



MIRZO ULUG'BEK NOMIDAGI
O'ZBEKISTON MILLIY UNIVERSITETINING
JIZZAX FILIALI

**ZAMONAVIY INNOVATSION
TADQIQOTLARNING
DOLZARB MUAMMOLARI
VA RIVOJLANISH
TENDENSIYALARI:
YECHIMLAR VA ISTIQBOLLAR
RESPUBLIKA ILMIY-TEXNIK
ANJUMAN MATERIALLARI
TO'PLAMI**



**15-16-MAY
2026-YIL**



**Google
Scholar**



**O‘ZBEKISTON RESPUBLIKASI OLIY TA’LIM, FAN VA
INNOVATSIYALAR VAZIRLIGI**

**MIRZO ULUG‘BEK NOMIDAGI O‘ZBEKISTON MILLIY
UNIVERSITETINING JIZZAX FILIALI**

**ZAMONAVIY INNOVATSION TADQIQOTLARNING DOLZARB
MUAMMOLARI VA RIVOJLANISH TENDENSIYALARI: YECHIMLAR
VA ISTIQBOLLAR**

*mavzusidagi Respublika ilmiy-texnik anjuman materiallari to‘plami
(2026-yil 15-16-may)*

JIZZAX-2026

5. Banu, Edigius Paulus; Indreswari, Henny; Bariyyah, Khairul; Kasa, Mark; and Cantiga, Jaed Brian L. (2025) "Deconstructing Generation Z's Self-Awareness through Problem-Solving Techniques in Group Guidance," Buletin Konseling Inovatif.2025 40-42p
6. Kerin I. Jacobis, Deetje J. Solang, Meike E. Hartati. The Relationship between Self-Awareness and Humility in Generation Z in Kayuroya Village, Minahasa Regency. Jurnal Ilmu Sosial dan Pendidikan (JISIP) Vol. 7 No. 4 November 2023.2p
7. David G. Myers «Social Psychology», 7th ed., 2002 c-40

MAKTABGACHA YOSHADAGI BOLALARDA STRESS VA AGRESSIYA MUAMMOSI

Sattorova Mahliyo Burxanovna

Mirzo Ulug‘bek nomidagi O‘zbekiston Milliy universitetining Jizzax filiali
o‘qituvchisi

**Abdumannonova Nozima Shuhratjon qizi, Abdullayeva Shaxzoda Dilshod
qizi**

Mirzo Ulug‘bek nomidagi O‘zbekiston Milliy universitetining Jizzax filiali
talabalari

Annotatsiya: Ushbu maqolada maktabgacha yoshdagi bolalarda uchraydigan stress va agressivlik holatlari, ularning kelib chiqish sabablari hamda oldini olish yo‘llari yoritilgan. Shuningdek, bolalarning psixologik rivojlanishida salbiy omillar ta’siri tahlil qilinib, samarali pedagogik va psixologik metodlar tavsiya etilgan.

Kalit so‘zlar: maktabgacha yosh, stress, agressivlik, bolalar psixologiyasi, emotsional holat, tarbiya, muhit, rivojlanish, psixologik yordam.

Maktabgacha yosh (3–7 yosh) inson hayotidagi eng muhim rivojlanish bosqichlaridan biri hisoblanadi. Bu davrda bola nafaqat jismoniy, balki emotsional va ijtimoiy jihatdan ham faol rivojlanadi. Aynan shu bosqichda bolaning xarakteri, o‘zini tutishi, boshqalar bilan munosabat o‘rnatish qobiliyati shakllanadi Zamonaviy jamiyatda ijtimoiy, iqtisodiy va axborot oqimining tezlashuvi natijasida bolalar ham turli stress omillariga duch kelmoqda. Natijada bolalarda agressiv xatti-harakatlar soni ortib bormoqda. Statistik kuzatuvlarga ko‘ra, maktabgacha yoshdagi bolalarning taxminan 20–30% ida turli darajadagi agressiv xulq elementlari uchraydi. Bu esa muammoning dolzarbligini yanada oshiradi.

Stressning nazariy asoslari va bolalarda namoyon bo‘lishi. Stress tushunchasi ilk bor G.Selye tomonidan ilmiy muomalaga kiritilgan bo‘lib, u organizmning har qanday ta’sirga nisbatan umumiy javob reaksiyasi sifatida talqin etiladi. Maktabgacha

yoshdagi bolalarda stress ko‘proq emotsional zo‘riqish shaklida namoyon bo‘ladi. Bolalarda stressning asosiy belgilariga quyidagilar kiradi: tez-tez yig‘lash, injiqlik, sababsiz qo‘rquv va xavotir, uyqu va ishtahaning buzilishi, regressiya (masalan, yana kichik bola kabi harakat qilish), ijtimoiy faollikning pasayishi.

Agressivlikning mohiyati va shakllari. Agressivlik psixologiyada shaxsning boshqalarga zarar yetkazishga qaratilgan xatti-harakatlari sifatida izohlanadi. Maktabgacha yoshda agressivlik ko‘pincha ongli emas, balki hissiy reaksiya sifatida yuzaga chiqadi. Agressivlikning asosiy turlari quyidagilar: Jismoniy agressiya – urish, tepish, tishlash, Verbal agressiya – baqirish, haqoratli so‘zlar ishlatish, Bilvosita agressiya – o‘yinchoqlarni sindirish, narsalarni uloqtirish, passiv agressiya – gapirmaslik, ataylab bo‘ysunmaslik.

Psixologik tadqiqotlar shuni ko‘rsatadiki, agressiv bolalar ko‘pincha o‘z his-tuyg‘ularini ifoda etishda qiyinchilikka duch keladi.

Stress va agressivlikning o‘zaro bog‘liqligi Stress va agressivlik o‘zaro chambarchas bog‘liq bo‘lib, stress ko‘pincha agressiv xatti-harakatlarning asosiy sababiga aylanadi. Bola ichki zo‘riqishni kamaytirish uchun agressiya orqali “bo‘shlanishga” harakat qiladi.

Masalan: e‘tibor yetishmasa → bola agressiv bo‘ladi qo‘rqsa → boshqalarga hujum qiladi tushunilmasa → qarshilik ko‘rsatadi Bu holat frustratsiya-agressiya nazariyasi bilan izohlanadi, ya‘ni ehtiyojlar qondirilmaganda agressiya paydo bo‘ladi.

Muammoning kelib chiqish sabablari.

1. Oilaviy muhit.

Oila - bolaning birinchi ijtimoiy muhiti. Quyidagi omillar agressivlikni kuchaytiradi: ota-onaning janjallari jismoniy jazolash befarqlik yoki ortiqcha nazorat mehr yetishmasligi.

2. Psixologik omillar. temperament (xolerik bolalarda agressiya yuqori bo‘ladi)

asab tizimining zaifligi, emotsional boshqaruv ko‘nikmasining rivojlanmaganligi

3. Ijtimoiy omillar: tengdoshlar bilan konfliktlar, bog‘chaga moslashish qiyinligi, televizor va internetdagi zo‘ravonlik sahnalari, stress va agressivlikning salbiy oqibatlari.

Agar bu muammo vaqtida bartaraf etilmasa, quyidagi natijalar yuzaga keladi: bola ijtimoiylashuvda qiyinchilikka uchraydi, o‘qishga tayyorgarlik darajasi pasayadi, nevrotik buzilishlar rivojlanadi, kelajakda deviant xulq shakllanishi mumkin.

Korreksiya va profilaktika usullari. Psixologik yondashuvlar, o‘yin terapiyasi – bola o‘yin orqali hissiyotlarini chiqaradi. Art-terapiya – rasm, ranglar orqali ichki kechinmalarni ifodalaydi. Relaksatsiya mashqlari – nafas olish va tinchlanish texnikalari.

Maktabgacha yosh davri bolaning shaxs sifatida shakllanishida eng muhim bosqich hisoblanadi. Aynan shu davrda bolaning emotsional, ijtimoiy va psixik rivojlanishining poydevori qo‘yiladi. Agar bu davrda bola stress va agressiv muhitda ulg‘aysa, bu uning kelajakdagi xulq-atvoriga salbiy ta‘sir ko‘rsatadi. Stress va agressivlik bugungi kunda maktabgacha ta‘lim tizimida eng dolzarb muammolardan biri bo‘lib, ular bolalarning psixologik sog‘lig‘iga bevosita ta‘sir qiladi

Bolalardan birida agressivlik holatlari kuzatildi bolaga boshqa bolalar tomonidan agressiv munosabatda bo‘lishdi bola bu munosabatdan stressga tushib

bog'chadan qochib ketish holatlari kuzatildi. Bola bilan suhbat jarayonimda bola ota onasi tomonidan etiborsiz qoldirilgani va unga ota onasi tomonidan kuchli stress depressiya agressivlik holatlari bo'lganligini aniqlandi. Bola bilan suhbatda bola boshqa bolalar tomonidan kamsitilganligi tufayli ular bilan urushib qolganligi aniqlandi. Bola bilan ishlash jarayonida bolani boshqa yaxshi tomonlarini ko'rsata olishga boshqa bolalar tomonidan unga yaxshi muomila qilishlari boshlandi. Boladan stress va depressiya ozroq bolsada kamaydi va boshqa bolalar bilan yana yaxshi munosabatda bo'lishni boshlashdi. Bunday vaziyatda bola bilan ishlashda uni kuzatish va eshitish talab qilinadi

Maktabgacha yoshdagi bolalarda hozirgi kunda ko'p stress va depressiya agressivlik holatlari ko'p kuzatildi. Bunga sabab bolalarni telefon gajetlarga o'rganib qolganini kuzatdim. Bolalar asabiy holatda kattalarni hurmat qilmey quyishganini boshqa bolalar bilan urushish va o'g'il bolalar tomonidan qiz bolalarga hurmat yuqligi ularni kamsitish va qo'l ko'tarish holatlari ko'p kuzatildi. Bolalar tarbiyachilarga ham hurmatni saqlamasliklari kuzatildi. Maktabgacha yoshdagi bolalar bilan ishlashda ularni shunday stress va depressiya holatlariga tushishlarini oldini olish uchun profilaktik ishlarni olib borish va ularni oila muhitidagi munosabatlarini yaxshilash telefon gajetlardan kam foydalanishlarini taminlash va ularni yoshlariga mos har xil rangli o'yinlar o'tkazish kerak bo'ladi.

Maktabgacha yoshdagi bolalarda stress va agressivlik muammosi kompleks yondashuvni talab etadi. Bu muammo bolaning ichki dunyosi va tashqi muhit o'rtasidagi nomutanosiblik natijasida yuzaga keladi. Uni bartaraf etishda psixolog, pedagog va ota-onaning hamkorligi muhim ahamiyatga ega. Erta profilaktika va to'g'ri yondashuv orqali bolalarning sog'lom psixologik rivojlanishini ta'minlash mumkin.

Foydalanilgan adabiyotlar

1. Karimova V.M. Psixologiya. – Toshkent: O'qituvchi, 2018.
2. G'oziev E.G'. Umumiy psixologiya. – Toshkent, 2017.
3. Muxina V.S. Bolalar psixologiyasi. – Moskva, 2015.
4. Vygotskiy L.S. Psixologik rivojlanish nazariyasi. – Moskva, 1984.
5. D.B. Elkonin. Bolalar psixologiyasi taraqqiyoti. — Moskva, 1989.
6. L.S. Vigotskiy. Bolalik davrida psixik rivojlanish. — Moskva, 1991.
7. A.V. Petrovskiy. Yosh va pedagogik psixologiya. — Moskva, 1979.
8. R.S. Nemov. Psixologiya. 1-kitob. — Moskva: Владос, 2003.

MUAMMOLI VAZIYATLARDA QAROR QABUL QILISH KO'NIKMALARI

Sharafitdinov Abdulla XXX

O'zMU Jizzax filiali dotsenti

abdulla_sharafitdinov@gmail.com

Fayzullayeva Gulrux Jumaniyozovna