



Marjona Abdumalikova

Toshkent Davlat Tibbiyot Universiteti

1-Davolash ishi fakulteti 309-B guruh talabasi

ORCID: [0009-0004-9139-2712](https://orcid.org/0009-0004-9139-2712)

https://doi.org/10.57033/Peshqadam_Karvoni-2026/1/33

SOG'LOM AVLODNI SHAKLLANTIRISHDA HADISIY-MA'RIFIY TAMOYILLARNING TIBBIY-IJTIMOY AHAMIYATI

Annotatsiya. Mazkur maqolada sog'lom avlodni shakllantirishda hadisiy-ma'rifiy tamoyillarning tibbiy, ma'naviy va ijtimoiy ahamiyati ilmiy jihatdan tahlil qilinadi. Tadqiqotda yoshlar va bolalar salomatligini mustahkamlashda ma'naviy tarbiya, sog'lom turmush tarzi, ruhiy barqarorlik hamda ijtimoiy muhitning o'rni yoritiladi. Hadis manbalarida bayon etilgan gigiyena qoidalari, me'yoriy ovqatlanish, zararli odatlardan saqlanish, ota-onaning tarbiyaviy mas'uliyati va ruhiy poklikka oid ko'rsatmalar zamonaviy profilaktik tibbiyot hamda jamoat salomatligi nuqtai nazaridan baholanadi. Shuningdek, yoshlar orasida uchrayotgan ma'naviy bo'shliq, axborot xurujlari va radikal g'oyalarning salbiy ta'sirini kamaytirishda diniy-ma'rifiy tarbiyaning profilaktik imkoniyatlari asoslab beriladi. Tadqiqot natijalari sog'lom avlodni tarbiyalashda tibbiy, ma'naviy va ijtimoiy omillarning o'zaro uyg'unligi muhim ahamiyatga ega ekanligini ko'rsatadi.

Kalit so'zlar: sog'lom avlod, hadis, ma'naviy tarbiya, salomatlik, profilaktika, yoshlar, radikalizm, sog'lom turmush tarzi.

Abstract. This article analyzes the medical, moral, and social significance of hadith-based educational principles in shaping a healthy generation. The study examines the role of moral education, a healthy lifestyle, psychological well-being, and the social environment in promoting the health of children and young people. Hadith teachings related to hygiene, balanced nutrition, avoidance of harmful habits, parental responsibility, and spiritual purity are evaluated from the perspective of modern preventive medicine and public health. The article also explores the social and psychological factors contributing to moral decline, information threats, and vulnerability to radical ideologies among youth. Furthermore, it highlights the preventive potential of religious and educational upbringing in strengthening moral values and protecting young people from destructive influences. The findings demonstrate that the integration of medical, spiritual, and social factors plays a crucial role in fostering a healthy, resilient, and socially responsible generation.

Keywords: healthy generation, hadith, moral education, health, prevention, youth, radicalism, healthy lifestyle.

KIRISH

Sog'lom avlodni shakllantirish masalasi zamonaviy tibbiyot va jamoat salomatligining eng ustuvor yo'nalishlaridan biridir. Jahon sog'liqni saqlash tashkiloti sog'liqni "jismoniy, ruhiy va ijtimoiy farovonlikning to'liq holati" sifatida ta'riflaydi (World Health Organization (WHO), 2022). Ushbu ta'rif sog'lom avlodni barpo etish jarayonini tor klinik mezonlardan chiqarib, uni biopsixososial model asosida tahlil qilish zaruratini ko'rsatadi (Engel, 1977). So'nggi global hisobotlarga ko'ra, 10–19 yosh oralig'idagi o'smirlarning taxminan 14% ida ruhiy salomatlik bilan bog'liq muammolar uchraydi (WHO, 2022). UNICEF ma'lumotlariga ko'ra, har yili millionlab bolalar noto'g'ri ovqatlanish, infeksiyon kasalliklar, zo'ravonlik va psixologik stress omillari ta'sirida sog'liq muammolariga duch kelmoqda (UNICEF, 2021). Bu holat sog'lom avlodni shakllantirishda profilaktik va integrativ yondashuv zarurligini ko'rsatadi.

Profilaktik tibbiyot nazariyasiga ko'ra, sog'liqni saqlash strategiyasi uch bosqichga bo'linadi: birlamchi (kasallikning oldini olish), ikkilamchi (erta aniqlash), va uchlamchi (reabilitatsiya). Hadisiy-ma'rifiy tamoyillar ayniqsa birlamchi profilaktika bosqichida samarali mexanizm sifatida namoyon bo'ladi, chunki ular shaxs xulq-atvorini ichki nazorat orqali boshqaradi (Bandura, 1997). Homiladorlik davri sog'lom avlod shakllanishida muhim biologik va ijtimoiy bosqich hisoblanadi. Ilmiy tadqiqotlar prenatal davrdagi stress, noto'g'ri ovqatlanish va ijtimoiy qo'llab-quvvatlashning yetishmasligi kelajakdagi nevrologik va metabolik buzilishlar xavfini oshirishini ko'rsatadi (McEwen, 1998; Bhutta et al., 2013). Maternal nutrition bo'yicha Lancet jurnalida chop etilgan keng ko'lamli tadqiqotlar ona ovqatlanishining homila rivojiga bevosita ta'sirini ilmiy asoslab bergan (Bhutta et al., 2013). Hadisiy-ma'rifiy manbalarda homilador ayolni ortiqcha toliqtirmaslik, uning sog'lig'ini asrash va ehtiyotkorlik bilan muomala qilish zarurligi ta'kidlanadi. Masalan, "Sog'lom bola" asarida quyidagi fikr keltiriladi:

"Homilani jismoniy va ruhiy jihatdan toliqtirmay, yaxshi rivojlanib borishini ta'minlash ham uning sog'lom bo'lishining omillaridan biridir" (Muhammad Sodiq Muhammad Yusuf, n.d.).

Mazkur yondashuv zamonaviy perinatal parvarish tamoyillariga mos keladi. WHO antenatal parvarish bo'yicha tavsiyalarida homilador ayolning muntazam tibbiy ko'rikdan o'tishi, me'yoriy ovqatlanishi va psixologik qo'llab-quvvatlanishi zarurligini

ta'kidlaydi (WHO, 2020). Shuningdek, oziqlanish sifati va me'yor masalasi ham sog'lom avlod konsepsiyasida muhim o'rin tutadi. Bolalar semirishi global sog'liq muammosiga aylangan bo'lib, 5–19 yosh oralig'idagi 340 milliondan ortiq bola va o'smir ortiqcha vazn muammosiga duch kelmoqda (WHO, 2021). Muvozanatli ovqatlanish va isrofning oldini olishga qaratilgan ma'naviy ko'rsatmalar sog'lom metabolik jarayonlarni qo'llab-quvvatlaydi. Ruhiy salomatlik masalasi ham dolzarbdir. Masten (2014) rezistentlikni "oddiy sehr" deb atab, har bir bolada to'g'ri muhit va qo'llab-quvvatlash mavjud bo'lsa, moslashuvchanlik rivojlanishini ta'kidlaydi. Rutter (2012) esa rezistentlikni dinamik jarayon sifatida izohlaydi. Ma'naviy qadriyatlar asosida shakllangan ichki nazorat mexanizmi yoshlarni radikal g'oyalardan himoya qiluvchi "ma'naviy immunitet"ni shakllantiradi. Radikalizatsiya bo'yicha psixologik tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, ekstremistik qarashlar ko'pincha identitet inqirozi va ijtimoiy ajralish fonida shakllanadi (Kruglanski et al., 2014). Shuning uchun profilaktika repressiv emas, balki ma'rifiy mexanizmlar orqali amalga oshirilishi samaraliroqdir. Putnam (2000) ijtimoiy kapital nazariyasida jamiyatdagi ishonch va hamjihatlik barqarorlikni ta'minlashini ta'kidlaydi. Bronfenbrenner (1979) ekologik rivojlanish modeliga ko'ra, bola rivoji oila, maktab va jamiyat tizimlarining o'zaro ta'siri natijasidir. Oila muhiti sog'lom avlod shakllanishida asosiy mikro-tizim hisoblanadi. Hadisiy-ma'rifiy tamoyillarda ota-onaning mas'uliyati va tarbiyadagi izchillik alohida ta'kidlanadi.

Shunday qilib, sog'lom avlodni shakllantirish integrativ yondashuvni talab qiladi. Biologik sog'liq, ruhiy barqarorlik va ma'naviy qadriyatlar o'zaro uyg'unlashganda barqaror ijtimoiy rivojlanish ta'minlanadi. Tibbiyot va ma'naviyat integratsiyasi yoshlarni radikal g'oyalardan himoyalash va ijtimoiy barqarorlikni mustahkamlashda strategik ahamiyat kasb etadi. Sog'lom avlodni shakllantirish jarayoni ko'p darajali va tizimli yondashuvni talab etadi. Zamonaviy sog'liqni saqlash siyosati "life-course approach" – ya'ni hayot davomiyligi bo'yicha bosqichma-bosqich sog'liqni qo'llab-quvvatlash modeliga asoslanadi (WHO, 2020). Ushbu model prenatal davrdan boshlab bolalik, o'smirlik va yoshlik bosqichlarida uzluksiz profilaktik mexanizmlarni talab qiladi.

Prenatal davrda ona organizmidagi stress gormoni – kortizol darajasining yuqori bo'lishi homila neyro-rivojlanishiga salbiy ta'sir ko'rsatishi aniqlangan (McEwen, 1998). Surunkali stress epigenetik o'zgarishlarni ham keltirib chiqarishi mumkin. Shu sababli homilador ayolning ruhiy osoyishtaligi nafaqat ma'naviy, balki biologik

zaruratdir. Hadisiy-ma'rifiy yondashuvda homilador ayolga alohida e'tibor qaratilishi zamonaviy perinatal psixologiya bilan mos keladi. Bolalik davrida noto'g'ri ovqatlanish global sog'liq uchun jiddiy tahdid bo'lib qolmoqda. WHO (2021) hisobotiga ko'ra, 5 yoshgacha bo'lgan bolalarning 45% o'limi to'yib ovqatlanmaslik bilan bog'liq omillar natijasidir. Shu bilan birga, boshqa tomondan, semirish ko'rsatkichlari ham ortib bormoqda. Bu ikki ekstremum – to'yib ovqatlanmaslik va ortiqcha vazn – metabolik nomutanosiblikning turli ko'rinishlari hisoblanadi. Me'yoriylik va muvozanat tamoyillari sog'lom metabolizmning asosidir. Psixologik rezistentlik masalasi sog'lom avlod konsepsiyasining markaziy komponentidir. Masten (2014) rezistentlikni ijtimoiy qo'llab-quvvatlash, barqaror oila muhiti va qadriyatlar tizimi bilan bog'laydi. Yoshlar orasida radikalizatsiya xavfini o'rganish bo'yicha olib borilgan tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, identitet inqirozi va ma'naviy bo'shliq mavjud bo'lgan muhitda ekstremistik qarashlar tezroq shakllanadi (Kruglanski et al., 2014). Shuning uchun qadriyatlarga asoslangan tarbiya radikalizm profilaktikasida samarali strategik vosita bo'lib xizmat qiladi.

Ijtimoiy determinantlar nazariyasiga ko'ra (Marmot, 2005), sog'liq tengsizligi ko'pincha ijtimoiy sharoit bilan bog'liq. Oila daromadi, ta'lim darajasi, ijtimoiy qo'llab-quvvatlash va jamiyatdagi ishonch darajasi sog'liq natijalarini belgilaydi. Putnam (2000) ijtimoiy kapitalni jamiyat barqarorligining asosiy omili sifatida ko'rsatadi. Hadisiy-ma'rifiy tamoyillar esa ijtimoiy kapitalni mustahkamlovchi axloqiy mexanizm sifatida talqin qilinishi mumkin. Bronfenbrennning ekologik tizimlar nazariyasi (1979) sog'lom avlod shakllanishida mikro (oilalar), mezo (ta'lim muassasalari), ekzo (mahalla va jamoa resurslari) hamda makro (madaniy va qadriyat tizimi) omillarining o'zaro ta'sirini ko'rsatadi. Agar ushbu tizimlar o'zaro uyg'un ishlasa, yoshlarning ijtimoiy moslashuvi va ruhiy barqarorligi yuqori bo'ladi. Shuningdek, sog'lom avlodni shakllantirishda axborot xavfsizligi ham muhim masala hisoblanadi. Raqamli muhit yoshlar ongiga bevosita ta'sir ko'rsatmoqda. Tanqidiy fikrlash, axloqiy mezonlar va ma'naviy immunitet mavjud bo'lgan shaxs manipulyativ axborotga kamroq beriladi. Bu esa sog'lom psixologik muvozanatni ta'minlaydi.

Mazkur tadqiqotning ilmiy yangiligi quyidagilarda namoyon bo'ladi:

Hadisiy-ma'rifiy tamoyillar biopsixosozial sog'liq modeli bilan integrativ tarzda tahlil qilindi.

“Ma'naviy immunitet” tushunchasi psixologik rezistentlik nazariyasi bilan bog'landi.

Radikalizatsiya profilaktikasi sog'liqni saqlashning birlamchi preventiv strategiyasi sifatida ko'rsatildi.

Prenatal davrdan boshlab yoshlar bosqichigacha uzluksiz sog'lomlashtirish modeli ishlab chiqildi.

Sog'lom avlodni shakllantirish strategiyasi ko'p darajali va integrativ yondashuvni talab qiladi. Ilmiy dalillar shuni ko'rsatadiki, prenatal parvarish, to'g'ri ovqatlanish, ruhiy barqarorlik, ijtimoiy qo'llab-quvvatlash va qadriyatlar tizimi sog'liq natijalariga bevosita ta'sir ko'rsatadi. Hadisiy-ma'rifiy tamoyillar zamonaviy profilaktik tibbiyot va jamoat salomatligi yondashuvlari bilan uyg'unlashgan holda yoshlar salomatligini mustahkamlash, radikal g'oyalar ta'sirini kamaytirish va barqaror jamiyatni shakllantirishda muhim strategik omil sifatida namoyon bo'ladi. Biologik sog'liq, ruhiy barqarorlik va ma'naviy qadriyatlar o'zaro integratsiyalashganda sog'lom, ongli va ijtimoiy mas'uliyatli avlod shakllanadi. Mazkur integratsiya nafaqat tibbiy, balki milliy xavfsizlik va ijtimoiy barqarorlik nuqtai nazaridan ham strategik ahamiyatga ega. Globallashtirish sharoitida yoshlar ongiga turli mafkuraviy oqimlar, manipulyativ axborot va radikal qarashlar faol ta'sir ko'rsatmoqda. Zamonaviy ijtimoiy psixologiya tadqiqotlari shuni ko'rsatadiki, identitet inqirozi, ma'naviy bo'shliq va ijtimoiy ajralish radikalizatsiya jarayonining asosiy psixologik determinantlaridan biridir (Kruglanski et al., 2014). Shu nuqtai nazardan sog'lom avlodni shakllantirish masalasi nafaqat tibbiy, balki ma'naviy va ijtimoiy xavfsizlik masalasi ham hisoblanadi.

Islomiy ta'limotda sog'liq tushunchasi keng ma'noda talqin qilinadi. Insonning jismoniy, ruhiy va axloqiy pokligi bir butun holda ko'riladi. Hadisiy-ma'rifiy manbalarda sog'lomlik faqat tana salomatligi emas, balki qalb pokligi, niyat tozaligi va ijtimoiy mas'uliyat bilan bog'lanadi. Bu yondashuv zamonaviy biopsixososial model bilan uyg'unlashadi (Engel, 1977). WHO (2022) ma'lumotlariga ko'ra, o'smirlar orasida ruhiy salomatlik bilan bog'liq buzilishlar 14% gacha yetadi. Shu bilan birga, 5–19 yosh oralig'ida semirish darajasi so'nggi 40 yil ichida keskin oshgan (WHO, 2021). Bu ko'rsatkichlar yoshlar salomatligi masalasini kompleks tarzda ko'rib chiqishni talab qiladi.

Hadisiy-ma'rifiy tamoyillarda shaxsiy gigiyena, tozalikka rioya qilish, me'yoriy ovqatlanish va zararli odatlardan saqlanish alohida ta'kidlanadi. Epidemiologik tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, qo'l yuvish kabi oddiy gigiyenik odatlar ichki infeksiyalarni 30–40% ga kamaytiradi (WHO, 2020). Demak, diniy me'yorlar sog'liqni

saqlashning preventiv mexanizmi sifatida ishlashi mumkin. Homiladorlik masalasida ham diniy-ma'rifiy yondashuv ehtiyotkorlik va mas'uliyatni ta'kidlaydi. Prenatal stress homila neyro-rivojlanishiga salbiy ta'sir ko'rsatishi ilmiy jihatdan isbotlangan (McEwen, 1998). Ona ruhiy osoyishtaligi va jismoniy ehtiyotkorligi sog'lom avlodning biologik poydevorini yaratadi. Bu esa diniy ko'rsatmalar bilan uyg'unlikda tibbiy dalillarga mos keladi. Ruhiy salomatlik va ma'naviy immunitet o'rtasidagi bog'liqlik alohida ahamiyatga ega. Masten (2014) rezistentlikni rivojlantirishda barqaror qadriyatlar tizimi muhimligini ta'kidlaydi. Ma'naviy-ma'rifiy tarbiya yoshlar ongida ichki nazorat mexanizmini shakllantirib, radikal g'oyalarga nisbatan psixologik to'siq hosil qiladi.

Radikalizm profilaktikasida repressiv choralar emas, balki ma'rifiy mexanizmlar samaraliroq ekani ilmiy tadqiqotlarda qayd etilgan (Kruglanski et al., 2014). Yoshlar ongida sof islom ma'rifatini shakllantirish, dinning insonparvarlik va muvozanat tamoyillarini to'g'ri anglash radikal talqinlarning oldini olishda muhim omildir. Ijtimoiy kapital nazariyasiga ko'ra (Putnam, 2000), jamiyatdagi ishonch va hamjihatlik darajasi yuqori bo'lgan muhitda ekstremizm darajasi pastroq bo'ladi. Hadisiy-ma'rifiy qadriyatlar ijtimoiy birdamlikni mustahkamlaydi va sog'lom jamiyat barpo etishga xizmat qiladi. Shunday qilib, sog'lom avlodni shakllantirish uch asosiy komponent integratsiyasini talab qiladi:

– biologik sog'liq (prenatal parvarish, gigiyena, ovqatlanish)– ruhiy barqarorlik (rezistentlik, stress boshqaruvi)– ma'naviy-qadriyaviy tizim (sof diniy ma'rifat, axloqiy tarbiya)

Ushbu integratsiya yoshlarni nafaqat kasalliklardan, balki radikal mafkuraviy tahdidlardan ham himoya qiladi. Globallashuv sharoitida yoshlar ongiga ta'sir qiluvchi mafkuraviy oqimlar ko'payib bormoqda. Raqamli muhit, ijtimoiy tarmoqlar va manipulyativ axborot oqimi yoshlar psixologiyasiga sezilarli bosim o'tkazmoqda. Ilmiy tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, radikalizatsiya jarayoni ko'pincha shaxsiy identitet inqirozi, ijtimoiy ajralish va ma'naviy bo'shliq fonida shakllanadi (Kruglanski et al., 2014). Shu sababli sog'lom avlodni shakllantirish nafaqat biologik sog'liq, balki ma'naviy va mafkuraviy barqarorlikni ham o'z ichiga olishi zarur. Islomiy ta'limotda sog'liq tushunchasi muvozanat va me'yoriy tamoyillari bilan chambarchas bog'langan. Inson organizmi omonat sifatida talqin qilinadi va unga zarar yetkazmaslik axloqiy burch sifatida ko'riladi. Bu yondashuv zamonaviy bioetika prinsiplari – non-maleficence va beneficence – bilan mos keladi. Zararli odatlardan saqlanish, me'yoriy ovqatlanish,

poklik va gigiyena masalalari hadis manbalarda keng yoritilgan bo'lib, epidemiologik dalillar bilan uyg'unlashadi. Masalan, WHO ma'lumotlariga ko'ra, oddiy gigiyenik odatlar infeksiyon kasalliklarni sezilarli darajada kamaytiradi (WHO, 2020). Demak, diniy ko'rsatmalar preventiv tibbiyotning madaniy asoslangan mexanizmi sifatida talqin qilinishi mumkin.

Yoshlar orasida semirish va metabolik sindrom ko'rsatkichlarining ortishi sog'lom turmush tarzi muammosini yanada dolzarb qilmoqda. 5–19 yosh oralig'idagi bolalar va o'smirlar orasida ortiqcha vazn darajasi 1975 yildan buyon o'n barobardan ortiq oshgan (WHO, 2021). Bu holat me'yoriy ovqatlanish va jismoniy faollikning kamayishi bilan bog'liq. Islomiy ta'limotdagi me'yoriylik va isrofni qoralash tamoyillari sog'lom metabolik muvozanatni qo'llab-quvvatlovchi xulqiy regulyator vazifasini bajaradi. Ruhiy salomatlik sohasida ham ma'naviy tarbiya muhim rol o'ynaydi. So'nggi yillarda o'smirlar orasida depressiv buzilishlar va tashvish sindromlari keng tarqalmoqda (WHO, 2022). McEwen (1998) surunkali stressning neyrobiologik tizimlarga salbiy ta'sirini ko'rsatgan. Rezistentlik nazariyasi esa (Masten, 2014) shaxsning barqaror qadriyatlar va ijtimoiy qo'llab-quvvatlash mavjud bo'lgan muhitda stressga moslashuvchanligi yuqori bo'lishini ta'kidlaydi. Ma'naviy qadriyatlar asosida shakllangan ichki nazorat mexanizmi yoshlar ongida psixologik muvozanatni mustahkamlaydi. Radikalizm profilaktikasida ma'rifiy yondashuvning ustuvorligi alohida e'tiborga loyiq. Kruglanski va hammualliflar (2014) radikalizatsiya jarayonini "ma'no izlash" fenomeni bilan bog'laydi. Agar yosh shaxs ijobiy qadriyatlar tizimi orqali o'zini namoyon qila olmasa, u alternativ, ba'zan destruktiv mafkuraviy oqimlarga moyil bo'lishi mumkin. Shu nuqtai nazardan sof diniy ma'rifat – ya'ni muvozanatli, insonparvar, zo'ravonlikni rad etuvchi talqin – yoshlar ongida radikal g'oyalarga qarshi himoya mexanizmi sifatida xizmat qiladi.

O'zbekiston tajribasida ham diniy-ma'rifiy ishlar radikalizm profilaktikasining muhim yo'nalishiga aylangan. Profilaktika, deradikalizatsiya va ijtimoiy reabilitatsiya jarayonlarida ma'naviy tarbiya asosiy mexanizm sifatida qo'llanmoqda. Bu yondashuv sog'liqnisaqlashning birlamchi profilaktika modeliga mos keladi. Repressiv choralar qisqa muddatli natija berishi mumkin, biroq barqaror ijtimoiy muhit faqat ma'rifiy va ijtimoiy integratsiya orqali ta'minlanadi. Ekologik tizimlar nazariyasiga ko'ra (Bronfenbrenner, 1979), bola rivoji oila, ta'lim muassasasi va jamiyatning o'zaro ta'siri natijasidir. Oila muhiti mikro-tizim sifatida sog'lom avlod shakllanishining asosiy omili hisoblanadi.

Ota-onaning mas'uliyati, izchil tarbiya va mehr-oqibat yoshlarning xulq-atvor modelini shakllantiradi. Ijtimoiy kapital nazariyasiga ko'ra (Putnam, 2000), jamiyatdagi ishonch va birdamlik ekstremistik qarashlar tarqalishining oldini oladi. Hayot davri (life-course) yondashuvi prenatal davrdan boshlab yoshlik bosqichigacha uzluksiz sog'lomlashtirish mexanizmlarini talab qiladi (WHO, 2020). Prenatal davrda ona salomatligini qo'llab-quvvatlash, bolalikda to'g'ri ovqatlanish va gigiyena, o'smirlikda ruhiy barqarorlikni shakllantirish va yoshlikda ijtimoiy mas'uliyatni mustahkamlash sog'lom avlodning uzluksiz modelini tashkil etadi. Shu tariqa, sog'lom avlodni shakllantirish konsepsiyasi uch ustunli integrativ model asosida talqin qilinadi: biologik sog'liq, ruhiy rezistentlik va ma'naviy qadriyatlar. Bu model nafaqat tibbiy natijalarni yaxshilaydi, balki mafkuraviy barqarorlikni ham mustahkamlaydi. Ma'naviy immunitet yoshlarni radikal g'oyalardan himoya qiluvchi psixologik va ijtimoiy mexanizm sifatida namoyon bo'ladi. Natijada, sog'lom avlodni barpo etish strategiyasi tibbiyot, ta'lim va ma'naviyat integratsiyasini talab qiladi. Biologik sog'liqni mustahkamlash, ruhiy barqarorlikni qo'llab-quvvatlash va sof diniy ma'rifatni shakllantirish bir butun tizim sifatida amalga oshirilgandagina barqaror ijtimoiy rivojlanish ta'minlanadi. Bu esa yoshlarni yot va radikal g'oyalar ta'siridan asrashda samarali profilaktik mexanizm bo'lib xizmat qiladi.

MANBA VA ADABIYOTLAR RO'YXATI

1. Ajzen, I. (1991). The theory of planned behavior. *Organizational Behavior and Human Decision Processes*, 50(2), 179–211.
2. Bandura, A. (1997). *Self-efficacy: The exercise of control*. W. H. Freeman.
3. Bhutta, Z. A., Das, J. K., Rizvi, A., et al. (2013). Evidence-based interventions for improvement of maternal and child nutrition. *The Lancet*, 382(9890), 452–477.
4. Bronfenbrenner, U. (1979). *The ecology of human development*. Harvard University Press.
5. Centers for Disease Control and Prevention. (n.d.). *Youth Risk Behavior Surveillance (YRBSS)*.
6. Dahl, R. E. (2004). Adolescent brain development: A period of vulnerabilities and opportunities. *Annals of the New York Academy of Sciences*, 1021, 1–22.
7. Engel, G. L. (1977). The need for a new medical model: A challenge for biomedicine. *Science*, 196(4286), 129–136.

8. Giddens, A. (1991). *Modernity and self-identity: Self and society in the late modern age*. Stanford University Press.
9. Kruglanski, A. W., Gelfand, M. J., Bélanger, J. J., et al. (2014). The psychology of radicalization and deradicalization. *Political Psychology*, 35(S1), 69–93.
10. Marmot, M. (2005). Social determinants of health inequalities. *The Lancet*, 365(9464), 1099–1104.
11. Masten, A. S. (2014). *Ordinary magic: Resilience in development*. Guilford Press.
12. McEwen, B. S. (1998). Protective and damaging effects of stress mediators. *New England Journal of Medicine*, 338(3), 171–179.
13. Putnam, R. D. (2000). *Bowling alone: The collapse and revival of American community*. Simon & Schuster.
14. Rutter, M. (2012). Resilience as a dynamic concept. *Development and Psychopathology*, 24(2), 335–344.
15. Sawyer, S. M., Afifi, R. A., Bearinger, L. H., et al. (2012). Adolescence: A foundation for future health. *The Lancet*, 379(9826), 1630–1640.
16. United Nations Children's Fund. (n.d.). *Child well-being / The State of the World's Children* (report series).
17. World Health Organization. (n.d.). *Adolescent mental health* (fact sheets / guidance).
18. World Health Organization. (n.d.). *Antenatal care / Preventive health guidance* (guidelines series).
19. Muhammad Sodik Muhammad Yusuf. (n.d.). *Sog'lom bola* (kitobdan parchalar).