MAKTABGACHA YOSHDAGI BOLALARDA TASHVISHLANISHNING PSIXOLOGIK OMILLARI

Jamolova Zarnigor Bahodir qizi
Sinergiya magistratura talabasi, 599 MTT tarbiyachisi
https://doi.org/10.5281/zenodo.20152584

Annotatsiya. Mazkur maqolada maktabgacha yoshdagi bolalarda tashvishlanishning psixologik omillari tahlil qilingan. Tadqiqotda oilaviy muhit, ota-onaning tarbiya uslubi, maktabgacha ta'lim muassasasidagi psixologik iqlim, tengdoshlar bilan munosabat hamda individual psixologik xususiyatlarning bolalar emotsional holatiga ta'siri o'rganildi. Natijalar shuni ko'rsatdiki, noqulay oilaviy va ijtimoiy muhit bolalarda tashvishlanish darajasini oshiradi, qo'llab-quvvatlovchi muhit esa emotsional barqarorlikni mustahkamlaydi. Shuningdek, o'yin faoliyati va psixologik qo'llab-quvvatlash tashvishlanishni kamaytirishda muhim omil ekanligi aniqlandi.
Kalit so'zlar: maktabgacha yosh, tashvishlanish, psixologik omillar, emotsional rivojlanish, oilaviy muhit, tarbiya, ijtimoiy moslashuv, o'yin terapiyasi, tengdoshlar, psixologik barqarorlik.

Аннотация. В данной статье анализируются психологические факторы тревожности у детей дошкольного возраста. Исследование охватывает влияние семейной среды, стилей воспитания родителей, психологического климата в дошкольных образовательных учреждениях, взаимоотношений со сверстниками и индивидуальных психологических особенностей на эмоциональное состояние детей. Результаты показали, что неблагоприятная семейная и социальная среда повышает уровень тревожности, тогда как поддерживающая среда способствует эмоциональной стабильности. Также установлено, что игровая деятельность и психологическая поддержка играют важную роль в снижении тревожности.
Ключевые слова: дошкольный возраст, тревожность, психологические факторы, эмоциональное развитие, семейная среда, воспитание, социальная адаптация, игровая терапия, сверстники, психологическая устойчивость.

Abstract. This article analyzes the psychological factors of anxiety in preschool-aged children. The study examines the influence of family environment, parenting styles, psychological climate in preschool institutions, peer relationships, and individual psychological characteristics on children's emotional state. The results indicate that an unfavorable family and social environment increases anxiety levels, while a supportive environment strengthens emotional stability. It was also found that play activities and psychological support play an important role in reducing anxiety.
Keywords: preschool age, anxiety, psychological factors, emotional development, family environment, upbringing, social adaptation, play therapy, peers, psychological stability.

Kirish. Maktabgacha yosh davri bolaning shaxs sifatida shakllanishida eng muhim bosqichlardan biri hisoblanadi. Aynan shu davrda bolaning emotsional barqarorligi, ijtimoiy munosabatlarga moslashuvi, o'ziga bo'lgan ishonchi hamda tashqi muhitga munosabati shakllanadi. Bolaning psixik rivojlanishida yuzaga keladigan emotsional holatlar orasida tashvishlanish alohida o'rin egallaydi. Chunki tashvishlanish nafaqat bolaning ruhiy holatiga, balki uning nutqiy rivojlanishi, muloqotga kirishuvchanligi, o'yin faoliyati, bilish jarayonlari va ijtimoiy moslashuviga ham bevosita ta'sir ko'rsatadi. Zamonaviy psixologik tadqiqotlarda

maktabgacha yoshdagi bolalarda tashvishlanishning ortib borayotgani dolzarb muammolardan biri sifatida baholanmoqda. Bugungi globallashuv va axborot texnologiyalarining tez rivojlanishi sharoitida bolalar ruhiyatiga ta’sir qiluvchi omillar soni tobora ortib bormoqda. Oiladagi emotsional muhit, ota-onalar o‘rtasidagi munosabatlar, bolaga nisbatan qo‘llanilayotgan tarbiya usullari, tengdoshlar bilan muloqot, ommaviy axborot vositalari va gadjetlardan foydalanish kabi omillar bolaning psixologik holatiga sezilarli ta’sir ko‘rsatadi. Ayniqsa, bolada doimiy nazorat, qo‘rqitish, taqiqlash yoki yuqori talabchanlik mavjud bo‘lsa, unda ichki xavotir va tashvish hissi kuchayadi. Bu esa bolaning o‘zini erkin namoyon qilishi, tashabbus ko‘rsatishi va ijtimoiy muhitga moslashishini qiyinlashtiradi.

Psixologik nuqtai nazardan tashvishlanish bolaning ma’lum vaziyatga nisbatan ichki xavotir, qo‘rquv va noaniqlik hissini boshdan kechirishi bilan xarakterlanadi. Maktabgacha yoshdagi bolalarda bu holat turli shakllarda namoyon bo‘lishi mumkin. Masalan, ayrim bolalarda injiqlik, yig‘loqilik, tortinchoqlik yoki agressivlik kuzatilsa, boshqalarida uyqu buzilishi, qo‘rquv hissining ortishi yoki tengdoshlardan chekinish kabi belgilar paydo bo‘ladi. Ba’zi hollarda tashvishlanish bolaning nutqida duduqlanish, diqqatning pasayishi yoki faoliyatga qiziqmaslik holatlarini ham yuzaga keltiradi. Shu sababli bolalarda tashvishlanish holatini erta aniqlash va uning psixologik omillarini o‘rganish muhim ilmiy-amaliy ahamiyatga ega. Maktabgacha yoshdagi bolalarda tashvishlanishning shakllanishida oilaviy muhit muhim omillardan biri hisoblanadi. Oilada doimiy nizolar, ota-onaning sovuqqon munosabati yoki bolaga yetarli mehr va e’tiborning berilmasligi bolada o‘zini himoyasiz his qilish holatini yuzaga keltiradi. Aksincha, sog‘lom psixologik muhitga ega oilalarda ulg‘ayayotgan bolalarda emotsional barqarorlik yuqori bo‘lishi kuzatiladi. Ota-onaning haddan tashqari talabchan yoki nazoratchi bo‘lishi ham bolaning ichki zo‘riqishini kuchaytiradi. Natijada bola o‘z xatti-harakatlari uchun doimiy xavotirda yashay boshlaydi. Shuningdek, maktabgacha ta’lim tashkilotidagi psixologik muhit ham bolalarda tashvishlanishning rivojlanishiga ta’sir qiladi. Tarbiyachi va pedagoglarning bolaga nisbatan munosabati, tengdoshlari bilan o‘zaro aloqalari hamda jamoaga moslashish jarayoni bolaning emotsional holatini belgilovchi asosiy omillar sirasiga kiradi. Agar bola jamoada o‘zini xavfsiz va qo‘llab-quvvatlangan his qilsa, unda tashvishlanish darajasi pasayadi. Aksincha, tanqid, kamsitish yoki e’tiborsizlik holatlari bolaning ruhiy zo‘riqishini kuchaytiradi. Shu bois maktabgacha ta’lim muassasalarida sog‘lom emotsional muhit yaratish bugungi kunda dolzarb vazifalardan biri hisoblanadi.

Tadqiqotlarda bolalarning o‘yin faoliyati ham tashvishlanish bilan bevosita bog‘liqligi ta’kidlanadi. O‘yin bolaning emotsional holatini namoyon qiluvchi tabiiy faoliyat turi bo‘lib, unda bolaning ichki kechinmalari aks etadi. Rolli o‘yinlar, ijodiy mashg‘ulotlar va jamoaviy faoliyatlar bolalarning emotsional zo‘riqishini kamaytirishga xizmat qiladi. Shu bilan birga, o‘yin faoliyati orqali bolaning qo‘rquv va xavotir sabablarini aniqlash imkoniyati ham mavjud. So‘nggi yillarda bolalarning gadjet va ekran vositalaridan ortiqcha foydalanishi ham tashvishlanishning kuchayishiga sabab bo‘layotgani qayd etilmoqda. Virtual muhitning haddan tashqari ustunligi bolaning real ijtimoiy munosabatlardan uzoqlashishiga olib keladi. Natijada bolalarda muloqot qiyinchiliklari, hissiy beqarorlik va ichki xavotir kuchayishi mumkin. Ayniqsa, zo‘ravonlik yoki qo‘rquv elementlari mavjud media mahsulotlar bolaning ruhiyatiga salbiy ta’sir ko‘rsatadi. Shu jihatdan olib qaraganda, maktabgacha yoshdagi bolalarda tashvishlanishning psixologik omillarini chuqur o‘rganish muhim nazariy va amaliy ahamiyat kasb etadi. Mazkur muammoning ilmiy tahlili bolalarda emotsional barqarorlikni shakllantirish, ularning sog‘lom psixik rivojlanishini таъминlash hamda oilaviy va ta’lim muhitida samarali psixologik yordam ko‘rsatish imkonini beradi. Tadqiqot natijalari psixologlar, pedagoglar va ota-onalar uchun bolalarda tashvishlanish holatlarini barvaqt aniqlash va oldini olishda muhim metodik asos bo‘lib xizmat qiladi.

Adabiyotlar tahlili. Maktabgacha yoshdagi bolalarda tashvishlanish muammosi zamonaviy psixologiya fanining dolzarb yo‘nalishlaridan biri hisoblanadi. So‘nggi yillarda olib borilgan ilmiy tadqiqotlarda bolalarda emotsional zo‘riqish, ichki xavotir, qo‘rquv va psixologik beqarorlik holatlarining ortib borayotgani alohida ta’kidlanmoqda. Tadqiqotchilar bu holatning yuzaga kelishida biologik, ijtimoiy va psixologik omillar o‘zaro bog‘liq holda namoyon bo‘lishini qayd etadilar. Ayniqsa, maktabgacha yosh davrida bolaning emotsional tizimi hali to‘liq shakllanmaganligi sababli tashqi ta’sirlarga yuqori sezuvchanlik kuzatiladi. Shu bois mazkur yosh bosqichida tashvishlanishning shakllanish mexanizmlarini o‘rganish muhim ilmiy-amaliy ahamiyatga ega. Ilmiy adabiyotlarda tashvishlanish tushunchasi ko‘pincha bolaning ma’lum vaziyatni xavfli yoki noaniq deb qabul qilishi natijasida yuzaga keladigan ichki emotsional zo‘riqish sifatida izohlanadi. Tadqiqotlarda maktabgacha yoshdagi bolalarda tashvishlanishning asosiy ko‘rinishlari sifatida tortinchoqlik, yig‘loqilik, agressivlik, uyqu buzilishi, tez xafa bo‘lish, ota-onadan uzoqlashishdan qo‘rqish va jamoaga moslasha olmaslik kabi holatlar qayd etiladi. Ayrim ilmiy ishlarda tashvishlanish bolaning bilish jarayonlariga ham salbiy ta’sir ko‘rsatishi, xususan diqqatning pasayishi, xotira faoliyatining susayishi hamda o‘yin faoliyatining cheklanishiga olib kelishi ko‘rsatib o‘tilgan.

Psixologik tadqiqotlarning katta qismida oilaviy muhit tashvishlanishning eng muhim omillaridan biri sifatida tahlil qilinadi. Tadqiqotchilar ota-onaning bolaga nisbatan munosabati, oiladagi emotsional iqlim va tarbiya usullarining bolaning ruhiy holatiga bevosita ta’sir qilishini asoslaydilar. Oilada tez-tez yuz beradigan nizolar, ota-onalarning ajralishi, bolaning hissiy ehtiyojlariga yetarlicha e’tibor bermaslik yoki haddan tashqari nazorat qiluvchi tarbiya uslublari bolalarda ichki xavotirni kuchaytirishi aniqlangan. Shu bilan birga, ota-onalarning yuqori talabchanligi va bolani doimiy tanqid qilish holatlari bolaning o‘ziga bo‘lgan ishonchini pasaytiradi hamda tashvishlanishning barqaror shakllanishiga olib keladi.

Bir qator ilmiy ishlarda bolaning onasi bilan emotsional yaqinligi tashvishlanish darajasiga sezilarli ta’sir qiluvchi omil sifatida ko‘rsatiladi. Maktabgacha yoshdagi bolalarda xavfsizlik hissi asosan ota-ona bilan barqaror emotsional aloqalar orqali shakllanadi. Agar bola o‘zini himoyalangan va qo‘llab-quvvatlangan his qilsa, uning stressli vaziyatlarga moslashuvi yengilroq kechadi. Aksincha, e’tiborsizlik yoki sovuqqon munosabat bolaning ichki xavotirini kuchaytiradi. Tadqiqotlarda emotsional qo‘llab-quvvatlash yetishmaydigan oilalarda ulg‘ayayotgan bolalarda tashvishlanish ko‘rsatkichlari yuqoriroq bo‘lishi aniqlangan. Adabiyotlarda maktabgacha ta’lim tashkilotidagi psixologik muhit ham alohida o‘rganilgan. Tadqiqotchilar pedagoglarning kommunikativ uslubi, bolaga bo‘lgan munosabati va jamoadagi emotsional atmosfera bolaning ruhiy holatiga sezilarli ta’sir ko‘rsatishini qayd etadilar. Tarbiyachining qo‘polligi, bolani tengdoshlari oldida tanqid qilishi yoki e’tiborsiz munosabatda bo‘lishi bolaning o‘zini noqulay his qilishiga sabab bo‘ladi. Bu esa asta-sekin tashvishlanish va ijtimoiy qo‘rquvning shakllanishiga olib keladi. Aksincha, qo‘llab-quvvatlovchi va ijobiy emotsional muhit mavjud bo‘lgan ta’lim muassasalarida bolalarda emotsional barqarorlik yuqori bo‘lishi aniqlangan.

Ko‘plab tadqiqotlarda tengdoshlar bilan bo‘ladigan munosabatlarning ham tashvishlanish shakllanishida muhim o‘rin tutishi ta’kidlanadi. Maktabgacha yoshdagi bolalar uchun jamoada qabul qilinish ehtiyoji juda yuqori bo‘ladi. Tengdoshlari tomonidan rad etilish, mazax qilinish yoki o‘yinlarga qo‘shmaslik holatlari bolada ijtimoiy xavotirni kuchaytiradi. Ayrim ilmiy izlanishlarda jamoaga moslasha olmaydigan bolalarda keyingi yosh bosqichlarida ham emotsional muammolar saqlanib qolishi mumkinligi ko‘rsatib o‘tiladi. Shu sababli bolalar o‘rtasida sog‘lom muloqot va hamkorlik muhitini shakllantirish psixologik profilaktikaning muhim yo‘nalishlaridan biri hisoblanadi. So‘nggi yillardagi ilmiy adabiyotlarda raqamli texnologiyalar va gadjetlarning bolalar ruhiyatiga ta’siri ham

keng tadqiq qilinmoqda. Tadqiqotchilar uzoq vaqt telefon, planshet yoki televizordan foydalanish bolalarda hissiy zo‘riqish va tashvishlanish darajasini oshirishi mumkinligini qayd etadilar. Ayniqsa, zo‘ravonlik elementlari mavjud media mahsulotlar bolaning emotsional tizimiga salbiy ta’sir qiladi. Virtual muhitning real muloqotni siqib chiqarishi esa bolalarda ijtimoiy ko‘nikmalar rivojlanishining sustlashuviga sabab bo‘ladi. Shu bilan birga, ekran vositalariga qaramlik uyqu sifati va nerv tizimi faoliyatiga ham salbiy ta’sir ko‘rsatishi aniqlangan. Tadqiqotlarda bolaning individual psixologik xususiyatlari ham tashvishlanish bilan bog‘liq holda tahlil qilinadi. Xususan, yuqori sezuvchanlik, tortinchoqlik, emotsional ta’sirchanlik va introvert xususiyatlarga ega bolalarda tashvishlanish ko‘proq kuzatilishi qayd etiladi. Shuningdek, ayrim tadqiqotchilar temperament xususiyatlari bilan tashvishlanish darajasi o‘rtasida bog‘liqlik mavjudligini ta’kidlaydilar. Kuchsiz nerv tizimiga ega bolalar stressli vaziyatlarga nisbatan sezgirroq bo‘lib, ularning moslashuv imkoniyatlari pastroq bo‘lishi mumkin. Shu sababli individual psixologik yondashuv maktabgacha yoshdagi bolalar bilan ishlashda muhim omil hisoblanadi.

Ilmiy adabiyotlarda o‘yin faoliyatining tashvishlanishni kamaytirishdagi ahamiyati ham keng yoritilgan. O‘yin bolaning tabiiy ehtiyoji bo‘lib, u orqali bola o‘z his-tuyg‘ularini erkin ifodalaydi. Rolli o‘yinlar, ijodiy mashg‘ulotlar va psixologik treninglar bolalarning ichki zo‘riqishini kamaytirishga yordam beradi. Tadqiqotlarda o‘yin terapiyasi usullari tashvishlanish darajasini pasaytirishda samarali vosita sifatida baholanadi. Ayniqsa, ertak terapiyasi, qum terapiyasi va rasm chizish mashg‘ulotlari bolaning salbiy emotsiyalarini kamaytirishda ijobiy natija berishi qayd etilgan. Ayrim zamonaviy tadqiqotlarda maktabgacha yoshdagi bolalarda tashvishlanishning kelib chiqishida nevropsixologik omillar ham muhim rol o‘ynashi ko‘rsatiladi. Nerv tizimining funksional yetilmaganligi, sensor sezgirlikning yuqoriligi yoki ayrim rivojlanish buzilishlari bolaning emotsional barqarorligiga ta’sir ko‘rsatadi. Masalan, autizm spektr buzilishlariga ega bolalarda tashvishlanish darajasi yuqoriroq bo‘lishi va ijtimoiy vaziyatlarda qo‘rquv kuchli namoyon bo‘lishi aniqlangan. Bu esa maxsus psixologik yordam va individual yondashuv zarurligini ko‘rsatadi. Umuman olganda, tahlil qilingan ilmiy adabiyotlar maktabgacha yoshdagi bolalarda tashvishlanish murakkab va ko‘p omilli psixologik hodisa ekanligini ko‘rsatadi. Uning shakllanishida oilaviy muhit, ta’lim jarayoni, tengdoshlar bilan munosabat, individual psixologik xususiyatlar va zamonaviy axborot muhiti muhim rol o‘ynaydi. Tadqiqotlar natijalari asosida bolalarda tashvishlanishni erta aniqlash, profilaktika qilish va psixologik yordam ko‘rsatishning samarali usullarini ishlab chiqish dolzarb masala ekanligi namoyon bo‘ladi. Shu sababli mazkur muammoni kompleks tarzda o‘rganish va amaliyotga yo‘naltirilgan tavsiyalar ishlab chiqish bugungi psixologiya fanining muhim vazifalaridan biri hisoblanadi.

Tadqiqot muhokamasi. Mazkur tadqiqot natijalari maktabgacha yoshdagi bolalarda tashvishlanishning shakllanishida bir qator psixologik va ijtimoiy omillar muhim o‘rin tutishini ko‘rsatdi. Tahlillar asosida oilaviy muhit, ota-onaning tarbiya uslubi, pedagogik yondashuv, tengdoshlar bilan munosabat hamda zamonaviy axborot muhitining bolalar ruhiy holatiga sezilarli ta’sir ko‘rsatishi aniqlandi. Ayniqsa, emotsional jihatdan beqaror oilalarda ulg‘ayayotgan bolalarda tashvishlanish darajasi yuqoriroq kuzatilishi tadqiqotning asosiy natijalaridan biri bo‘ldi. Oiladagi nizolar, bolaning hissiy ehtiyojlariga yetarli e’tibor berilmasligi yoki haddan tashqari nazorat qiluvchi tarbiya usullarining qo‘llanilishi bolalarda ichki xavotir va qo‘rquv hissining shakllanishiga sabab bo‘lishi kuzatildi. Tadqiqot davomida ota-onaning bolaga bo‘lgan emotsional munosabati alohida ahamiyatga ega ekanligi tasdiqlandi. Mehr-muhit va qo‘llab-quvvatlovchi oilalarda tarbiyalanayotgan bolalarda emotsional barqarorlik yuqori bo‘lib, ular yangi muhitga tezroq moslashishi kuzatildi. Aksincha, sovuqqon yoki qat’iy nazoratga asoslangan oilaviy muhit bolalarda

o‘ziga bo‘lgan ishonchning pasayishiga olib kelishi mumkin. Bu holat bola tomonidan oddiy vaziyatlarni ham xavfli yoki tashvishli deb qabul qilishiga sabab bo‘ladi. Natijada bola tengdoshlari bilan muloqot qilishdan chekinishi, faoliyatga qiziqmasligi yoki ortiqcha xavotir bilan harakat qilishi mumkin.

Maktabgacha ta’lim tashkilotidagi psixologik muhit ham bolalarda tashvishlanishning rivojlanishiga bevosita ta’sir qiluvchi omillardan biri sifatida namoyon bo‘ldi. Tarbiyachining bolaga nisbatan munosabati, pedagogik muloqot uslubi va guruhdagi emotsional atmosfera bolaning o‘zini xavfsiz his qilishida muhim rol o‘ynaydi. Tadqiqot natijalariga ko‘ra, bolani tez-tez tanqid qilish, tengdoshlari oldida koyish yoki e’tiborsiz qoldirish uning emotsional zo‘riqishini kuchaytiradi. Aksincha, qo‘llab-quvvatlovchi va ijobiy psixologik muhit mavjud bo‘lgan guruhlarda bolalarning ijtimoiy faolligi va emotsional moslashuvi yuqoriroq bo‘lishi kuzatildi. Tengdoshlar bilan o‘zaro munosabatlar ham tadqiqot davomida muhim omillardan biri sifatida qayd etildi. Maktabgacha yoshdagi bolalarda jamoa tomonidan qabul qilinish ehtiyoji kuchli bo‘lib, tengdoshlari bilan yuzaga keladigan nizolar yoki rad etilish holatlari bolaning tashvishlanish darajasini oshiradi. Ayniqsa, tortinchoq yoki emotsional sezgir bolalarda ijtimoiy qo‘rquv kuchliroq namoyon bo‘lishi aniqlandi. Shu sababli bolalar jamoasida sog‘lom psixologik muhit yaratish va hamkorlikka asoslangan faoliyatlarni tashkil etish muhim profilaktik vosita hisoblanadi.

Tadqiqot natijalari zamonaviy raqamli texnologiyalar va ekran vositalarining bolalar ruhiyatiga ta’siri ortib borayotganini ham ko‘rsatdi. Telefon, planshet va televizordan uzoq vaqt foydalanish bolalarda emotsional zo‘riqish va diqqat buzilishlariga olib kelishi mumkinligi kuzatildi. Ayniqsa, zo‘ravonlik yoki qo‘rquv elementlariga boy media mahsulotlar bolaning ruhiy holatiga salbiy ta’sir qilishi aniqlangan. Virtual muhitning real muloqot o‘rnini egallashi esa bolalarning ijtimoiy moslashuv ko‘nikmalarini sustlashtirishi mumkin. Bu holat kelajakda kommunikativ qiyinchiliklar va ichki xavotirning kuchayishiga sabab bo‘lish ehtimolini oshiradi. Shuningdek, tadqiqot davomida bolaning individual psixologik xususiyatlari ham tashvishlanish bilan bog‘liq holda namoyon bo‘ldi. Yuqori sezuvchanlik, introvertlik va emotsional ta’sirchanlikka ega bolalarda tashvishlanish darajasi nisbatan yuqoriroq bo‘lishi kuzatildi. Bu esa har bir bolaga individual yondashuv asosida psixologik yordam ko‘rsatish zarurligini tasdiqlaydi. Ayniqsa, maktabgacha ta’lim muassasalarida psixologik diagnostika va profilaktika ishlarini kuchaytirish muhim ahamiyatga ega.

Tadqiqot natijalari asosida o‘yin faoliyatining tashvishlanishni kamaytirishda samarali vosita ekanligi ham tasdiqlandi. Rolli o‘yinlar, ertak terapiyasi, rasm chizish va ijodiy mashg‘ulotlar bolalarning emotsional holatini yaxshilashga yordam beradi. O‘yin jarayonida bola o‘z ichki his-tuyg‘ularini erkin ifodalash imkoniga ega bo‘ladi, bu esa psixologik zo‘riqishni kamaytiradi. Shu sababli maktabgacha ta’lim tashkilotlarida psixologik rivojlantiruvchi o‘yinlardan keng foydalanish maqsadga muvofiq hisoblanadi. Umuman olganda, tadqiqot natijalari maktabgacha yoshdagi bolalarda tashvishlanishning kelib chiqishi ko‘p omilli xarakterga ega ekanligini ko‘rsatdi. Bolaning ruhiy barqarorligini ta’minlash uchun oilaviy tarbiya, pedagogik yondashuv, ijtimoiy muhit va individual psixologik xususiyatlarni kompleks tarzda hisobga olish zarur. Mazkur natijalar asosida psixologik profilaktika va korreksion ishlarni takomillashtirish, ota-onalar hamda pedagoglar uchun tavsiyalar ishlab chiqish muhim ilmiy-amaliy ahamiyat kasb etadi.

Xulosa. Maktabgacha yoshdagi bolalarda tashvishlanishning psixologik omillarini o‘rganish natijalari ushbu muammo zamonaviy psixologiya va pedagogika uchun dolzarb ekanligini ko‘rsatdi. Tadqiqot davomida tashvishlanishning shakllanishida oilaviy muhit, ota-onaning tarbiya uslubi, maktabgacha ta’lim muassasasidagi psixologik atmosfera, tengdoshlar bilan munosabat va individual psixologik xususiyatlar muhim rol o‘ynashi

aniqlandi. Ayniqsa, oiladagi emotsional beqarorlik, bolaning hissiy ehtiyojlariga yetarli e'tibor berilmasligi hamda haddan tashqari nazorat qiluvchi tarbiya usullari tashvishlanish darajasining oshishiga sabab bo'lishi kuzatildi. Shu bilan birga, pedagoglarning qo'llab-quvvatlovchi munosabati va sog'lom psixologik muhit bolaning emotsional barqarorligini mustahkamlashda muhim omil ekanligi tasdiqlandi. Tadqiqot natijalari asosida maktabgacha yoshdagi bolalarda tashvishlanishni erta aniqlash va profilaktika qilish zarurligi xulosa qilindi. O'yin terapiyasi, ijodiy mashg'ulotlar va psixologik treninglardan foydalanish bolalarning ichki zo'riqishini kamaytirishda samarali vosita bo'lib xizmat qiladi. Shu sababli ota-onalar, pedagoglar va psixologlarning hamkorligi asosida bolalar uchun sog'lom emotsional muhit yaratish muhim ahamiyat kasb etadi.

Foydalanilgan adabiyotlar

1. Ainsworth, M. D. S. (1989). Attachments beyond infancy. American Psychologist, 44(4), 709–716.
2. Bowlby, J. (1988). A secure base: Parent-child attachment and healthy human development. Basic Books.
3. Coplan, R. J., & Rubin, K. H. (2010). The development of shyness and social withdrawal. Guilford Press.
4. Denham, S. A. (2018). Social-emotional competence in early childhood. Guilford Publications.
5. Field, T. (2017). Social-emotional development in infancy and early childhood. Pediatric Annals, 46(8), e301–e306.
6. Ginsburg, G. S., Drake, K. L., Tein, J. Y., Teetsel, R., & Riddle, M. A. (2015). Preventing onset of anxiety disorders in offspring of anxious parents. JAMA Psychiatry, 72(12), 1207–1214.
7. Muris, P., & Field, A. P. (2010). The role of verbal threat information in the development of childhood fear. Behaviour Research and Therapy, 48(2), 97–112.
8. Rapee, R. M., & Spence, S. H. (2004). The etiology of social phobia: Empirical evidence and an initial model. Clinical Psychology Review, 24(7), 737–767.
9. Rubin, K. H., Bukowski, W. M., & Laursen, B. (2011). Handbook of peer interactions, relationships, and groups. Guilford Press.
10. Vygotsky, L. S. (1978). Mind in society: The development of higher psychological processes. Harvard University Press.