



**MOSLASHUV JARAYONI: NAZARIY, PSIXOLOGIK VA PEDAGOGIK
ASOSLARI**

**ПРОЦЕСС АДАПТАЦИИ: ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ, ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ
И ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ**

**THE ADAPTATION PROCESS: THEORETICAL, PSYCHOLOGICAL
AND PEDAGOGICAL BASIS**

Sobirova Odinaxon Zuxriddin qizi

*Farg'ona davlat universiteti Maktabgacha ta'lim yo'nalishi
1-bosqich magistranti*

Ilmiy rahbar; Tursunova Dilnavoz To'lqin qizi

*Farg'ona davlat universiteti Maktabgacha ta'lim kafedrası o'qituvchisi
E-mail: Odinaazimova60@gmail.com*

Annotatsiya -Mazkur maqolada moslashuv jarayonining nazariy talqinlari, bolalar psixikasidagi o'ziga xosliklar, ta'lim jarayonidagi o'rni va uning pedagogik asoslari chuqur tahlil qilinadi. Shuningdek, moslashuvga ta'sir qiluvchi omillar, maktabgacha yoshdagi bolalarda kuzatiladigan muammolar va ularni yumshatish mexanizmlari ilmiy manbalar asosida yoritiladi.

Аннотация -В данной статье представлен углубленный анализ теоретических интерпретаций процесса адаптации, особенностей детской психики, ее роли в образовательном процессе и педагогических основ. Также рассматриваются факторы, влияющие на адаптацию, проблемы, наблюдаемые у детей дошкольного возраста, и механизмы их смягчения, основанные на научных данных. Аннотация-В данной статье представлен углубленный анализ теоретических интерпретаций процесса адаптации, особенностей детской психики, ее роли в образовательном процессе и педагогических основ. Также рассматриваются факторы, влияющие на адаптацию, проблемы, наблюдаемые у детей дошкольного возраста, и механизмы их смягчения, основанные на научных данных.

Abstract- This article provides an in-depth analysis of the theoretical interpretations of the adaptation process, the peculiarities of the child's psyche, its role in the educational process, and its pedagogical foundations. It also covers the factors affecting adaptation, problems observed in preschool children, and mechanisms for mitigating them based on scientific sources.

Kalit so'zlar: moslashuv jarayoni, maktabgacha yoshdagi bolalar, moslashuv muammolari, psixologik yondashuv, ta'lim jarayoni, pedagogik muhit.



Ключевые слова: процесс адаптации, дети дошкольного возраста, проблемы адаптации, психологический подход, образовательный процесс, педагогическая среда.

Keywords: adaptation process, preschool children, adaptation problems, psychological approach, educational process, pedagogical environment.

Kirish

Inson faoliyati, xulqi, emotsional barqarorligi va jamiyatga qo'shila olishi to'g'ridan-to'g'ri moslashuv jarayonining qanchalik muvaffaqiyatli kechishiga bog'liq. Ayniqsa, maktabgacha yosh davrida moslashuv (adaptatsiya) shaxsning keyingi ijtimoiy tajribasi va ta'limiy muvaffaqiyatining asosi sifatida qaraladi. Moslashuv kategoriyasi psixologiya, pedagogika, fiziologiya va sotsiologiya fanlarining kesishgan nuqtasida o'rganiladi.

1. Moslashuv jarayonining nazariy asoslari-Ilmiy adabiyotlarda "moslashuv" tushunchasi turli talqinlarda uchraydi:

Biologik nuqtai nazardan — organizmning tashqi muhit sharoitlariga jismoniy moslashuvi (I.P. Pavlov).

Psixologik nuqtai nazardan — shaxsning yangi sharoitda emotsional, kognitiv va ijtimoiy jihatdan barqarorlashuvi (L.S. Vygotskiy).

Pedagogik talqinda — bolaning ta'lim muassasasidagi tartib, talab va ijtimoiy rollarni o'zlashtirishi (A.N. Leontyev).

Moslashuv jarayoni murakkab, bosqichli va ko'p omilli bo'lib, bolaning ichki imkoniyatlari va tashqi shart-sharoitlar o'zaro ta'sirida kechadi.

Moslashuvning turlari

Moslashuvni quyidagi komponentlar tashkil etadi:

1) Psixologik moslashuv: Bola yangi muhitga nisbatan xavfsizlik hissin shakllantiradi, emotsional muvozanat tiklanadi, stress darajasi pasayadi.

2) Ijtimoiy moslashuv: Tengdoshlari bilan muloqotga kirishish, guruh qoidalariga moslashish, jamoaviy o'yin va faoliyatda qatnashish.

3) Pedagogik moslashuv; Ta'lim jarayoniga qiziqish uyg'onadi, mashg'ulotlar mazmunini qabul qilish qobiliyati shakllanadi, o'quv vazifalariga nisbatan ma'suliyat rivojlanadi.

4) Fiziologik moslashuv; Uyqu, ovqatlanish, faoliyat ritmi me'yorga tushadi, tana yangi iqlim, tartib va yuklamalarga moslashadi.

2. Psixologik asoslar

Maktabgacha yoshdagi bolalarda emotsional tizim hali to'liq shakllanmagan bo'lgani sababli ular yangi sharoitda kuchli hissiy reaksiyalar ko'rsatadi: qo'rquv, yig'loqilik, ijtimoiy chekinish, agressiv xulq, haddan tashqari yopiq yoki ortiqcha faol bo'lish.



Psixologlar ta'kidlashicha, moslashuvning dastlabki 10–20 kuni bolaning emotsional portretini belgilab beradi.

Stress va moslashuv jarayoni

Bola yangi muhitga tushganda stressning quyidagi bosqichlari kuzatiladi:

Shok bosqichi – notanish odamlar, xona, tartib qo'rquv uyg'otadi.

Reaktiv bosqich – qaysarlik, yig'lash, rad etish paydo bo'ladi.

Moslashuv bosqichi – asta-sekin barqarorlik yuzaga keladi.

Psixologik yordam, qo'llab-quvvatlovchi muhit va tarbiyachi bilan iliq muloqot bu bosqichlarni yengillashtiradi.

3. Pedagogik muhitning roli

Tarbiyachi moslashuv jarayonining asosiy boshqaruvchisidir. Uning: nutqi, munosabati, muloqot uslubi, pedagogik mahorati bolada xavfsizlik hissining shakllanishiga bevosita ta'sir qiladi.

Pedagogik tizim quyidagi tamoyillarga asoslanishi lozim: bolaning shaxsiy rivojlanish mezonlarini hisobga olish; ta'lim topshiriqlarini moslashtirish; qo'llab-quvvatlovchi o'yinlar va mashg'ulotlardan foydalanish; sensor muhit orqali moslashuvni yengillashtirish.

O'yin texnologiyalarining ahamiyati

Maktabgacha yoshda o'yin — asosiy faoliyat turi. O'yin orqali bola: ijtimoiy rollarni o'zlashtiradi; kommunikativ malakalarini rivojlantiradi; qo'rquv va stressni kamaytiradi; guruhga qo'shilish jarayonini tezlashtiradi.

Shu bois moslashuvning 80% o'yin faoliyati orqali amalga oshadi. Moslashuv jarayoniga ta'sir qiluvchi omillar

Ichki omillar: temperament, sog'liq holati, individual nerv-psixik xususiyatlar, oldingi ijtimoiy tajriba.

Tashqi omillar: tarbiyachi bilan munosabat, guruh dinamikasi, ota-onaning ruhiy yordami, muhitning xavfsizligi, pedagogik talablarning mosligi.

Bu omillar uyg'unligi moslashuvning qanchalik tez kechishini belgilaydi.

Tadqiqot metodologiyasi

Mazkur ilmiy tadqiqot maktabgacha yoshdagi bolalarning ijtimoiy moslashuv jarayonini o'rganishga qaratilgan bo'lib, unda sotsiopedagogik yondashuv asos qilib olindi. Tadqiqot davomida bolaning ijtimoiy moslashuvi oila, maktabgacha ta'lim tashkiloti va tengdoshlar jamoasining o'zaro ta'siri asosida tahlil qilindi. Tadqiqot jarayonida empirik ma'lumotlarni yig'ish uchun kuzatish, suhbat hamda so'rovnoma metodlaridan foydalanildi.

Tadqiqotda 5–7 yoshli 80 nafar maktabgacha yoshdagi bolalar ishtirok etdi. So'rovnomalar asosan ota-onalar va tarbiyachilar orqali o'tkazilib, bolalarning tengdoshlari bilan muloqot qilish darajasi, oilaviy qo'llab-quvvatlashni his etishi, jamoaviy o'yin va mashg'ulotlarda ishtirok etish faolligi hamda o'zini guruh a'zosi sifatida tutishi baholandi. Kuzatish jarayonida bolalarning jamoaviy faoliyatdagi

faolligi, o'yin jarayonidagi tashabbuskorligi, yetakchilik elementlari va muammoli vaziyatlarga bo'lgan munosabatlari qayd etildi. Suhbat metodi yordamida esa bolalarning o'ziga ishonchi, muloqotga kirishishdagi qiyinchiliklari va moslashuv jarayonida yuzaga kelayotgan to'siqlar tahlil qilindi. Olingan natijalar sotsiopsixologik tahlil asosida umumlashtirilib, samarali pedagogik tavsiyalar ishlab chiqildi.

Natijalar va muhokama

Tadqiqot natijalari maktabgacha yoshdagi bolalarning ijtimoiy moslashuvi bir qator muhim omillar bilan uzviy bog'liqligini ko'rsatdi. Avvalo, oila va maktabgacha ta'lim tashkiloti o'rtasidagi hamkorlik bolaning ijtimoiy rivojlanishida asosiy omillardan biri ekanligi aniqlandi. Agar bola oilada mehr, e'tibor va ishonchga asoslangan muhitda ulg'aysa hamda bu muhit bog'chadagi tarbiyaviy jarayon bilan uyg'unlashsa, u o'zini xavfsiz va qadrli his qiladi. Bunday bolalar yangi jamoaga tez moslashadi, tengdoshlari bilan erkin muloqot qiladi va guruh faoliyatida faol ishtirok etadi.

Shuningdek, tarbiyachi va bola o'rtasidagi empatik muloqot ijtimoiy moslashuv jarayoniga bevosita ta'sir ko'rsatishi aniqlandi. Empatiya, ya'ni bolaning his-tuyg'ularini tushunish, uni tinglash va qo'llab-quvvatlash maktabgacha yoshda ayniqsa muhimdir. Tarbiyachi tomonidan bolaning ichki holatiga e'tibor qaratilishi, uning fikr va hissiyotlari e'tirof etilishi bolaning o'ziga bo'lgan ishonchini oshiradi, bog'cha muhitiga ijobiy munosabatni shakllantiradi va ijtimoiy moslashuvni tezlashtiradi.

Yana bir muhim omil sifatida bolalarning jamoaviy o'yinlar va guruh mashg'ulotlarida ishtirok etish darajasi belgilandi. Jamoaviy o'yinlar orqali bolalar o'zaro hamkorlik qilishni, navbat kutishni, qoidalarga rioya etishni va muammolarni birgalikda hal etishni o'rganadilar. Bunday faoliyatlar bolalarda tashabbuskorlik, yetakchilik elementlari, empatiya va mas'uliyat hissining shakllanishiga xizmat qiladi. Natijada bolaning nafaqat shaxsiy rivoji, balki ijtimoiy moslashuv darajasi ham ortadi.

So'nggi yillarda raqamli texnologiyalar va internetdan foydalanish masalasi ham maktabgacha yoshdagi bolalarning ijtimoiy rivojlanishiga ta'sir ko'rsatayotgani kuzatildi. Nazoratsiz va me'yoridan ortiq ekran vaqti bolaning jonli muloqotini cheklashi mumkin. Shu sababli, ota-onalar va tarbiyachilar tomonidan raqamli vositalardan foydalanishni to'g'ri tashkil etish, bolalarda sog'lom muloqot ko'nikmalarini rivojlantirish va ijtimoiy faollikni qo'llab-quvvatlash muhim ahamiyat kasb etadi.

Xulosa

Moslashuv jarayoni — shaxs rivojining eng muhim bosqichlaridan biri bo'lib, uni nazariy, psixologik va pedagogik nuqtai nazardan kompleks tarzda o'rganish tizimli yondashuvni talab etadi. Tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, moslashuvning



muvaffaqiyatli kechishi uchun qulay pedagogik muhit, emotsional qo'llab-quvvatlash, individuallashtirilgan ta'lim va ota-onalar bilan uzviy hamkorlik zarur.

Moslashuvning har bir bosqichi — bolaning kelajakdagi ta'limiy motivatsiyasi, ijtimoiy faolligi va ruhiy barqarorligini shakllantiruvchi asosiy omildir.

ADABIYOTLAR RO'YXATI

1. Z.R. Qodirova. Maktabgacha pedagogika darslik. Toshkent 2019
2. Vygotskiy L.S. Psixologiya razvitiya rebenka. Moskva: Pedagogika, 1996.
3. Piaget J. The Psychology of the Child. New York: Basic Books, 1972.
4. Bruner J. Child's Talk: Learning to Use Language. Oxford: Oxford University Press, 1983.
5. Erikson E.H. Childhood and Society. - New York: Norton, 1963.
6. Ainsworth M. Patterns of Attachment. Hillsdale: Erlbaum, 1978.
7. Goleman D. Emotional Intelligence. New York: Bantam Books, 1995.
8. Ilk qadam davlat o'quv dastur takomillashgan ikkinchi nashr.

