

biri hisoblanadi. Psixologiya fanida ijtimoiy moslashuv shaxsning yangi ijtimoiy sharoitlarga moslashish jarayoni sifatida talqin qilinadi. Bu jarayon insonning emotsional holati, psixologik barqarorligi va ijtimoiy munosabatlari bilan bevosita bog’liqdir [1]. Harbiy xizmatning o’ziga xos xususiyatlari, masalan xizmat joyining tez-tez o’zgarishi, uzoq muddatli safarlar va oiladan uzoqda bo’lish kabi holatlar ayollarda stress, tashvish va emotsional zo’riqishlarni yuzaga keltirishi mumkin [2].

Oila psixologiyasi sohasidagi tadqiqotlarda ta’kidlanishicha, sog’lom oilaviy muhit shaxsning psixik barqarorligini ta’minlashda muhim omil hisoblanadi [3]. Shu sababli harbiy xizmatchilar oilalarida yashovchi ayollarning psixologik holatini o’rganish va ularning ijtimoiy moslashuvini qo’llab-quvvatlash muhim ilmiy va amaliy ahamiyatga ega.

Menimcha, harbiy xizmatchilar oilalaridagi ayollar uchun psixologik yordam tizimini rivojlantirish jamiyat barqarorligi va oilaviy muhitni mustahkamlashda muhim rol o’ynaydi.

Metodologiya. Mazkur tadqiqot jarayonida bir necha ilmiy metodlardan foydalanildi. Avvalo, **nazariy tahlil metodi** yordamida ijtimoiy moslashuv, psixologik salomatlik hamda harbiy xizmatchilar oilalarining psixologik xususiyatlariga bag’ishlangan ilmiy manbalar o’rganildi va tahlil qilindi [4]. Bu orqali mavzuning nazariy asoslari aniqlashtirildi.

Shuningdek, **kuzatish metodi** qo’llanilib, harbiy xizmatchilar oilalarida yashovchi ayollarning kundalik hayotdagi ijtimoiy muhitga moslashish jarayonlari, ularning oilaviy va ijtimoiy rollarni bajarish jarayonidagi psixologik holati kuzatildi. Tadqiqot davomida **suhbat metodi** ham muhim ahamiyat kasb etdi. Suhbat jarayonida ayollarning psixologik holati, stressga sabab bo’layotgan omillar, shuningdek, ularning oila va jamiyat tomonidan ko’rsatilayotgan ijtimoiy qo’llab-quvvatlash darajasi haqida ma’lumotlar olindi. Bu usul ularning shaxsiy fikr va tajribalarini yanada chuqurroq tushunishga yordam berdi. Bundan tashqari, olingan ma’lumotlar **tahlil va umumlashtirish metodi** yordamida qayta ko’rib chiqildi va umumiy ilmiy xulosalar shakllantirildi. Tadqiqot natijalari shuni ko’rsatadiki, shaxsning psixologik barqarorligi ko’p jihatdan uning ijtimoiy muhitga moslashish darajasi hamda atrofdagilar tomonidan ko’rsatiladigan ijtimoiy qo’llab-quvvatlash bilan chambarchas bog’liqdir [5].

Natijalar. O’tkazilgan tadqiqot natijalari asosida bir qator muhim ilmiy xulosalar shakllantirildi. Birinchidan, harbiy xizmatchilar oilalarida yashovchi ayollarning **psixologik holati ularning ijtimoiy moslashuv darajasi bilan chambarchas bog’liq** ekanligi aniqlandi. Tadqiqot jarayonida kuzatilganidek, yangi ijtimoiy muhitga tez moslasha olgan ayollarda psixologik barqarorlik yuqori bo’lib, ular stressli vaziyatlarni nisbatan yengil qabul qilishi kuzatildi. Aksincha, ijtimoiy muhitga moslashish jarayoni qiyin kechgan holatlarda esa emotsional zo’riqish, tashvish va psixologik beqarorlik holatlari ko’proq uchrashi mumkinligi aniqlandi. Ikkinchidan, harbiy xizmatning o’ziga xos xususiyatlari, xususan **xizmat joyining tez-tez o’zgarishi, boshqa hududlarga ko’chib o’tish hamda uzoq muddatli xizmat safarlari** ayollarning emotsional holatiga sezilarli ta’sir ko’rsatishi mumkin. Bunday sharoitlarda ayollar ko’pincha ijtimoiy muhitdan ajralib qolish, yaqin qarindoshlar va do’stlardan uzoqlashish kabi holatlarni boshdan kechiradi. Bu esa ayrim hollarda stress, xavotir, yolg’izlik hissi hamda psixologik zo’riqishning ortishiga olib kelishi mumkin [2]. Uchinchidan, tadqiqot davomida **psixologik yordam tizimining** ahamiyati ham alohida qayd etildi. Xususan, psixologik maslahatlar, psixologik treninglar, stressni boshqarish bo’yicha mashg’ulotlar hamda ijtimoiy qo’llab-quvvatlash dasturlari ayollarning psixik barqarorligini mustahkamlashda samarali vosita bo’lishi mumkinligi aniqladi. Bunday tadbirlar ayollarda ijobiy fikrlashni shakllantirish, stressga bardoshlilikni oshirish hamda muammoli vaziyatlarga moslashish ko’nikmalarini rivojlantirishga yordam beradi [6].

Shuningdek, tadqiqot natijalari shuni ko’rsatdiki, harbiy xizmatchilar oilalarida yashovchi ayollar uchun **psixologik va ijtimoiy qo’llab-quvvatlash tizimini rivojlantirish muhim**

ahamiyatga ega. Menimcha, ayniqsa ushbu toifadagi ayollar uchun maxsus psixologik treninglar, maslahat xizmatlari va ijtimoiy moslashuv dasturlarini tashkil etish ularning psixik salomatligini saqlash hamda ijtimoiy faoliyatini oshirishda muhim rol o‘ynaydi. Bunday yondashuv nafaqat ayollarning shaxsiy farovonligiga, balki butun oila muhitining barqaror bo‘lishiga ham ijobiy ta’sir ko‘rsatadi.

Xulosa. O‘tkazilgan tadqiqot natijalari shuni ko‘rsatdiki, globallashtirish sharoitida harbiy xizmatchilar oilalarida yashovchi ayollarning ijtimoiy moslashuvi va psixik salomatligini ta’minlash muhim ijtimoiy-psixologik masalalardan biri hisoblanadi. Harbiy xizmatning o‘ziga xos xususiyatlari, xususan xizmat joyining tez-tez o‘zgarishi, uzoq muddatli xizmat safarlari hamda yangi ijtimoiy muhitga moslashish zarurati ayollarning psixologik holatiga sezilarli ta’sir ko‘rsatishi mumkin. Menimcha, kelgusida ushbu yo‘nalishda olib boriladigan ilmiy tadqiqotlar harbiy xizmatchilar oilalarida yashovchi ayollarning psixologik ehtiyojlarini yanada chuqurroq o‘rganish, ularning ijtimoiy moslashuvini qo‘llab-quvvatlash hamda psixik salomatligini saqlashga qaratilgan samarali psixologik metod va dasturlarni ishlab chiqishga xizmat qiladi. Bu esa o‘z navbatida nafaqat ayollarning shaxsiy farovonligiga, balki butun oila muhitining barqarorligi va jamiyatning ijtimoiy rivojlanishiga ham ijobiy ta’sir ko‘rsatadi.

Foydalanilgan adabiyotlar:

1. G‘oziev E.G. **Umumiy psixologiya.** – Toshkent: O‘qituvchi, 2010.
2. Davletshin M.G. **Psixologiya asoslari.** – Toshkent: O‘qituvchi, 2008.
3. Nishonova Z.T. **Oila psixologiyasi.** – Toshkent: Fan va texnologiya, 2017.
4. Karimova V.M. **Ijtimoiy psixologiya.** – Toshkent: Fan, 2016.
5. Shoumarov G‘.B. **Oila psixologiyasi va psixoterapiyasi.** – Toshkent: Sharq, 2013.
6. Tojiboyeva R. **Pedagogik psixologiya.** – Toshkent: Fan, 2015.