



ISSN: 3060-4613



MAKTABGACHA
VA MAKTAB
TA'LIMI VAZIRLIGI



№10
2025

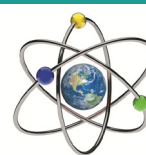
- 13.00.00 Pedagogika fanlari
- 13.00.01 Pedagogika nazariyasi. Pedagogik ta'limotlar tarixi
- 13.00.02 Ta'lim va tarbiya nazariyasi va metodikasi (sohalar bo'yicha)
- 13.00.03 Maxsus pedagogika
- 13.00.04 Jismoniy tarbiya va sport mashg'ulotlari nazariyasi va metodikasi
- 13.00.05 Kasb-hunar ta'limi nazariyasi va metodikasi
- 13.00.06 Elektron ta'lim nazariyasi va metodikasi (ta'lim sohaları va bosqichlari bo'yicha)
- 13.00.07 Ta'limda menejment
- 13.00.08 Maktabgacha ta'lim va tarbiya nazariyasi va metodikasi
- 13.00.09 Ijtimoiy pedagogika
- 07.00.00 Tarix fanlari
- 19.00.00 Psixologiya fanlari
- 01.00.00 Fizika-matematika fanlari
- 02.00.00 Kimyo fanlari
- 03.00.00 Biologiya fanlari
- 09.00.00 Falsafa fanlari
- 10.00.00 Filologiya fanlari
- 11.00.00 Geografiya fanlari

M

MAKTABGACHA VA MAKTAB TA'LIMI

Pedagogika, psixologiya fanlariga ixtisoslashgan ilmiy jurnal

PSIXOLOGIYA YO'NALISHI



MAKTABGACHA VA MAKTAB TA'LIMI



Elektron nashr. 119 sahifa,
1-oktyabr, 2025-yil.

BOSH MUHARRIR:

Karimova E'zoza Gapiirjanovna – O'zbekiston Respublikasi Maktabgacha va maktab ta'limi vaziri

BOSH MUHARRIR O'RINBOSARI:

Ibragimova Gulsanam Ne'matovna – Pedagogika fanlari doktori, professor

TAHRIRIYAT KENGASHI A'ZOLARI

Ibragimov X.I. – pedagogika fanlari doktori, akademik
Shoumarov G'.B. – psixologiya fanlari doktori, akademik
Qirg'izboyev A.K. – Tarix fanlari doktori, professor
Jamoldinova O.R. – pedagogika fanlari doktori, professor
Sharipov Sh.S. – pedagogika fanlari doktori, professor
Shermuhhammadov B.Sh. – pedagogika fanlari doktori, professor
Ma'murov B.B. – pedagogika fanlari doktori, professor
Madraximova F.R. – pedagogika fanlari doktori, professor
Kalonov M.B. – iqtisodiyot fanlari doktori, professor
Nabiyev D.X. – iqtisodiyot fanlari doktori, professor
Qo'ldoshev Q. M. – iqtisodiyot fanlari doktori, professor
Ikramxanova F.I. – filologiya fanlari doktori, professor
Ismagilova F.S. – psixologiya fanlari doktori, professor (Rossiya)
Stoyuxina N.Yu. – psixologiya fanlari nomzodi, dotsent (Rossiya)
Magauova A.S. – pedagogika fanlari doktori, professor (Qozog'iston)
Rejep O'zyurek – psixologiya fanlari doktori, professor (Turkiya)
Wookyu Cha – Koreya milliy ta'lim universiteti rektori (Koreya)
Polonnikov A.A. – psixologiya fanlari nomzodi, dotsent (Belarus)
Mizayeva F. O. – Pedagogika fanlari doktori, dotsent
Baybayeva M.X. – pedagogika fanlari doktori, professor
Muxsiyeva A.T. – pedagogika fanlari doktori, professor
Aliyev B. – falsafa fanlari doktori, professor
G'afurov D. O. – falsafa fanlari doktori (PhD)
Shomurodov R.T. – iqtisodiyot fanlari nomzodi (PhD), dotsent
Mirzayeva F.O. – pedagogika fanlari bo'yicha falsafa doktori (PhD), dotsent
Jalilova S.X. – psixologiya fanlari nomzodi (PhD), dotsent
Bafayev M.M. – psixologiya fanlari bo'yicha falsafa doktori (PhD), dotsent
Usmonova D.I. – Samarqand iqtisodiyot va servis institute dotsenti
Saifnazarov I. – falsafa fanlari doktori, professor
Nematov Sh.E. – pedagogika fanlari nomzodi (PhD)
Tillashayxova X.A. – psixologiya fanlari nomzodi (PhD), dotsent
Yuldasheva F.I. – pedagogika fanlari bo'yicha falsafa doktori (PhD), dotsent
Doniyorov S. M. – "Yangi O'zbekiston" va "Pravda Vostoka" gazetalarini tahririyati DM bosh muharriri, O'zbekiston Respublikasida xizmat ko'rsatgan jurnalist, filologiya fanlari nomzodi (PhD)
Yuldasheva D.B. – filologiya fanlari bo'yicha falsafa (PhD) doktori, dotsent
Tangriyev A. T. – Toshkent davlat iqtisodiyot universiteti kafedra professori
Ashurov R. R. – psixologiya fanlari bo'yicha falsafa doktori (PhD)
Panjiyev M. A. – Qashqadaryo viloyati Maktabgacha va maktab ta'limi boshqarmasi boshlig'ining birinchi o'rinbosari
Xudayberganov N. A. – Xorazm Ma'mun akademiyasi Tabiiy fanlar bo'limining katta ilmiy xodimi, biologiya fanlari bo'yicha falsafa doktori (PhD)

Muassis: "Tadbirkor va ishbilarmon" MChJ

Hamkorlarimiz: O'zbekiston Respublikasi Maktabgacha va maktab ta'limi vazirligi, O'zbekiston milliy pedagogika universiteti

EDITOR-IN-CHIEF:

Karimova E'zoza Gapirzhanovna – Minister of Perschool and School Education of the Republic of Uzbekistan

DEPUTY EDITOR-IN-CHIEF:

Ibragimova Gulsanam Ne'matovna – Doctor of Pedagogical Sciences, Professor

EDITORIAL BOARD MEMBERS:

Ibragimov X.I. – Doctor of Pedagogical Sciences, Academician

Shoumarov G'. B. – Doctor of Psychological Sciences, Academician

Qirg'izboyev A. K. – Doctor of Historical Sciences, Professor

Jamoldinova O.R. – Doctor of Pedagogical Sciences, Professor

Sharipov Sh.S. – Doctor of Pedagogical Sciences, Professor

Shermuhhammadov B.Sh. – Doctor of Pedagogical Sciences, Professor

Ma'murov B.B. – Doctor of Pedagogical Sciences, Professor

Madraximova F.R. – Doctor of Pedagogical Sciences, Professor

Kalonov M.B. – Doctor of Economic Sciences, Professor

Nabiyev D.X. – Doctor of Economic Sciences, Professor

Koldoshev K. M. – Doctor of Economic Sciences, Professor

Ikramxanova F.I. – Doctor of Philological Sciences, Professor

Ismagilova F.S. – Doctor of Psychological Sciences, Professor (Russia)

Stoyuxina N.Yu. – Candidate of Psychological Sciences (PhD), Associate Professor (Russia)

Magauova A.S. – Doctor of Pedagogical Sciences, Professor (Kazakhstan)

Rejep O'zyurek – Doctor of Psychological Sciences, Professor (Turkey)

Wookyu Cha – President of the National University of Education, Korea (South Korea)

Polonnikov A.A. – Candidate of Psychological Sciences (PhD), Associate Professor (Belarus)

Mizayeva F. O. – Doctor of Pedagogical Sciences, Professor

Baybayeva M.X. – Doctor of Pedagogical Sciences, Professor

Muxsiyeva A.T. – Doctor of Pedagogical Sciences, Professor

Aliyev B. – Doctor of philosophy, professor

Gafurov D. O. – Doctor of Philosophy (PhD)

Shomurodov R.T. – Candidate of Economic Sciences (PhD), Associate Professor

Mirzayeva F.O. – Doctor of Philosophy in Pedagogical Sciences (PhD), Associate Professor

Jalilova S.X. – Candidate of Psychological Sciences (PhD), Associate Professor

Bafayev M.M. – Doctor of Philosophy in Psychological Sciences (PhD), Associate Professor

Usmonova D.I. – Associate Professor, Samarkand Institute of Economics and Service

Saifnazarov I. – Doctor of philosophy, professor

Nematov Sh.E. – Candidate of Pedagogical Sciences (PhD)

Tillashayxova X.A. – Candidate of Psychological Sciences (PhD), Associate Professor

Yuldasheva F.I. – Doctor of Philosophy in Pedagogical Sciences (PhD), Associate Professor

Doniyorov S. M. – Editor-in-Chief of the Editorial Board of the newspapers "Yangi Uzbekiston" and "Pravda Vostoka", Honored Journalist of the Republic of Uzbekistan, Candidate of Philological Sciences (PhD)

Yuldasheva D.B. – Doctor of Philosophy (PhD) in Philological Sciences, Associate Professor

Tangriyev A.T. – is a professor of Tashkent State University of Economics

Ashurov R. R. – doctor of philosophy (PhD) in psychology

Panjiyev M. A. – First Deputy Head of the Department of Preschool and School Education of the Kashkadarya Region

Khudaiberganov N. A. – Senior Researcher of the Department of Natural Sciences of the Khorezm Mamun

Academy, Doctor of Philosophy (PhD) in Biological Sciences

"Maktabgacha va maktab ta'limi" jurnali O'zbekiston Respublikasi Oliy attestatsiya komissiyasining quyidagi qarorlariga asosan pedagogika va psixologiya fanlari bo'yicha falsafa doktori (PhD) hamda fan doktori (DSc) ilmiy darajasiga talabgorlarning dissertatsiyalaridagi asosiy ilmiy natijalarni chop etish uchun milliy ilmiy nashrlar ro'yxatiga kiritilgan:

Pedagogika fanlari bo'yicha: OAK Kengashi tavsiyasi (26.08.2024-y., №11-05-4381/01) asosida:

- Ekspert kengashi (29.10.2024-y., №10)
- Rayosat qarori (31.10.2024-y., №363/5)

Psixologiya fanlari bo'yicha: Toshkent davlat pedagogika universiteti murojaatiga asosan OAK tavsiyasi (24.04.2025-y., №11-05-2566/01):

- Ekspert kengashi (25.05.2025-y., №10)
- Rayosat qarori (08.05.2025-y., №370/5)

"Maktabgacha va maktab ta'limi" jurnali

26.09.2023-yildan

O'zbekiston Respublikasi Prezidenti Administratsiyasi huzuridagi Axborot va ommaviy kommunikatsiyalar agentligi tomonidan №C-5669363 reyestr raqami tartibi bo'yicha ro'yxatdan o'tkazilgan.

Litsenziya raqami: №136361



MUNDARIJA

ICHKI ISHLAR ORGANLARI XODIMLARIDA SUITSIDAL XULQ-ATVORNI KAMAYTIRISHDA PSIXOKORREKSIYA DASTURLARINING SAMARADORLIGI VA IJTIMOY AHAMIYATI.....	8
Tursunova Ozoda Abdullayevna	
O'ZBEKISTONNI RIVOJLANTIRISH STRATEGIYASI: FUQAROLIK JAMIYATI.....	14
Abdikadirov Umidjon Ruzbayevich	
TALABALARDA KASBIY MOTIVATSIYANI RIVOJLANTIRISHNING PSIXODIAGNOSTIKASI VA PSIXOKORREKSIYASI	18
Ayakulov Ulug'bek Abdug'affor o'g'li	
TALABALARDA LIDERLIK XUSUSIYATINING NAMOYON BO'LISHINING IJTIMOY-PSIXOLOGIK OMILLARI.....	22
Sobitova Shaxnoza Shokir qizi	
O'SMIRLARDA TURLI XIL YOT G'OYALARGA BERILISHNING AYRIM IJTIMOY-PSIXOLOGIK MASALALARI	27
Tulyaganova G.O.	
IXTISOSLASHTIRILGAN MAKTABLARDAGI O'QUVCHILARNING O'QUV MOTIVATSIYASI VA STRESS DARAJASI MUNOSABATI.....	31
Xodjayeva Dilnovoz Djumoyevna	
OILA-TURMUSH DOIRASIDAGI VOYAGA YETMAGANLAR ORASIDA JINOYATLARNING KELIB CHIQISHIGA TA'SIR KO'RSATUVCHI SHAXSNING HULQ-ATVORIDAGI XUSUSIYATLARI	36
Bo'riyeva Mahbuba Shavkatovna	
PSIXOGISTALOGIYANING YANGI YO'NALISH SIFATIDA YUZAGA KELISHI ZARURATI VA ILMIY ASOSLARI	41
Azimov.J.S., Melibayeva R.N.	
KONSTRUKTIV YONDASHUV ASOSIDA TALABALARDA LIDERLIK QOBILIYATLARINI RIVOJLANTIRISH.....	44
Kurbonova Mushtariybegim Baxtiyorjon qizi	
BO'LAJAK KASB TA'LIMI O'QITUVCHILARIDA KASBIY IDENTIFIKATSIYANI SHAKLLANTIRISHNING PSIXOLOGIK MEXANIZMLARI VA ZAMONAVIY YONDASHUVLAR	47
Kurbonov Munis Umirbekovich	
BOLALARDA KOGNITIV JARAYONNING RIVOJLANISHI.....	52
Raxmonova Shaxrizoda Laziz qizi	
SUN'IY INTELLEKT VOSITALARINING TURLARI VA YOSHLARNING PSIXOLOGIK BARQARORLIK XUSUSIYATLARIGA TA'SIRI	56
Ismailov Avazbek Axadjon o'g'li	
PROFIL ORTIDAGI "MEN" RAQAMLI SHAXSIYAT VA UNING PSIXOLOGIK OQIBATLARI.....	60
Azizova Shodiya Utkur qizi, Tulyaganova Gulnoza Olimjon qizi	
OILA HAYOTIDA AYOLNING IJTIMOY ROL IDENTIFIKATSIYASI: PSIXOLOGIK TAHLIL.....	63
Xujayeva Zarnigor Muzaffar qizi	
YOSH MUTAXASSISLARINING KASBIY MOSLASHUV MEXANIZMLARI	68
Shodiyeva Rayhon Saydullayevna	
SALBIY EMOTSIONAL KECHINMALARNING SHAXSLARARO MUNOSABATLARGA TA'SIRI	75
Mirabdullayeva Sh. A.	
GLOBALLASHUVNING SHAXS SHAKLLANISHIGA TA'SIRINING PEDAGOGIK PSIXOLOGIK XUSUSIYATLARI.....	79
Raxmatova Zamira Baxtiyorovna	



ВЛИЯНИЕ СТИЛЕЙ ПРИВЯЗАННОСТИ РОДИТЕЛЕЙ НА ВОСПИТАТЕЛЬНЫЕ ПРАКТИКИ И ЭМОЦИОНАЛЬНЫЕ ОТНОШЕНИЯ С ДЕТЬМИ.....	83
Шомуродова Махфуза Аслитдиновна	
BO'LAJAK MUTAXASSISLARNING KASBIY DINAMIK RIVOJLANISHIDA SHAXS IJTIMOYILASHUVI VA ADAPTIV INTELLEKT MUAMMOSI.....	88
Tuychiyeva Saodat Melikuziyevna	
LOGOTERAPIYA USULIDA PSIXOLOGIK XIZMAT KO'RSATISH.....	93
Narziqulova Gulrux Axrorovna	
O'ZINI O'ZI TUSHUNISH TUSHUNCHASINING PSIXOLOGIK TALQINI	98
Mahmudov Abdurasul	
ICHKI LOKUS NAZORATNI RIVOJLANTIRISH ORQALI O'QUVCHILARDA MUVAFFAQIYAT MOTIVATSIYASINI KUCHAYTIRISHNING PSIXOLOGIK MEXANIZMLARI	102
Karimov Sherzod Abdurasulovich	
SPORT FAOLIYATIDA YUZAGA KELADIGAN STRESS OMILLARI PSIXODIAGNOSTIKASI VA PSIXOKORREKSIYASI	106
Nazarov Davron Baxtiyor o'g'li	
YOSH KELINLAR PSIXOEMOTSIONAL HOLATIDA STRESS VA MOSLASHUV JARAYONLARI	111
G'afforova Dilfuza Jo'rayevna	
RAHBAR AYOLLAR FAOLIYATINING SAMARADORLIGINI OSHIRISH IMKONIYATLARI.....	114
Xudoyqulova Gulshoda Baxronovna	



YOSH KELINLAR PSIXOEMOTSIONAL HOLATIDA STRESS VA MOSLASHUV JARAYONLARI

G'afforova Dilfuza Jo'rayevna

Termiz davlat universiteti Ijtimoiy fanlar fakulteti
psixologiya kafedrası o'qituvchisi

Annotatsiya: Maqolada yosh kelinlarning turmush qurishdan so'nggi davrda kechadigan psixoemotsional holati, stress holatlarining shakllanish sabablari va moslashuv jarayonining bosqichlari tahlil qilinadi. Oilaviy muhit, ijtimoiy bosim, yangi hayotiy rolga kirishish va madaniy qadriyatlar yosh kelinlarning ruhiy holatiga qanday ta'sir ko'rsatishi yoritiladi. Shuningdek, stressni boshqarish, ijtimoiy qo'llab-quvvatlash tizimlari va moslashuvni yengillashtiruvchi psixologik mexanizmlar haqida fikr yuritiladi.

Kalit so'zlar: yosh kelin, psixoemotsional holat, stress, moslashuv, oilaviy muhit, ijtimoiy qo'llab-quvvatlash, psixologik moslashish.

Abstract: The article analyzes the psycho-emotional state of young brides in the post-marital period, the causes of stress formation, and the stages of the adaptation process. It highlights how family environment, social pressure, the assumption of a new life role, and cultural values influence the psychological state of young brides. The paper also discusses stress management, social support systems, and psychological mechanisms that facilitate adaptation.

Key words: young bride, psycho-emotional state, stress, adaptation, family environment, social support, psychological adjustment.

Аннотация: В статье анализируется психоэмоциональное состояние молодых невест в послебрачный период, причины формирования стрессовых состояний и этапы процесса адаптации. Освещается влияние семейной среды, социального давления, принятия новой жизненной роли и культурных ценностей на психологическое состояние молодых невест. Также рассматриваются вопросы управления стрессом, системы социальной поддержки и психологические механизмы, способствующие облегчению адаптации.

Ключевые слова: молодая невеста, психоэмоциональное состояние, стресс, адаптация, семейная среда, социальная поддержка, психологическая адаптация.

KIRISH

Inson hayotida turmush qurish — bu nafaqat ijtimoiy, balki psixologik jihatdan ham chuqur o'zgarish davridir. Ayniqsa, yangi hayot bosqichiga kirgan yosh kelinlar uchun bu davr katta sinov va moslashuv jarayonlarini talab etadi. Turmushning yangi sharoitlari, yangi munosabatlar tizimi, qarindoshlar muhitiga kirish, mas'uliyat va kutilmalar stressni kuchaytiruvchi omillarga aylanadi.

Psixologik nuqtai nazardan, stress bu organizmning tashqi yoki ichki ta'sirlarga javob reaksiyasidir. Yosh kelinlar hayotidagi stressning o'ziga xosligi shundaki, u ijtimoiy, madaniy va oilaviy omillar bilan uzviy bog'liqdir. Yangi oilaga kirishish, turmush o'rtog'i bilan o'zaro moslashish, qaynona-qaynota va boshqa oila a'zolari bilan munosabatlar, jamiyatdagi ayollarga qo'yiladigan an'anaviy talablar — bularning barchasi psixologik bosimni kuchaytiruvchi omillardir.

MAVZUGA OID ADABIYOTLAR SHARHI

Abdullayevning fikricha, yosh kelinlarning psixoemotsional holatini belgilovchi asosiy omil bu — ularning yangi oilaviy muhitga psixologik moslashish darajasidir. U o'z tadqiqotlarida erta turmush qurgan ayollarda stress darajasi, odatda, ijtimoiy qo'llab-quvvatlash va turmush o'rtog'i bilan o'zaro muloqot darajasiga bevosita bog'liq ekanini ta'kidlaydi [1]. Olimning fikricha, agar oila muhitida kelinning hissiy ehtiyojlari e'tiborga olinmasa, bu holat emotsional tanglik, o'zini qadrsiz his qilish, hattoki depressiv kechinmalarga olib kelishi mumkin.

Shuning uchun oilaviy psixologik iqlimni sog'lomlashtirish yosh kelinlar moslashuvi uchun eng muhim omil hisoblanadi.

Karimovning ta'kidlashicha, ayollarda stressning psixologik ildizlari ko'pincha madaniy stereotiplar bilan bog'liq bo'ladi. U ayollarning ijtimoiy roli va ularga nisbatan jamiyatda shakllangan kutishlar (ideal rafiq, sabrli kelin, itoatkor ayol) ularning ichki hissiy dunyosida qarama-qarshiliklarni kuchaytirishini qayd etadi [2]. Karimova bu jarayonda shaxsning o'zini anglash darajasi, ichki "men"i bilan ijtimoiy rol o'rtasidagi muvozanatning ahamiyatini alohida ko'rsatadi. Uning fikricha, yosh kelinlarda stressni kamaytirish uchun, avvalo, ayollarning o'zini anglash madaniyatini rivojlantirish, shaxsiy qadriyatlar tizimini mustahkamlash zarur.

Lazarus va Folkman tomonidan ishlab chiqilgan "Stressni baholash va moslashuv" nazariyasi yosh kelinlar psixologiyasini tushuntirishda metodologik asos vazifasini o'taydi. Ularning fikricha, stress har doim tashqi holatning o'zi emas, balki shaxs tomonidan bu holatning qanday qabul qilinishiga bog'liqdir [3]. Demak, ikki xil kelin bir xil vaziyatni turlicha his etishi mumkin: biri uni inqiroz deb bilsa, boshqasi — yangi imkoniyat sifatida qabul qiladi. Shuning uchun, ular stressni boshqarish jarayonida kognitiv baholash (vaziyatni ongli tahlil qilish) va moslashuv strategiyalarini tanlash (muammoga yo'naltirilgan yoki hissiy yondashuv) muhimligini ta'kidlaydi.

TADQIQOT METODOLOGIYASI

Yosh kelinlar hayotining dastlabki oylarida ularning ruhiy holati beqaror bo'lishi tabiiydir. Chunki bu davrda shaxs yangi ijtimoiy rol — "kelin", "turmush o'rtog", "uy bekasi" kabi maqomlarni qabul qiladi. Shaxsning ushbu yangi rollarga moslashish jarayoni, psixologiyada "sotsial adaptatsiya" deb ataladi.

Psixolog olimlar ta'kidlaganidek, ayolning emotsional barqarorligi asosan quyidagi omillarga bog'liq:

1. Oilaviy muhitdagi psixologik iqlim;
2. Turmush o'rtog'i bilan o'zaro ishonch va hamkorlik darajasi;
3. O'z-o'zini qadrlash, shaxsiy mustaqillik hissi;
4. Ijtimoiy qo'llab-quvvatlashning mavjudligi;
5. Stressni boshqarish strategiyalari.

Agar bu omillar uyg'unlashmagan bo'lsa, yosh kelinlarda psixoemotsional diskomfort, xavotir, tushkunlik, hattoki depressiv holatlar kuzatilishi mumkin. Ayniqsa, o'z fikrini erkin bildira olmaslik, ortiqcha tanqid yoki bosim, yangi muhitga kirisha olmaslik moslashuv jarayonini sekinlashtiradi.

Moslashuv (adaptatsiya) — bu shaxsning yangi ijtimoiy muhitga, yangi hayot sharoitlariga psixologik jihatdan moslashish jarayonidir. U quyidagi bosqichlarda kechadi:

1. Inkori bosqichi: kishi yangi muhitni to'liq qabul qilolmaydi, qarshilik ko'rsatadi.
2. Qabul qilish bosqichi: shaxs atrof-muhitni real baholay boshlaydi, yangi normalarga moslashadi.
3. Integratsiya bosqichi: yangi sharoitga to'liq moslashadi, faol ijtimoiy rolni egallaydi.

Yosh kelinlarda bu jarayonlar individual xususiyatlarga, tarbiya, madaniyat, ijtimoiy tajriba va turmush o'rtog'i bilan bo'lgan munosabatlarga bog'liq ravishda kechadi. Agar atrofda gilar — ayniqsa er va oila a'zolari — bu jarayonda qo'llab-quvvatlovchi pozitsiyani egallasalar, moslashuv ancha tez va og'riqsiz o'tadi.

O'zbek jamiyatida kelinlik roli nafaqat oilaviy, balki ijtimoiy ahamiyatga ega. Yosh kelinlardan ko'pincha "mukammal ayol", "sadoqatli rafiq", "faol ona" bo'lish kutiladi. Bu talablar psixologik bosimni oshiradi. Shu sababli oilada ruhiy salomatlikni ta'minlash faqat shaxsiy mas'uliyat emas, balki ijtimoiy madaniyat darajasiga ham bog'liqdir.

Oilada o'zaro hurmat, muloqot madaniyati, psixologik bag'rikenglikni shakllantirish yosh kelinlarning moslashuvini engillashtiradi. Har bir oila a'zosi — ayniqsa er — bu jarayonda hal qiluvchi ahamiyatga ega bo'ladi. Chunki urning hissiy qo'llab-quvvatlashi kelinning ichki muvozanatini saqlashda eng muhim omildir.

TAHLIL VA NATIJALAR

Inson psixikasi har doim o'zgaruvchan ijtimoiy muhitga moslashish jarayonida shakllanadi. Ayniqsa, yosh kelin hayotidagi o'zgarishlar — yangi oila, yangi tartib, yangi mas'uliyatlar — uning psixologik holatini keskin o'zgartiradi. Kelinlik holatiga o'tish — bu shunchaki yangi maqom emas, balki shaxsiy "men"ning yangi shaklini izlash bosqichidir. Shu sababli, yosh kelinlarda moslashuv jarayonlari ko'pincha emotsional beqarorlik bilan birga kechadi.

Ko'p hollarda bu beqarorlik tashqi omillardan kelib chiqadi. Masalan, ijtimoiy stereotiplar — "kelin har narsaga chidaydi", "so'zni katta aytmaydi", "oilaga uchun hamma narsani kechiradi" — ayolning ichki hissiy muvozanatini buzadi. Bunday holatda yosh kelin o'z shaxsiyatini ifoda etishdan qo'rqadi, natijada ichki ziddiyat paydo bo'ladi. Psixologiyada bu holat intraperspektiv konflikt deb ataladi, ya'ni insonning ichki ehtiyojlari bilan tashqi talablar o'rtasida ziddiyat yuzaga keladi.



Yosh kelinlar bu bosqichda ko'p hollarda hissiy jihatdan izolyatsiyalangan holatga tushadi. Ular o'z muammolarini ochiq ayta olmaydi, bu esa ruhiy charchoq va stressning chuqurlashishiga olib keladi. Shunday paytda oila a'zolarining, ayniqsa ernaing hissiy qo'llab-quvvatlashi muhim ahamiyat kasb etadi. Shaxslararo muloqotdagi ilqlik, e'tibor va hurmat kelinning psixoemotsional barqarorligini tiklovchi asosiy omillardandir.

Har bir jamiyatda ayolning oila ichidagi roli milliy qadriyatlar, diniy qarashlar va madaniy me'yorlar bilan belgilanadi. O'zbekiston jamiyatida "kelin" maqomi tarixan muhim ijtimoiy institut sifatida shakllangan. U nafaqat yangi oila a'zosi, balki ma'naviy, madaniy va axloqiy qadriyatlarni davom ettiruvchi shaxs sifatida qabul qilinadi. Shu bois, yosh kelinlar ko'pincha nafaqat oila, balki kengroq ijtimoiy bosimni ham his etadilar.

Madaniyatshunoslar bu holatni "an'anaviy ijtimoiy kutish sindromi" deb ataydilar. Kelin o'zining har bir harakati orqali oila sha'nini ifoda etadi, degan qarash uning ruhiy holatiga bosim sifatida ta'sir qiladi. Natijada, yosh kelin o'z hissiyotlarini yashiradi, ichki kechinmalarini bostiradi va bu holat surunkali stressga olib keladi. Shu bois, madaniyat kontekstida stressni kamaytirish uchun, avvalo, ayolning ichki dunyosini tinglay olish madaniyatini shakllantirish zarur.

Bundan tashqari, turli hududlarda kelinlik institutining o'ziga xos shakllari mavjud. Masalan, qishloq joylarda kelinlarning moslashuv jarayoni ko'proq ijtimoiy nazorat ostida bo'ladi, shahar muhitida esa individual erkinlik yuqoriroq, lekin hissiy yordam manbalari kamroq bo'ladi. Shu sababli, yosh kelinlarning psixoemotsional holatini baholashda ularning yashash muhiti, madaniy fon va ijtimoiy ko'nikmalari alohida e'tiborga olinishi kerak.

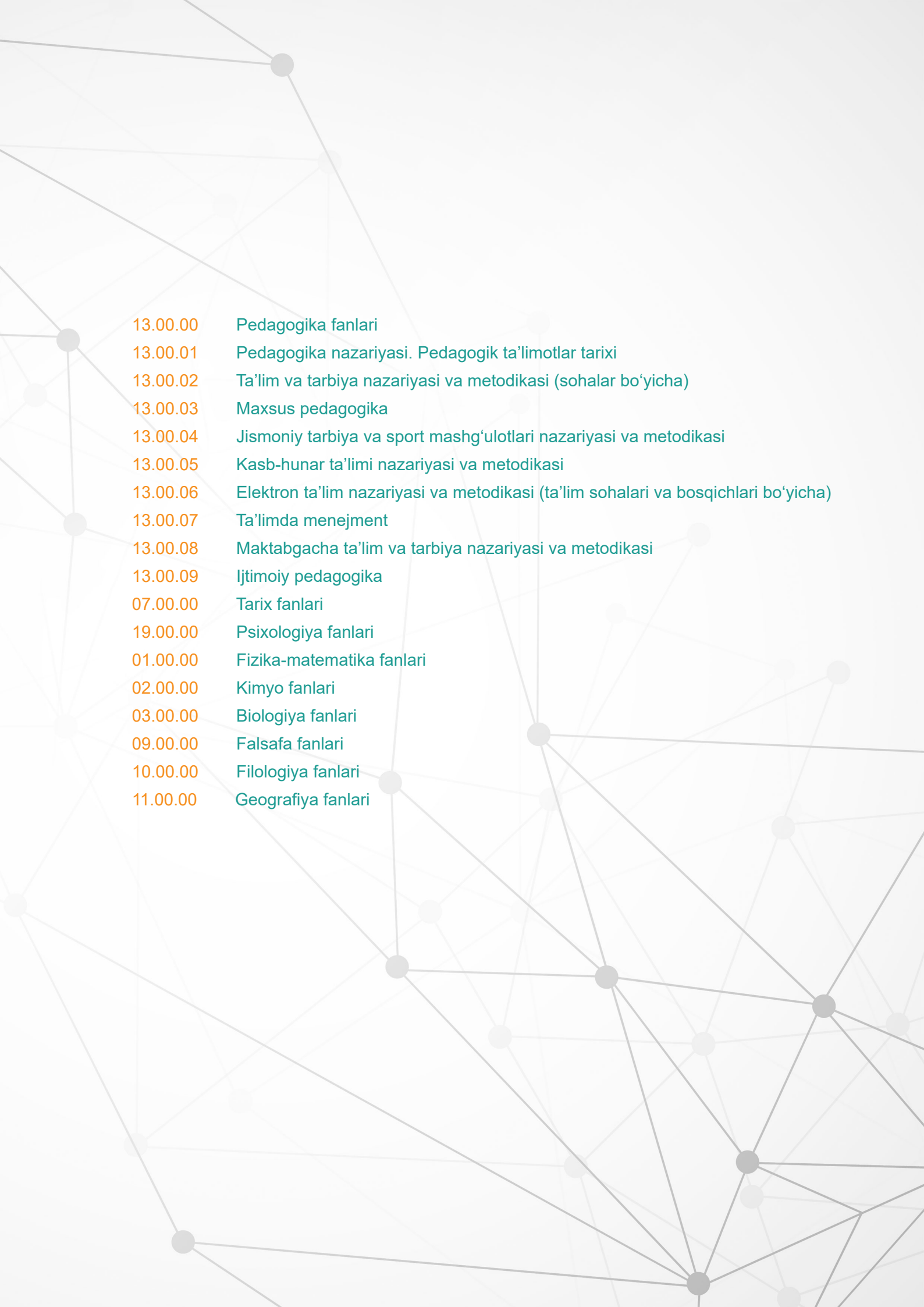
XULOSA VA TAKLIFLAR

Yosh kelinlarning psixoemotsional holatida stress va moslashuv jarayonlari bir-biri bilan uzviy bog'liq. Stress — yangi hayot bosqichining tabiiy javob reaksiyasi, moslashuv esa bu stressni yengib o'tish mexanizmidir. Moslashuvning muvaffaqiyati ijtimoiy qo'llab-quvvatlash, o'zini qadrlash, oiladagi hissiy muhit va psixologik tayyorgarlikka bog'liqdir.

Zamonaviy yondashuvda yosh kelinlarning psixologik salomatligini saqlash uchun oilaviy psixologik treninglar, maslahat markazlari, ayollar uchun psixologik savodxonlik dasturlari yo'lga qo'yilishi maqsadga muvofiqdir. Shuningdek, jamiyatda ayollarning hissiy barqarorligini qadrlash, ularning moslashuv davrini tushunish va ruhiy sog'lig'iga e'tiborli bo'lish muhim ijtimoiy ehtiyojdir.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR RO'YXATI:

1. Абдуллаев, Н. Психология семейной адаптации женщин в раннем браке. — Тошкент: Fan, 2019. — 224 б.
2. Karimova, Z. Ayollarning psixologik moslashuv jarayonlarida stress omillari. — Toshkent: TDPU nashriyoti, 2021. — 156 б.
3. Lazarus, R., Folkman, S. Stress, Appraisal, and Coping. — New York: Springer, 2014. — 456 p.
4. Kobasa, S. Stress-resistant personalities: Theory and research. — Journal of Personality and Social Psychology, 2012. — Vol. 42(1). — P. 168–177.
5. Selye, H. The Stress of Life. — New York: McGraw-Hill, 2016. — 324 p.



13.00.00	Pedagogika fanlari
13.00.01	Pedagogika nazariyasi. Pedagogik ta'limotlar tarixi
13.00.02	Ta'lim va tarbiya nazariyasi va metodikasi (sohalar bo'yicha)
13.00.03	Maxsus pedagogika
13.00.04	Jismoniy tarbiya va sport mashg'ulotlari nazariyasi va metodikasi
13.00.05	Kasb-hunar ta'limi nazariyasi va metodikasi
13.00.06	Elektron ta'lim nazariyasi va metodikasi (ta'lim sohaları va bosqichlari bo'yicha)
13.00.07	Ta'limda menejment
13.00.08	Maktabgacha ta'lim va tarbiya nazariyasi va metodikasi
13.00.09	Ijtimoiy pedagogika
07.00.00	Tarix fanlari
19.00.00	Psixologiya fanlari
01.00.00	Fizika-matematika fanlari
02.00.00	Kimyo fanlari
03.00.00	Biologiya fanlari
09.00.00	Falsafa fanlari
10.00.00	Filologiya fanlari
11.00.00	Geografiya fanlari



MAKTABGACHA VA MAKTAB TA'LIMI

Mas'ul muharrir: Ramzidin Ashurov

Ingliz tili muharriri: Murod Xoliyorov

Musahhih: Alibek Zokirov

Sahifalovchi va dizayner: Iskandar Islomov

2025. № 10

© Materiallar ko'chirib bosilganda "Maktabgacha va maktab ta'limi" jurnali manba sifatida ko'rsatilishi shart. Jurnalda bosilgan material va reklamalardagi dalillarning aniqligiga mualliflar ma'sul. Tahririyat fikri har vaqt ham mualliflar fikriga mos kelamasligi mumkin. Tahririyatga yuborilgan materiallar qaytarilmaydi.

"Maktabgacha va maktab ta'limi" jurnali 26.09.2023-yildan O'zbekiston Respublikasi Prezidenti Adminstratsiyasi huzuridagi Axborot va ommaviy kommunikatsiyalar agentligi tomonidan №C-5669363 reyestr raqami tartibi bo'yicha ro'yxatdan o'tkazilgan.
Litsenziya raqami: № 136361.

Manzilimiz: Toshkent shahar, Yunusobod tumani
19-mavze, 17-uy.