qancha tayyorlanganman atigi 4 ball yetmay qogani uchun super kantraktga ilinib qolganman. Ota-onamam qayguga tushib qolishgan, ikki-uch kunlab yeglab ozinga kelishim qiyin bolgan ushanda boshimdan stress otgan disayam boladi.

Hozirgi vaqtda nima sizni koproq tashvishga solyapti?

Hozirgi vaqtda mani oqishga kirish tashvishga sovoti. Biza ortoqlarim bila bitta sohaga topshirgan edik, yani stomatalogiyaga. Uladan faqat bir kishi kirdi holos, biz kirolmadik. Oqishga kirish uchun yana tayyorlanvoman xudo xohlasi bujetga harakat qivoman, shunga hich nimaga vaqtim yoq, faqat hamma etiborimi oqishga qaratvoman. Lekin uydigilarim mani turmushga berishmoxchi man bunga hozircha qarshiman, chunki chalgib ketishim anigidi. Unga bunga bolib yana oqishim qolib ketadi avval kirib olishimi etdim. Bundan ortiq tashvishim yoq hozircha.

Kelgusi besh yil ichida ozingizni qanday inson sifatida korasiz?

Kelgusi besh yil ichida ozimi, ozim xohlagan universitetga kirish, ozim xohlagan kasb egasi bolishi xohliman. Usha yonalish boyicha yaxshi ishga joylashib karyera qilishi yoki ozimi shaxsiy yani xususiy bogchami ochishi xohliman va albatta bunga erishishga harakat qilaman. Keyin esa bir oilaning kelini bolishni, yaxshi va vafodor turmush ortogim bolishini, farzandlarim aqilli bolishini ulaniyam davlat universitetlarida oqitishni ulaniyam bilimli qilishni xohliman. Keyin pravaga oqib moshina olish niyatim bor yoki turmush ortogim ozlari sovga qilaman diganidila.

8. Zulayho(20)

Hayotingiz davomida xotirangizda saqlanib qolgan kun haqida gapirib bering?

Mani hayotimda xotiramda saqlanib qolgan kun bu turmush ortogimi uchiratgan kunim bogan. Ulani uchratganimdan judayam xursandman chunki manga judayam mehribon va oq kongila. Keyin yana bittasi bu toyimiz bolgan kun hisoblanadi. Toyimiz judayam chiroyli, fayzli va chiroyli otgan buning uchun turmush ortogimga rahmat etaman.

Hozirgi vaqtda nima sizni koproq tashvishga solyapti?

Hozirgi vaqtda mani oylantiradigan va tashvishga soladigan narsa bu kelajakdagi farzandlarim disaham boladi. Ular qanaqa bolishi, yaxshi farzand bolib yetishib chiqadimi, biz yaxshi tarbiya bera olamizami, bizaga qanaqa munosabata boladi, ota-onasiga xizmat qiladigan farzand boladimi, qanaqa ishda ishlidi shula mani kop oylantiradi. Ula yaxshi farzand bolib ulgayishi uchun albatta ota-onasini tarbiyasi, yaqinlarini tarbiyasiyam katta rol oynaydi. Keyin kun tartibim chalkashib ketgan hozir ushani togirlash arafasidaman. Hali lekin harakat qilishni boshlamandim kun tartibimi tuzgan bosamam unga amal qilolmayapman. Farzandlarimi yaxshi joyda oqitaman hech nimadan kam qimaslika harakat qilamiza va kun tartibimgayam amal qilishga harakat qilaman.

Kelgusi besh yil ichida ozingizni qanday inson sifatida korasiz?

Kelgusi besh yil ichida xudo xohlasa ozimi birinchi orinda yaxshi ona, yaxshi rafika, oilasiga sodiq rafika, mehribon va yaxshi kelin, hamma ishi ustidan chiqadigan, nima maqsad bosa hammasiga erishadigan yani hamma niyatlariga erishadigan inson sifatida koraman ozimi. Keyin arab tili boshlab oqimoxchiman, judayam qiziqaman faqat vaqt ajiratishim kerak bolyabdi. Bu kelajakda farzandlarim uchunam yaxshi va foydali boladi deb oylayman.

9. Abubakir (20)

Hayotingiz davomida xotirangizda saqlanib qolgan kun haqida gapirib bering?

Mani hayotimda judayam kop xotirala bogan ulani ichida yaxshilari bor va yomonlariyam bor. Eng esta qolarlisini etadigan bosam prava ogan kunim bogan, chunki juda kop harakat qiganman pravani olish uchun. Pravani dib kop narsaladan vos kechshimga togri kegan, daje uyqudanam vos kechib tayyorlanib chiqan kunlarim bogan. Juma kuni holam bilan topshirgani borsam mani kirgizishmagan, chunki tibbiyot varaqamga amal qilish mudatini chiqan sanasi bilan bir xil yozib qoyishgan, yana kutamanmi dib yurdim togilatib keyin dushanba kuni yana borib topshirdim xudoga shukur yuzim yorug bop 20/20 yechib chiqqanman. Amaliydanam bittada otib chiqqanman shuning uchun judayam quvonchli va esta qolarli kun bogan.

Hozirgi vaqtda nima sizni koproq tashvishga solyapti?

Hozirgi vatda mani koproq kelajak tashvishga soladi. Chunki hamma masulyatlani boynimga olaman oila rozgor diganlaride, kotta farzand boganim uchun manda masulyat kop boladi albatta buning uchun doimo harakat qib kelaman, hamma oylagan orzularim maqsadlarimga erishish uchun. Shula mani kop oylantiradi va tashvishga soladi, chunki ertasi kun nima bolishini hich kim bilmidi. Hozirdan uje masulyati oganman disayam boladi otam bomagani uchun uyi erkaki oziman.

Kelgusi besh yil ichida ozingizni qanday inson sifatida korasiz?

Man oylimanki kelgusi besh yil ichida oylagan orzularim va qigan maqsadlarimi yarimiga erishaman dib oyliman. Ieltis sertifikatimi ogan bolaman, oyimlani umraga jonataman, ozimga yengi uy ogan bolaman, eng asosiy niyatlarimdan bittasi ozim bilgan, ozim yaxshi korgan, ozim hurmat qiladigan inson bilan turmush qurish. Hozir lagist bolib ishliman va kelajakda yanayam lavozimim kotarilishini xohlaman man ozimi shunaqa inson sifatida koraman.

10. Parigul (20)

Hayotingiz davomida xotirangizda saqlanib qolgan kun haqida gapirib bering?

Eng esta qolgan damlarim toqqiz oy vujudimda kotarib yurgan bolamni dunyoga keltirgan kunim bolgan. Kegin turmush ortogimni uchratgan kunim bolgan va ulani man ikki yil kutganman kelishlarin, ular bilan judayam baxtliman. Toyimiz ham esimda albatta ulani sharofatlari bilan judayam zor otgan fayzli va chiroyli bolib. Toyimda mani eng yaxshi korgan sanatkorlarim keganidi Benom guruhi, turmush ortogim manga surpriz qiganidila quvonchdan yeglavorganidim va usha payt ham amin boldimki notogri inson tanlamaganimga.

Hozirgi vaqtda nima sizni koproq tashvishga solyapti?

Hozirgi vaqtda mani koproq tashvishga soladigan narsa bu bolami kotta qilish uni kelajakda qanaqa inson bolib katta bolishi, ota-onasiga nisbatan qanaqa munosabata bolishi, uy ishlarini qivotganimda ulgurmi qolishlarimam boladi, qaynona va qaynotami konglini olish manda shula koproq tashvishga soladi. Hamma tashvishlar uyga boglanib kelaveradi, chunki man uy bekasiman, yosh ona boganim uchunam bolamga tarbiya berib qarashga qiynalvoman uy ishlari bilan.

Kelgusi besh yil ichida ozingizni qanday inson sifatida korasiz?

Kelgusi besh yil ichida man bolamni yani qizimi oqmishli, qoriya va aqilli qiz qib tarbiyalamoxchiman. Ozim esa kelajakda pravaga oqib moshina olish niyatim bor yoki turmush ortogim ozlari olib beradilar xudo xohlasi. Keyin esa yana tortta farzandim bolishini xohlayman. Ozim din boyicha koproq malumotga ega bolganim uchun farzandlarimni ham qori va qoriya qilib katta qilmoxchiman va ozim ham arab tilini yana davom etirmoxchi edim asta-sekin hammasiga erishaman albatta xudo xohlasi.

