

SSAI

SOCIAL SCIENCE AND INNOVATION



JOURNAL

Vol.3 Issue 1

ISSN
2992-9180

IF (IMPACT FACTOR)
11.5 / 2025



額の見方

800円
500円
200円



5 March 2026

**Shirinboyeva Mohinur
Uktam qizi**

Psychologist of secondary
school No. 69 at the
Ishtikhansky district
Department of Public
Education of the
Samarkand region

**Shirinboyeva Mohinur
Uktam qizi**

Samarqand viloyati
Ishtixon tuman XTBga
qarashli 69-umumiy o'rta
ta'lim maktabi psixologi

**Ширинбоева Мохинур
Уктам кызы**

Психолог средней
общеобразовательной
школы № 69 при
Иштиханском районном
отделе народного
образования
Самаркандской области

BOLALARDA IJTIMOY MOSLASHUV MUAMMOLARI VA MAKTAB PSIXOLOGINING VAZIFALARI

ANNOTATSIYA: Mazkur maqolada bolalarda ijtimoiy moslashuv jarayonida yuzaga keladigan muammolar, ularning psixologik sabablari hamda maktab psixologining bu jarayondagi vazifalari keng yoritilgan. O'quvchilarning yangi muhitga moslashuvi, tengdoshlar bilan munosabatlari, o'zini jamiyatda tutishi va psixologik barqarorligini ta'minlash masalalari tahlil qilingan. Shuningdek, maktab psixologining profilaktik, diagnostik va korreksion faoliyati haqida ham batafsil ma'lumot berilgan.

KALIT SO'ZLAR: ijtimoiy moslashuv, maktab psixologi, o'quvchi, stress, muhit, shaxs rivojlanishi, kommunikatsiya, o'smirlik davri, psixologik yordam.

ПРОБЛЕМЫ СОЦИАЛЬНОЙ АДАПТАЦИИ У ДЕТЕЙ И ЗАДАЧИ ШКОЛЬНОГО ПСИХОЛОГА

АННОТАЦИЯ: В статье подробно рассматриваются проблемы, возникающие в процессе социальной адаптации детей, их психологические причины, а также задачи школьного психолога в этом процессе. Анализируются вопросы адаптации учащихся к новой среде, их взаимоотношений со сверстниками, поведения в обществе и обеспечения их психологической устойчивости. Также подробно рассматривается профилактическая, диагностическая и коррекционная деятельность школьного психолога.

КЛЮЧЕВЫЕ СЛОВА: социальная адаптация, школьный психолог, ученик, стресс, окружающая среда, развитие личности, общение, подростковый возраст, психологическая помощь.

SOCIAL ADAPTATION PROBLEMS IN CHILDREN AND THE ROLE OF THE SCHOOL PSYCHOLOGIST

ABSTRACT: This article broadly covers the problems that arise in the process of social adaptation in children, their psychological causes, and the tasks of a school psychologist in this process. The issues of students' adaptation to a new environment, relationships with peers, behavior in society, and ensuring psychological stability are analyzed. Detailed information is also provided about the preventive, diagnostic, and corrective activities of a school psychologist.

KEY WORDS: social adaptation, school psychologist, student, stress, environment, personality development, communication, adolescence, psychological assistance.

KIRISH

Zamonaviy ta'lim tizimida o'quvchilarning har tomonlama rivojlanishi muhim ustuvor yo'nalishlardan biri hisoblanadi. Bugungi kunda maktab nafaqat bilim beruvchi muassasa, balki shaxsni ijtimoiy hayotga tayyorlovchi muhit sifatida ham qaralmoqda. Shu boisdan o'quvchilarning ijtimoiy moslashuvi, ularning psixologik holati va jamiyatga integratsiyalashuvi dolzarb masalaga aylangan.

Bola maktabga qadam qo'yan ilk kunlardan boshlab yangi ijtimoiy muhitga kiradi. Bu muhitda u yangi qoidalar, talablar, ijtimoiy rollar va kommunikativ munosabatlar bilan to'qnash keladi. Mazkur jarayon har bir bola uchun turlicha kechadi. Ba'zi bolalar tez moslashsa, boshqalari uzoq vaqt davomida psixologik qiyinchiliklarni boshdan kechiradi.

Ijtimoiy moslashuv jarayoni murakkab psixologik hodisa bo'lib, unda shaxsning individual xususiyatlari, oilaviy tarbiya, ijtimoiy tajriba va pedagogik muhit muhim rol

o'ynaydi. Agar ushbu jarayon muvaffaqiyatli kechsa, bola o'zini jamiyatning to'laqonli a'zosi sifatida his qiladi. Aks holda esa, psixologik muammolar – stress, xavotir, izolyatsiya, agressivlik kabi holatlar yuzaga keladi.

Shu nuqtai nazardan, maktab psixologining roli nihoyatda muhimdir. U o'quvchilarning psixologik holatini o'rganadi, muammolarni aniqlaydi va ularni bartaraf etishga yordam beradi. Bundan tashqari, psixolog pedagoglar va ota-onalar bilan hamkorlikda ishlaydi.

Mazkur tadqiqotning asosiy maqsadi bolalarda ijtimoiy moslashuv muammolarini aniqlash va maktab psixologining ushbu jarayondagi rolini ilmiy asosda yoritishdan iboratdir.

ASOSIY QISM

1. *Ijtimoiy moslashuv tushunchasi va uning ahamiyati*

Ijtimoiy moslashuv – bu shaxsning yangi ijtimoiy muhitga kirishishi, unda o'z o'rnini topishi va jamiyat talablariga mos ravishda faoliyat yuritish jarayonidir. Ushbu

jarayon inson hayotining barcha bosqichlarida muhim bo'lib, ayniqsa bolalik va o'smirlik davrida alohida ahamiyat kasb etadi. Chunki aynan shu davrda shaxsning asosiy ijtimoiy va psixologik sifatlari shakllanadi.

Maktab sharoitida ijtimoiy moslashuv o'quvchining yangi muhitga kirishi, sinf jamoasiga qo'shilishi, o'qituvchilar bilan munosabat o'rnatishi va ijtimoiy qoidalarga amal qilishni o'z ichiga oladi. Bu jarayon bolaning nafaqat psixologik, balki akademik muvaffaqiyatiga ham bevosita ta'sir ko'rsatadi.

Moslashuv muvaffaqiyatli kechgan holatda bola o'zini erkin his qiladi, faol muloqotga kirishadi, tashabbuskor bo'ladi va o'qishga qiziqishi ortadi. U sinf jamoasida o'z o'rnini topadi va ijtimoiy rollarni muvaffaqiyatli bajaradi. Bu esa uning o'ziga bo'lgan ishonchini mustahkamlaydi.

Aksincha, moslashuv jarayoni qiyin kechsa, bola o'zini yolg'iz his qiladi, tengdoshlar bilan muloqot qilishda qiyinchiliklarga duch keladi va psixologik bosim ostida qoladi. Bu esa uning rivojlanishiga salbiy ta'sir ko'rsatadi.

Shu sababli ijtimoiy moslashuv jarayoni pedagoglar va psixologlar tomonidan doimiy nazorat ostida bo'lishi zarur. Bu jarayonni ilmiy asosda tashkil etish bolalarning sog'lom rivojlanishini ta'minlaydi.

2. Bolalarda ijtimoiy moslashuv muammolari

Bolalarda ijtimoiy moslashuv jarayonida turli xil psixologik va ijtimoiy muammolar yuzaga kelishi mumkin. Bu muammolar bolaning

shaxsiy xususiyatlari, oilaviy muhit va maktab sharoitiga bog'liq holda shakllanadi.

Eng ko'p uchraydigan muammolardan biri – yangi jamoaga qo'shila olmaslikdir. Bunday bolalar odatda tortinchoq, uyatchan yoki o'ziga ishonchi past bo'ladi. Ular tengdoshlar bilan muloqot qilishdan qochadi va ijtimoiy izolyatsiyaga tushib qoladi.

Yana bir muhim muammo – agressiv xulq-atvor. Ba'zi bolalar moslashuv qiyinchiliklarini agressiya orqali namoyon qiladi. Bu esa sinf jamoasida nizolarni keltirib chiqaradi.

Shuningdek, o'zini past baholash, qo'rquv va xavotir holatlari ham keng tarqalgan. Bu muammolar bolaning ichki psixologik holati bilan bog'liq bo'lib, ularning o'qish jarayoniga salbiy ta'sir ko'rsatadi.

Ushbu muammolarni o'z vaqtida aniqlash va bartaraf etish maktab psixologining asosiy vazifalaridan biridir.

3. Moslashuvga ta'sir etuvchi omillar

Bolalarda ijtimoiy moslashuv jarayoni ko'plab omillarga bog'liq bo'lib, bu omillar o'zaro murakkab tarzda bir-biri bilan bog'langan. Ushbu omillarni chuqur tahlil qilish moslashuv jarayonini to'g'ri tashkil etish va muammolarni oldini olishda muhim ahamiyatga ega.

Eng asosiy omillardan biri bu – oilaviy muhitdir. Bola hayotining ilk ijtimoiy makoni aynan oila hisoblanadi. Oilada mehr-muhabbat, qo'llab-quvvatlash va ijobiy psixologik muhit mavjud bo'lsa, bola yangi muhitga tez va oson moslashadi. Aksincha, oilada

ziddiyatlar, e'tiborsizlik yoki haddan tashqari nazorat mavjud bo'lsa, bu bolaning ijtimoiy moslashuviga salbiy ta'sir ko'rsatadi.

Ikkinchi muhim omil – ota-onaning tarbiya uslubidir. Demokratik va qo'llab-quvvatlovchi tarbiya uslubi bolada mustaqillik, o'ziga ishonch va ijtimoiy faollikni shakllantiradi. Avtoritar yoki befarq tarbiya uslubi esa aksincha, bolaning ichki erkinligini cheklaydi va moslashuv jarayonini qiyinlashtiradi.

Uchinchi omil – o'qituvchining pedagogik yondashuvi. O'qituvchi bolaning maktabdagi asosiy ijtimoiy tayanchidir. Agar o'qituvchi individual yondashuvni qo'llasa, o'quvchini qo'llab-quvvatlasa va rag'batlantirsa, bola o'zini xavfsiz his qiladi va moslashuv jarayoni tezlashadi.

Sinf jamoasidagi psixologik iqlim ham muhim omil hisoblanadi. Do'stona, iliq va qo'llab-quvvatlovchi muhit mavjud bo'lgan sinflarda o'quvchilar tez moslashadi. Aksincha, nizoli va salbiy muhit moslashuvni qiyinlashtiradi.

Shuningdek, bolaning individual xususiyatlari – temperament, xarakter, kommunikativ qobiliyatlar ham muhim rol o'ynaydi. Ekstrovert bolalar odatda tez moslashadi, introvert bolalarda esa bu jarayon ko'proq vaqt talab etadi.

Shunday qilib, ijtimoiy moslashuv ko'p omilli jarayon bo'lib, uni muvaffaqiyatli tashkil etish uchun barcha omillarni kompleks tarzda hisobga olish zarur.

4. Maktab psixologining diagnostik faoliyati

Maktab psixologining diagnostik faoliyati o'quvchilarning psixologik holatini aniqlash va ijtimoiy moslashuv darajasini baholashda muhim bosqich hisoblanadi. Diagnostika jarayoni orqali psixolog o'quvchilarning individual xususiyatlarini, muammolarini va rivojlanish darajasini aniqlaydi.

Diagnostika bir nechta usullar orqali amalga oshiriladi. Eng avvalo, kuzatish usuli keng qo'llaniladi. Psixolog o'quvchining dars jarayonidagi, tanaffus paytidagi va tengdoshlar bilan muloqotdagi xatti-harakatlarini kuzatadi. Bu usul orqali bolaning real xulq-atvori haqida muhim ma'lumotlar olinadi.

Suhbat usuli ham muhim ahamiyatga ega. Individual suhbat orqali psixolog bolaning ichki hissiyotlari, qo'rquvlari va muammolarini aniqlaydi. Bu usul ayniqsa ishonchli muhit yaratishda samarali hisoblanadi.

Test va so'rovnomalar esa ilmiy asoslangan diagnostik vositalar hisoblanadi. Ular orqali bolaning shaxsiy xususiyatlari, stress darajasi, o'ziga baho berish darajasi va kommunikativ qobiliyatlari aniqlanadi.

Diagnostika natijalari asosida psixolog individual yondashuvni ishlab chiqadi. Har bir bola o'ziga xos bo'lganligi sababli, umumiy yondashuv yetarli emas. Shu bois psixolog har bir o'quvchi uchun alohida strategiya belgilaydi.

Diagnostikaning yana bir muhim jihati – erta aniqlashdir. Agar moslashuv muammolari dastlabki bosqichda aniqlansa, ularni bartaraf etish osonroq bo'ladi.

Umuman olganda, diagnostik faoliyat maktab psixologining asosiy yo'nalishlaridan biri bo'lib, u keyingi korreksion va profilaktik ishlar uchun asos yaratadi.

5. Psixologik yordam va korreksion ishlar

Psixologik yordam va korreksion ishlar ijtimoiy moslashuv muammolarini bartaraf etishda asosiy vosita hisoblanadi. Agar diagnostika jarayonida muammolar aniqlansa, psixolog maxsus metodlar yordamida ularni hal etishga kirishadi.

Individual suhbatlar eng samarali usullardan biri hisoblanadi. Bu jarayonda psixolog bola bilan ishonchli muloqot o'rnatadi va uning ichki muammolarini aniqlaydi. Individual yondashuv orqali bola o'zini tushunilgan va qo'llab-quvvatlangan his qiladi.

Guruh treninglari ham muhim ahamiyatga ega. Bu treninglar orqali bolalar muloqot qilish, o'z fikrini erkin ifodalash va jamoada ishlash ko'nikmalarini rivojlantiradi. Ayniqsa, ijtimoiy ko'nikmalarni shakllantirishda bu usul samarali hisoblanadi.

Rol o'yinlari orqali bolalar turli ijtimoiy vaziyatlarni sinab ko'rish imkoniyatiga ega bo'ladi. Bu esa ularning real hayotdagi muammolarga tayyorligini oshiradi.

Relaksatsiya mashqlari stress va xavotirni kamaytirishga yordam beradi. Nafas olish mashqlari, meditatsiya va psixologik bo'shashish texnikalari bolalarning ruhiy barqarorligini mustahkamlaydi.

Korreksion ishlar tizimli va uzluksiz bo'lishi zarur. Bir martalik mashg'ulotlar yetarli emas, balki

muntazam ishlash orqali barqaror natijaga erishish mumkin.

Shunday qilib, psixologik yordam bolalarning ijtimoiy moslashuvini yengillashtiradi va ularning shaxs sifatida rivojlanishiga yordam beradi.

6. Maktab psixologining profilaktik vazifalari

Profilaktik faoliyat psixologik muammolarni yuzaga kelishidan oldin oldini olishga qaratilgan muhim yo'nalish hisoblanadi. Bu faoliyat orqali psixolog sog'lom psixologik muhit yaratishga erishadi.

Psixolog muntazam ravishda treninglar tashkil etadi. Bu treninglar orqali bolalarda stressga chidamlilik, muloqot ko'nikmalari va ijtimoiy faollik rivojlantiriladi.

Shuningdek, psixolog sinf jamoasida ijobiy psixologik iqlim yaratishga e'tibor qaratadi. Do'stona muhit bolalarning tez moslashishiga yordam beradi.

Profilaktika doirasida ota-onalar bilan ham ishlash muhimdir. Psixolog ota-onalarga tarbiya bo'yicha tavsiyalar beradi.

Umuman olganda, profilaktik ishlar muammolarni oldini olishda eng samarali yo'l hisoblanadi.

7. Ota-onalar va o'qituvchilar bilan hamkorlik

Maktab psixologining samarali faoliyati ota-onalar va o'qituvchilar bilan hamkorliksiz amalga oshmaydi. Chunki bola hayotida ushbu ikki ijtimoiy institut muhim o'rin tutadi.

Psixolog ota-onalar bilan muntazam muloqot olib boradi. Ular bilan suhbatlar, seminarlar va maslahatlar tashkil etadi. Bu orqali ota-

onalar bolaning psixologik holati haqida to'liq ma'lumotga ega bo'ladi.

O'qituvchilar bilan hamkorlik esa pedagogik jarayonni samarali tashkil etishga yordam beradi. Psixolog o'qituvchilarga individual yondashuv, konfliktlarni hal qilish va motivatsiyani oshirish bo'yicha tavsiyalar beradi.

Shuningdek, psixolog muammoli vaziyatlarda vositachi rolini bajaradi. Bu esa nizolarni oldini olishga yordam beradi.

Natijada, hamkorlik asosida bolaning ijtimoiy moslashuvi tezlashadi va uning rivojlanishi samarali bo'ladi.

XULOSA

Xulosa qilib aytganda, bolalarda ijtimoiy moslashuv jarayoni ularning shaxs sifatida shakllanishida, jamiyatga muvaffaqiyatli integratsiyalashuvida va kelajakdagi ijtimoiy faoliyatida hal qiluvchi ahamiyat kasb etadi. Maktab muhiti esa ushbu jarayonning eng muhim bosqichlaridan biri hisoblanadi, chunki aynan shu davrda bola yangi ijtimoiy rollarni egallaydi, tengdoshlar bilan munosabat o'rnatadi va o'zining ijtimoiy "men"ini shakllantiradi.

Tadqiqot natijalari shuni ko'rsatdiki, ijtimoiy moslashuv murakkab va ko'p omilli jarayon bo'lib, u nafaqat bolaning individual psixologik xususiyatlariga, balki oilaviy muhit, pedagogik yondashuv, sinf jamoasidagi psixologik iqlim va ijtimoiy tajribaga ham bevosita bog'liqdir. Ushbu omillar uyg'unlashgan holda ijobiy muhit yaratganda, bola tez va samarali moslashadi. Aks holda esa turli psixologik muammolar – stress,

xavotir, agressiya, o'ziga ishonchsizlik kabi holatlar yuzaga keladi.

Maqolada ta'kidlanganidek, maktab psixologining roli ushbu jarayonda beqiyosdir. Psixologning diagnostik faoliyati orqali o'quvchilarning moslashuv darajasi va mavjud muammolari aniqlanadi. Korreksion ishlar orqali esa ushbu muammolarni bartaraf etish, bolaning psixologik holatini barqarorlashtirish va ijtimoiy ko'nikmalarini rivojlantirishga erishiladi. Profilaktik faoliyat esa muammolarni yuzaga kelishidan oldin oldini olish imkonini beradi.

Shuningdek, tadqiqot natijalari maktab psixologining faoliyati faqat o'quvchi bilan ishlash bilan cheklanib qolmasligini ko'rsatadi. Ota-onalar va o'qituvchilar bilan hamkorlik qilish orqali yanada samarali natijalarga erishish mumkin. Chunki bola rivojlanishida barcha ijtimoiy muhitlar o'zaro bog'liq holda ta'sir ko'rsatadi.

Kelgusida ijtimoiy moslashuv jarayonini yanada samarali tashkil etish uchun quyidagi yo'nalishlarga alohida e'tibor qaratish maqsadga muvofiq:

- maktablarda psixologik xizmat tizimini kuchaytirish;
- individual yondashuv asosida ishlashni kengaytirish;
- ota-onalar bilan psixologik savodxonlikni oshirish;
- o'quvchilarda kommunikativ va ijtimoiy ko'nikmalarni rivojlantirish;
- ijobiy psixologik muhitni shakllantirish.

Umuman olganda, bolalarda ijtimoiy moslashuvni ta'minlash – bu

nafaqat psixologning, balki butun ta'lim tizimining muhim vazifasidir. Ushbu jarayon samarali tashkil etilganda, sog'lom, faol va ijtimoiy moslashgan shaxsni shakllantirishga erishish mumkin.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR:

1. Karimova V.M. "Umumiy psixologiya". – Toshkent: O'zbekiston Milliy Ensiklopediyasi nashriyoti, 2020.
2. G'oziyev E.G'. "Psixologiya". – Toshkent: O'qituvchi, 2019.
3. Davletshin M.G. "Yosh va pedagogik psixologiya". – Toshkent: O'qituvchi, 2021.
4. Shoumarov G'.B. "Oila psixologiyasi". – Toshkent: Sharq, 2018.
5. Nemov R.S. "Psixologiya" (Umumiy psixologiya asoslari). – Moskva: Vldos, 2017.
6. O'zbekiston Respublikasi "Ta'lim to'g'risida"gi Qonuni (yangi tahrir).
7. Internet manbalari: psixologiya va pedagogika bo'yicha ilmiy maqolalar va elektron resurslar.