



“OILA VA XOTIN-QIZLAR” ILMIY-TADQIQOT INSTITUTI

# OILA, XOTIN-QIZLAR VA IJTIMOIY HAYOT

e l e k t r o n i l m i y j u r n a l

2/2022

Jurnalga Toshkent shahar Matbuot va axborot boshqarmasi tomonidan 2021-yil 17-iyundagi 1190-sonli “Ommaviy axborot vositasi davlat ro‘yxatidan o‘tkazilganligi to‘g‘risida guvohnoma” berilgan.  
“Oila, xotin-qizlar va ijtimoiy hayot” jurnali “Ijtimoiy boshqaruv” jurnalining vorisidir.

*Jurnal mahalla va oila institutlarini mustahkamlash hamda gender tengligiga oid barcha ijtimoiy masalalar sohasida fanlararo fundamental, ilmiy-amaliy tadqiqotlar va innovatsion g‘oyalarni tatbiq etishga ixtisoslashgan nashrdir.*

ISSN 9874-4126

TOSHKENT

## **TAHRIR HAY'ATI RAISI:**

**EGAMBERDIYEVA Nodira Melibayevna** (Bosh muharrir) – *pedagogika fanlari doktori, professor.*

## **TAHRIR HAY'ATI A'ZOLARI:**

**NARBAYEVA Tanzila Kamalovna** – *sotsiologiya fanlari doktori, professor.*

**MUSURMANOVA Aynisa Musurmanovna** (Bosh muharrir o'rinbosari) – *pedagogika fanlari doktori, professor.*

**ABDURAMANOV Xamid Xudaybergenovich** – *iqtisodiyot fanlari doktori, professor.*

**BEGIMQULOV Uzoqboy Shoimqulovich** – *pedagogika fanlari doktori, professor.*

**FARFIYEV Bahromjon Atxamdjanovich** – *sotsiologiya fanlari doktori, dotsent.*

**ISHQUVATOV Valiqul Turdiyevich** – *tarix fanlari doktori, professor.*

**KARAMYAN Marietta Xachaturovna** – *psixologiya fanlari doktori, professor.*

**MUSLIMOV Narzulla Alikhanovich** – *pedagogika fanlari doktori, professor.*

**NURMATOVA Mukarram Akhmedovna** – *falsafa fanlari doktori, professor.*

**NARMATOV Nuriddin Soatmuradovich** – *yuridik fanlari doktori, professor.*

**RAHMANQULOVA Nilufar Xodji-Akbarovna** – *yuridik fanlari doktori, dotsent.*

**SAYDIVALIYEVA Xurshida Xodjiakbarovna** – *yuridik fanlari bo'yicha falsafa doktori (PhD).*

**SODIQOVA Shohida Markhobayevna** – *sotsiologiya fanlari doktori, professor.*

**ZOHIDOV Azamatjon Azamovich** – *iqtisodiyot fanlari doktori, professor.*

## **ПРЕДСЕДАТЕЛЬ РЕДАКЦИОННОЙ КОЛЛЕГИИ:**

**Эгамбердиева Нодира Мелибаевна** (Главный редактор) – *доктор педагогических наук, профессор.*

## **ЧЛЕНЫ РЕДАКЦИОННОЙ КОЛЛЕГИИ:**

**Нарбаева Танзила Камаловна** – *доктор социологических наук, профессор.*

**Мусурманова Айниса Мусурмановна** (Заместитель главного редактора) – *доктор педагогических наук, профессор.*

**Абдураманов Хамид Худайbergenovich** – *доктор экономических наук, профессор.*

**Бегимкулов Узокбой Шоимкулович** – *доктор педагогических наук, профессор.*

**Фарфиев Бахромжон Аткамджанович** – *доктор социологических наук, доцент.*

**Ишкuvatov Валикул Турдыевич** – *доктор исторических наук, профессор.*

**Карамян Мариэтта Хачатуровна** – *доктор психологических наук, профессор.*

**Муслимов Нарзулла Алиханович** – *доктор педагогических наук, профессор.*

**Нурматова Мукаррам Ахмедовна** – *доктор философских наук, профессор.*

**Нарматов Нуриддин Соатмурадович** – *доктор юридических наук, профессор.*

**Рахманкулова Нилуфар Ходжи-Акбаровна** – *доктор юридических наук, доцент.*

**Сайдивалиева Хуршида Ходжиакбаровна** – *доктор философии юридических наук (PhD).*

**Содиқова Шохида Мархобаевна** – *доктор социологических наук, профессор.*

**Зоҳидов Азаматджон Аъзамович** – *доктор экономических наук, профессор.*

## **THE CHAIRMAN OF THE EDITORIAL BOARD:**

**Egamberdiyeva Nodira Melibayevna** (Editor-in-Chief) – *Doctor of Pedagogical Sciences, Professor.*

## **MEMBERS OF THE EDITORIAL BOARD:**

**Narbayeva Tanzila Kamalovna** – *Doctor of Sociological sciences, Professor.*

**Musurmanova Aynisa Musurmanovna** (Deputy Editor-in-Chief) – *Doctor of Pedagogical Sciences, Professor.*

**Abduramanov Khamid Khudaybergenovich** – *Doctor of Economic Sciences, Professor.*

**Begimkulov Uzokhboy Shoimkhulovich** – *Doctor of Pedagogical Sciences, Professor.*

**Farfiyev Bakhromjon Atkhamdjanovich** – *Doctor of Sociological Sciences, Associate Professor.*

**Ishkuvatov Valikhul Turdiyevich** – *Doctor of Historical Sciences, Professor.*

**Karamyan Marietta Khachaturovna** – *Doctor of Psychological Sciences, Professor.*

**Muslimov Narzulla Alikhanovich** – *Doctor of Pedagogical Sciences, Professor.*

**Nurmatova Mukharram Akhmedovna** – *Doctor of Philosophical Sciences, Professor.*

**Narmatov Nuriddin Soatmuradovich** – *Doctor of Law Sciences, Professor.*

**Rakhmankulova Nilufar Khodji-Akbarovna** – *Doctor of Law Sciences, Assistant Professor.*

**Saydivaliyeva Khurshida Khodjiakbarovna** – *Doctor of Philosophy in Law (PhD).*

**Sodikova Shokhida Markhobayevna** – *Doctor of Sociological Sciences, Professor.*

**Zokhidov Azamatjon Azamovich** – *Doctor of Economic Sciences, Professor.*

*SOTSIOLOGIYA*

**Egamberdiyeva N.M., Xonturayev B.** Gender yondashuv asosida yoshlarni kasbga yo'naltirishning ijtimoiy-iqtisodiy masalalari..... 4

**Jurayeva Sh.S.** Globallashuv sharoitida migratsion munosabatlarning oilalar barqarorligiga psixologik ta'siri..... 14

*OILA VA JAMIYAT*

**Nurullayeva U.N.** Xotin-qizlarga nisbatan oiladagi tazyiq va zo'rvonlik holatlari: sabab va oqibatlar, yechim yo'llari ..... 22

**Kurbanov E.E.** Yangi O'zbekistonda demokratik islohotlarning nazariy-siyosiy evolyutsiyasi ..... 34

**Tashkenbayeva D.B.** Turmush o'rtog'i nogiron yoki ruhiy kasal bo'lgan ayollar bilan ishlash bo'yicha metodik tavsiyalar..... 44

*PSIXOLOGIYA*

**Abdusamatov X.U., Sharapova D.B.** Uy bekasi sindromining oldini olish bo'yicha psixologik tavsiyalar ..... 53

**Odilbekov M.M.** Turmush o'rtog'i vafot etgan ayollar bilan psixologik ishlash mexanizmlari..... 65

**Abduraxmonova F.A.** Turmush o'rtog'i bedarak yo'qolgan ayollar bilan ishlash bo'yicha psixologik tavsiyalar ..... 74

**Sa'dullayeva J.I.** Turmush o'rtog'i jazo muddatini o'tash muassasasidagi ayollar bilan ishlashda psixologik tavsiyalar ..... 84

*MAHALLA VA OILA HUQUQI*

**Alimov S.K.** Mamlakatimizda tazyiq va zo'rvonlik holatlaridan jabrlangan ayollarga yordam berish tizimining huquqiy tahlili..... 92

*PEDAGOGIKA*

**Yakubov O.** Ta'limda axborot kommunikatsiya texnologiyalaridan foydalanish istiqbollari ..... 99

**Abdusamatov Xasanboy Usmonjon o'g'li,**  
*Psixologiya fanlari bo'yicha falsafa doktori (PhD)*  
*“Oila va xotin qizlar” ilmiy-tadqiqot*  
*instituti ilmiy kotibi*



**Sharapova Dildoraxon Baxtiyarovna,**  
*“Oila va xotin qizlar” ilmiy-tadqiqot*  
*instituti ilmiy xodimi,*  
*“Garmoniya” psixologik*  
*ilmiy-amaliy markazi psixologi*



## UY BEKASI SINDROMINING OLDINI OLISH BO'YICHA PSIXOLOGIK TAVSIYALAR

**Annotatsiya.** *Mazkur maqola uy bekalarining ijtimoiy-psixologik xususiyatlarini o'rganish, muammolarining oldini olish va yordam ko'rsatish bo'yicha metodik tavsiyalar berishga bag'ishlangan.*

**Аннотация.** *Данная статья посвящена изучению социально-психологических особенностей домохозяйек, а также предоставлению методических рекомендаций по профилактике проблем и оказанию помощи.*

**Annotation.** *This article is devoted to the study of the socio-psychological characteristics of housewives, as well as the provision of guidelines for the prevention of problems and the provision of assistance.*

**Kalit so'z:** *uy bekasi, gender tenglik, oila va nikoh munosabatlari, xavotirlanish, aybdorlik hissi, xafagarchilik, moddiy qaramlik.*

**Ключевые слова:** *домохозяйка, гендерное равенство, семейно-брачные отношения, встревоженность, вина, печаль, финансовое заточение.*

**Key words:** *housewife, gender equality, family and marriage relations, anxiety, guilt, sadness, financial dependence.*

***“Uy bekasi sindromi”da psixokorreksion yordam berish orqali ayollarning ruhiy salomatligini tiklash, uy bekalarining o‘ziga bo‘lgan ishonchini kuchaytirish, ularning ijtimoiy muhitga moslashuvchanligini oshirish, depressiv holatdagi uy bekalarini aniqlash hamda korreksion faoliyatni amalga oshirish orqali oilalarda tinchlik va xotirjamlikni ta’minlashga yordam berish zarurati kun sayin ortib bormoqda.***

**Kirish.** “Uy bekasi sindromi”da psixokorreksion yordam berish orqali ayollarning ruhiy salomatligini tiklash, uy bekalarining o‘ziga bo‘lgan ishonchini kuchaytirish, ularning ijtimoiy muhitga moslashuvchanligini oshirish, depressiv holatdagi uy bekalarini aniqlash hamda korreksion faoliyatni amalga oshirish orqali oilalarda tinchlik va xotirjamlikni ta’minlashga yordam berish zarurati kun sayin ortib bormoqda. Bugungi kunda mamlakatimizning turli soha va tarmoqlarida mehnat qilayotgan ishchi va xizmatchilarning 45 foizini xotin-qizlar tashkil etadi. Mazkur ma’lumotdan kelib chiqadiki, uy bekalari, muqim ishi bo‘lmagan ayollar jamiyatdagi ayollarning qariyb 55 foizini tashkil etar ekan<sup>1</sup>.

Mazkur statistik ma’lumotlarga asoslanib, biz aynan uy bekalari bilan ishlashni ma’qul ko‘rdik. Ularning psixologik xususiyatlari hamda psixologik muammolarini o‘rganish va bartaraf etishni o‘z oldimizga asosiy maqsad qilib belgilab qo‘ydik.

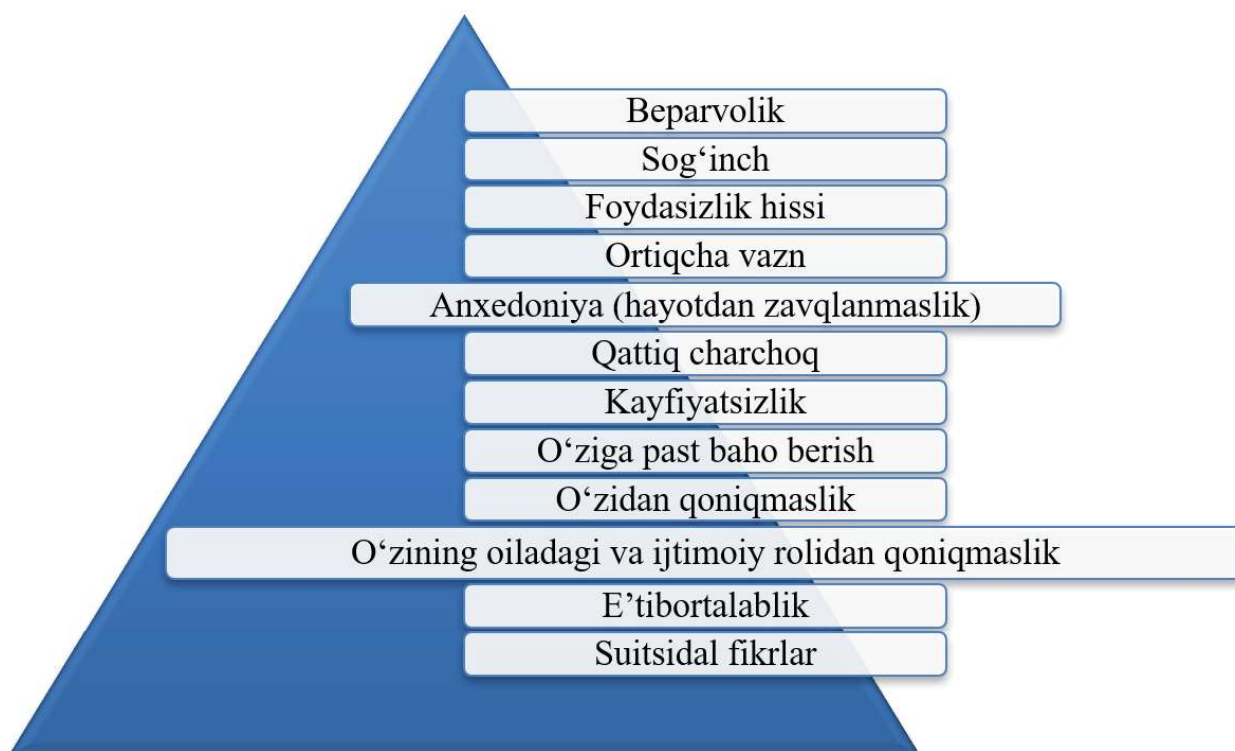
“Uy bekasi” so‘zini eshitganda, ko‘pchilikning ko‘z oldida uyda faqat serial ko‘rib, o‘ziga oro berib, chiroyli ko‘ylak va soch turmagida uy ishlarini zavq bilan bajarayotgan, asosiy vaqtini dam olishga sarflayotgan ayol qiyofasi gavdalanadi. Go‘yoki uyda o‘tirgan ayol – uy bekalariga (shuningdek, nafaqaga chiqqan ayollarga ham) ishsizlarning “baxtli” toifasidek qaraladi. Aslida, uy bekasi – uy xo‘jaligi boshqaruvchisi, o‘qituvchi, shifokor, haydovchi va hisobchi kabi ko‘plab faoliyat turlarini bir o‘zida mujassam etadi. Uy tozalash, kir yuvish va ovqat pishirishni texnika qisman o‘z zimmasiga oldi. Oila a‘zolarining salomatligi monitoringi hamda oila byudjetini yuritish gadjet va texnikadan foydalanish bilan almashtirildi. Lekin deyarli barcha jismoniy yumushlar qo‘lda bajariladi. Bundan tashqari, uy bekalarining ish vaqti cheklanmagan, ya’ni ular 24/7 tartibida mehnat qiladi. Psixologik kuzatuv va o‘tkazilgan tadqiqotlarning natijasiga ko‘ra, aynan ish vaqtining chegaralanmaganligi, e’tiborning yetishmasligi, o‘zaro muloqotga bo‘lgan ehtiyojning qondirilmasligi va boshqa shu kabi psixologik omillar ta’sirida mamlakatimizdagi ayrim uy bekalarida ham “Uy bekasi sindromi” vujudga kela boshlayotganiga guvoh bo‘lyapmiz.

Rivojlangan mamlakatlarda xotin-qizlarning teng huquqliligi uzoq yillar avval o‘rnatilgani ularning jamiyatdagi mavqeyining tubdan o‘zgarishiga sabab bo‘ldi. Ayollar jamiyat hayotining turli jabhalarida mustahkam o‘rin egalladi, davlat organlarida faoliyat yurita boshladi. Shuningdek, sotsiologlar va psixologlar, uy bekasi rolini afzal ko‘rgan

<sup>1</sup> Abdullayeva Sh. Innovatsion iqtisodiyotda xotin-qizlarning ijtimoiy-iqtisodiy faolligini oshirish masalalari. // “Xotin-qizlar ijtimoiy-siyosiy faolligini oshirish – mamlakatimizda amalga oshirilayotgan islohotlarning muhim omili” mavzusida respublika ilmiy-amaliy anjumani maqolalar to‘plami. – Toshkent, 2019.

ayollar ulushining kamayishini qayd etdilar. Hozirgi vaqtda ishlaydigan ayollar va uy bekalari muammosini o'rganuvchi tadqiqotchilar ushbu ikki turdagi ayollar jamiyatdagi o'z mavqeyidan qoniqishi, ularning individual psixologik xususiyatlari va ruhiy salomatligi to'g'risida juda qarama-qarshi fikrlar bildiradilar. G'arbda ayollarning "uy bekasi" roli obro'li emas, degan qarashlar keng tarqalgan. Ba'zi tadqiqotchilarning fikriga ko'ra, hatto orzusi doimo xotin va ona roli bo'lgan ayollar ham o'z pozitsiyalaridan norozi bo'lishadi.

**Asosiy qism.** Stereotiplarning o'zgarishi va ishlaydigan ayollar sonining ahamiyati "uyda o'tirganlar bekor va befarq hayot kechiradi", degan keng tarqalgan fikrni yuzaga keltiradi, bu esa majburlikdan uy bekasi vazifasini bajarayotganlarning noroziligini yanada kuchaytiradi. Mazkur sindrom so'nggi yillarda nevrologik depressiya bilan bir qatorda qo'llanib, quyidagi belgilarni o'zida namoyon etadi:



*1-rasm. "Uy bekasi sindromi"ning simptomlari*

Ushbu sindrom, ko'pincha, yosh onalarda kuzatiladi. Ularni ko'pchilik ayollar orasidan kayfiyatsiz qarashlar, yuzda tabassurning aks etmasligi, yelkalarining biroz pastlagani bilan ham ajratib olish mumkin. Ehtimol, u o'zini hayotdan mamnundek tutishi mumkin, aslida esa mukammal turmush sharoitidan yiroq. U ko'pincha o'zini salbiy

*“Uy bekasi sindromi” tug‘uruqdan keyingi psixoz yoki tug‘uruqdan keyingi depressiya ko‘rinishida ham yuzaga chiqishi mumkin.*

baholashni boshlaydi. U turmush o‘rtog‘i bilan uydan tashqari mavzuda suhbatlashishni, o‘z his-tuyg‘ulari bilan o‘rtoqlashishni va rivojlanishni istaydi. Biroq uning xohish-istaklari, afsuski, har doim ham samara bermaydi. Muloqotga bo‘lgan ehtiyojning qondirilmasligi uning o‘ziga bo‘lgan bahosi pasayishiga sabab bo‘ladi. Hatto o‘z dardlari haqida qarindoshi yoki yaqin insonlariga aytgan taqdirda ham, ular uning hayoti me‘yorda ketayotgani, hamma ishlari joyida ekanini aytib, uni yupatishga harakat qiladilar.

Yosh onalarda vujudga kelishi mumkin bo‘lgan mazkur sindrom hamda depressiyaning asosiy sabablariga quyidagilar kiradi:

**1. “Uy bekasi sindromi” tug‘uruqdan keyingi psixoz yoki tug‘uruqdan keyingi depressiya** ko‘rinishida ham yuzaga chiqishi mumkin. Albatta, mazkur holat tug‘uruqdan keyingi nerv siqilishlari hamda organizmda magniy miqdorining tushib ketishi bilan bog‘liq bo‘lishi ham mumkin. Magniy stressga qarshi asosiy modda bo‘lib, nerv impulslarining tarqalishida faol o‘rin egallaydi. Mazkur modda tanqisligi bilan bog‘liq holatda tushkun kayfiyat, jahldorlik, qo‘llarning qaltirashi, suyaklarning qaqshashi, tomoqda tiqilishni his qilish, uyquning buzilishi, charchoq kabi belgilar kuzatiladi. Bunday holatda organizm uchun magniy, omega-3 yog‘ kislotalari va serotonin kabi moddalar miya uchun juda muhim. Chunki past ko‘rsatkichli serotonin oqibatida depressiya va boshqa turli ruhiy kasalliklar kelib chiqish ehtimoli yuqori bo‘lishi mumkin.

**2. “Perfeksionizm” yoki “a‘lochilik kompleksi”** – barcha vazifalarni mukammal bajarish istagi. Ko‘pincha bunday ayollar har bir narsada muvaffaqiyatga erishmoqchi bo‘ladilar, ya‘ni ishda, uyda, bolalarni tarbiyalashda va eri bilan munosabatlarda... Agar to‘satdan ba‘zi qiyinchiliklar vujudga kelsa, mazkur holat ularda o‘z-o‘zini ayblashga sabab bo‘ladi. Uy bekasi sifatida butun muhitni ayblaydi va aybdorlik hissi bilan tajovuzkorlik o‘z-o‘ziga yo‘naltirilgan bo‘ladi. Hattoki farzandidagi kichik bir kamchilik uchun ham o‘zini ayblaydi.

**3. Keskin o‘zgarishlar.** Ma‘lumki, ishlovchi ayollar tug‘uruqdan oldin faol hayot tarziga moslashgan bo‘ladilar. Tug‘uruq ta‘tiliga chiqqach esa ular uy bekasi hamda ona rolga keskin o‘tadilar. Moslashuv bilan bog‘liq muammo ruhiy tushkunlikka sabab bo‘lishi bilan bir qatorda uning erkinligini ham cheklashi mumkin. Mazkur holatda moliyaviy masala ham muhim o‘rin tutadi. Bundan oldin ayol o‘zini moddiy ta‘minlash uchun maoshidan sarflagan bo‘lsa, endi moddiy rag‘bat uchun qaramlik vujudga keladi. Ba‘zan sevimli kasbi va mashg‘ulotidan butunlay voz kechishiga ham sabablar bo‘lishi mumkin. Chunki ayollarning uy

bekasi rovida bo'lishi ko'pincha oila a'zolari uchun nisbatan ma'qul hisoblanadi.

**4. Onalik mehri.** Oilada farzand dunyoga kelishi bilan uning kelajagi uchun ota-onalardan katta mas'uliyat talab etiladi. Bolalar tarbiyasiga buvi va bobolarning aralashuvi, ota-onalarni uquvsizlikda ayblash kabilar ko'pincha tajribasiz oilalarda kuzatiladi. Agar ota-onaning o'zi yoshlikdan psixologik travma bilan katta bo'lgan bo'lsa, farzandining ruhiyatiga jiddiy e'tibor qaratadi va farzandi uchun o'zini ko'p narsadan cheklay boshlaydi.

Shuni ta'kidlash kerakki, ko'pgina tadqiqotlarda ixtiyoriy uy bekaları emas, balki majburiy bo'lganlar, ya'ni ishlamoqchi bo'lgan, lekin ba'zi sabablarga ko'ra buni qila olmaydigan ayollar (ishsizlik, er ayolining ishlashini istamasligi va boshqalar) haqida so'z ketgan.

**Tadqiqot faoliyati natijalari.** Uy bekalarining psixologik xususiyatlarini tahlil qilish va "uy bekasi sindromi"ning shaxs ruhiyatiga ta'sirini o'rganish maqsadida turmushga chiqmagan, turmush o'rtog'i bilan birga yashovchi hamda turmush o'rtog'i vafot etgan ayollar o'rtasida anketa so'rovi olib borildi. Unda "Irodaviy holatni o'rganish", "Zunga depressiya holati tashxisi", "Tugullanmagan jumlar" kabi metodikalar orqali tadqiqot o'tkazildi.

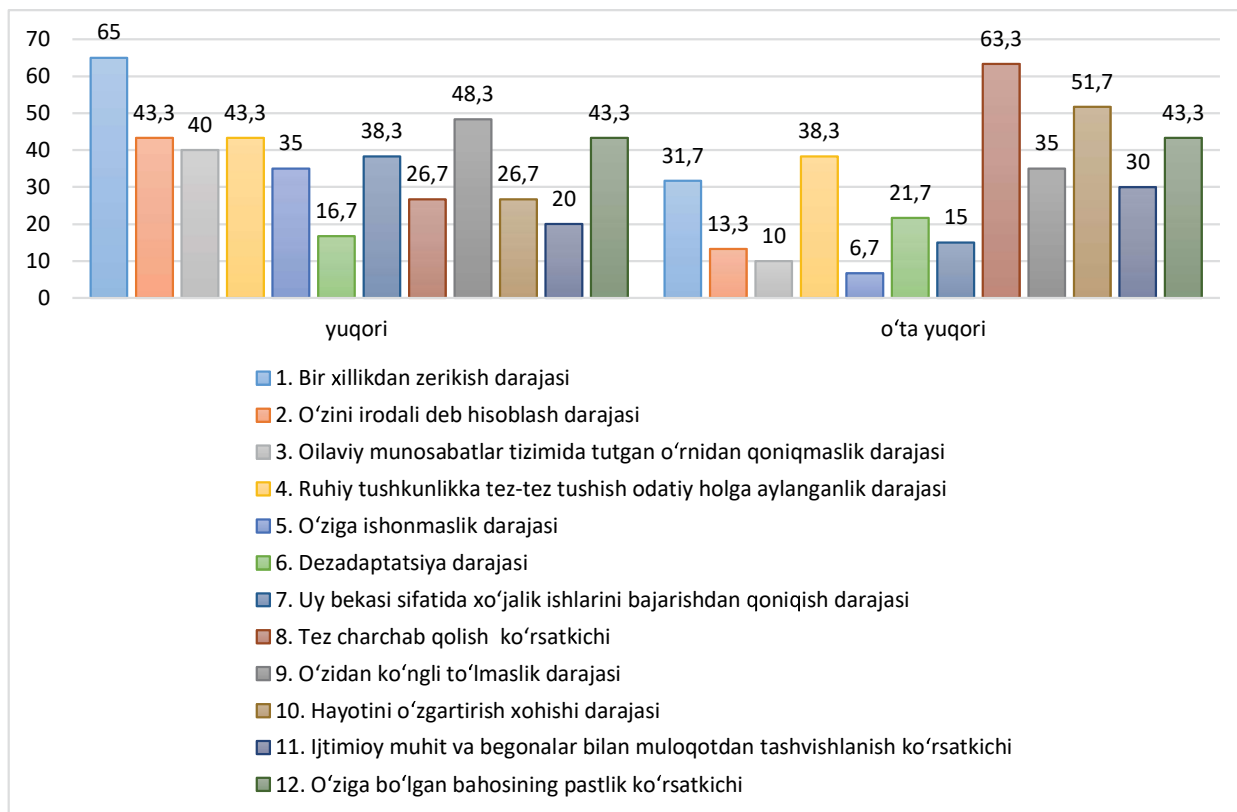
Tadqiqot davomida respondentlardan olingan so'rovnoma natijalariga ko'ra, 65% sinaluvchida bir xillikdan zerikish darajasi o'rtacha 31,7%, 43,3% sinaluvchida o'zini irodali deb hisoblash darjasi o'rtacha 13,3%ni tashkil etadi. Oilaviy munosabatlar tizimida tutgan o'rnidan qoniqmaslik darajasi 40% sinaluvchida yaxshi, 10% sinaluvchida esa quyi ko'rsatkichda; ruhiy tushkunlikka tez-tez tushish odatiy holga aylanganlik darajasi 43,3% sinaluvchida o'rta, 38,3% sinaluvchida esa yuqori ko'rsatkichda; o'ziga ishonmaslik darajasi 35% sinaluvchida o'rta, 6,7% sinaluvchida esa yuqori ko'rsatkichda; dezadaptatsiya darajasi 16,7% sinaluvchida o'rta, 21,7% sinaluvchida esa yuqori ko'rsatkichda; uy bekasi sifatida xo'jalik ishlarini bajarishdan qoniqish darajasi 38,3% sinaluvchida o'rta, 15% sinaluvchida esa yuqori ko'rsatkichda ekani kuzatiladi.

Tez charchab qolish ko'rsatkichi 26,7% sinaluvchida o'rta, 63,3% sinaluvchida yuqori; o'zidan ko'ngli to'lmaslik darajasi 48,3% sinaluvchida o'rta, 35% sinaluvchida yuqori; hayotini o'zgartirish xohishi darajasi 26,7% sinaluvchida o'rta, 51,7% sinaluvchida yuqori; ijtimoiy muhit va begonalar bilan muloqotdan tashvishlanish ko'rsatkichi 20% sinaluvchida o'rta, 30% sinaluvchida yuqori; o'z-o'ziga bergan bahoning pastlik ko'rsatkichi 43,8% sinaluvchida o'rta, 48,3% sinaluvchida

***Bolalar tarbiyasiga buvi va bobolarning aralashuvi, ota-onalarni uquvsizlikda ayblash kabilar ko'pincha tajribasiz oilalarda kuzatiladi.***



yuqori ekani aniqlangan. Mazkur natijalarga ko'ra, uy bekalarining asosiy muammosi sifatida tez charchab qolish, o'z hayotini o'zgartirish xohishi, moslasha olmaslik, ijtimoiy muhit va begonalar bilan muloqotga kirishishdagi qiyinchiliklarni sanab o'tish mumkin (2-rasm).

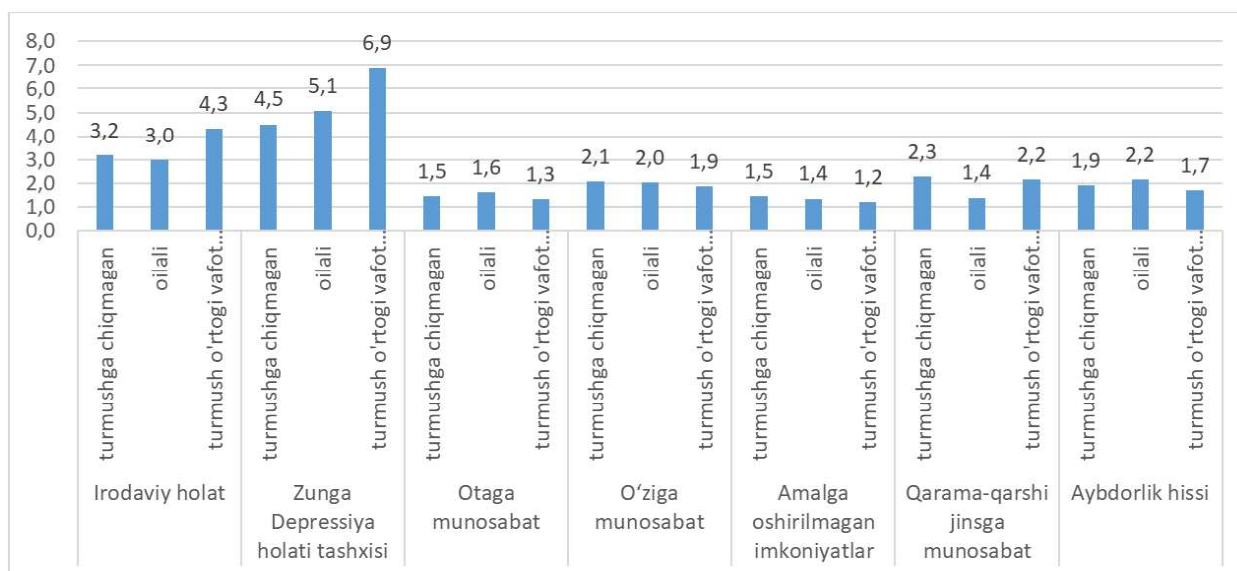


**2-rasm. Anketa so'rovnomasi natijalari.**

Tadqiqot tahliliga ko'ra, uy bekalarining oilaviy holati, ya'ni turmushga chiqmagan, oilali yoki turmush o'rtog'i vafot etgan ayollarning otaga yoki o'ziga bo'lgan munosabati, amalga oshmagan imkoniyatlari, qarama-qarshi jins vakiliga munosabati hamda "aybdorlik hissi" shkalalari bo'yicha dispersion tahlil o'tkazildi (3-rasm). Dispersion tahlil natijalari shuni ko'rsatdiki, turmushga chiqmaganlar, oilali yoki turmush o'rtog'i vafot etgan ayollarning irodaviy xususiyatlarida deyarli mutanosiblik mavjud bo'lib, turmushga chiqmagan qizlar kuchliroq irodaga ega ekani (4,3%), oilali uy bekalarida iroda ko'rsatkichi nisbatan past ekani (3%), turmush o'rtog'i vafot etgan ayollarda esa eri bor ayollarga nisbatan iroda ko'rsatkichi yuqori ekani (3,4%) aniqlangan.

Shuningdek, "Zunga depressiya holati tashxisi" metodikasi natijalariga ko'ra, turmushga chiqmagan qizlarda depressiya ko'rsatkichi 4,5%, oilali uy bekalarida o'rtacha 5,1%, turmush o'rtog'i vafot etgan

ayollarda 6,9% (yuqori) natija qayd etilgan. Bundan ko‘rinib turibdiki, aynan turmush o‘rtog‘idan ayrilgan uy bekalarining depressiya holati boshqalarga nisbatan ancha yuqori ko‘rsatkichga ega bo‘lib, bu ularning hayoti ancha murakkablikka ega ekanidan dalolat beradi. Shuningdek, ular oilada ham ota, ham ona rolini baravar bajarishiga to‘g‘ri kelishi ularning ruhiyatiga jiddiy ta‘sir ko‘rsatadi. Tugallanmagan jumlarlar metodikasining “Qarama-qarshi jins vakiliga munosabat” shkalasida turmushga chiqmagan qizlar 2,3%, turmush o‘rtog‘i vafot etgan uy bekalarida 2,2% (yuqori) natija ko‘rsatadi, ya‘ni oilali uy bekalariga nisbatan 1,4% tafovut aniqlangan. Bunga sabab sifatida turmushga chiqmagan hamda turmush o‘rtog‘i vafot etgan uy bekalarining qarama-qarshi jins vakili oldida o‘zini noqulay his qilishi natijasida deb baholash mumkin.

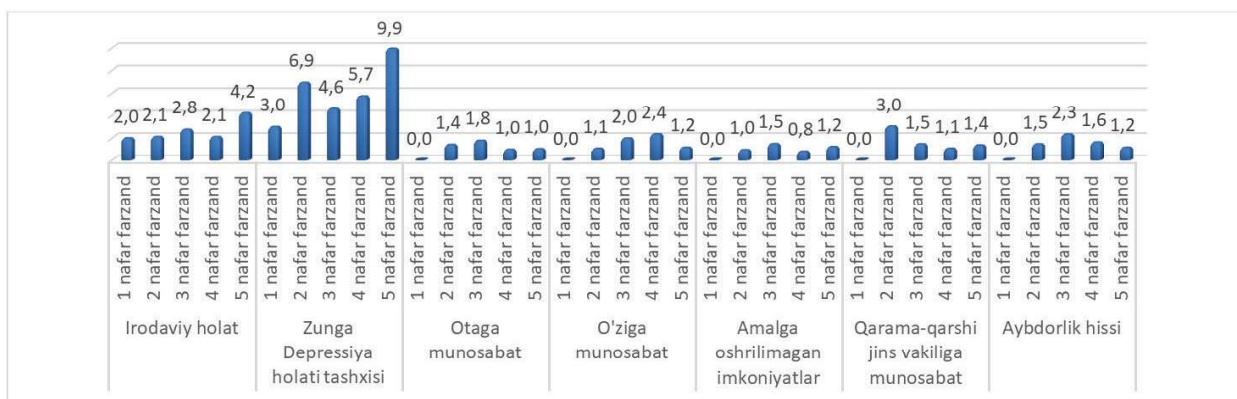


**3-rasm. Uy bekalarining ijtimoiy holatiga ko‘ra shkalalararo dispersion tahlil.**

Uy bekalarining farzandlari soniga oid dispersion tahlil o‘tkazildi (4-rasm). Natijalar tahliliga ko‘ra, “Irodaviy holat” farzand ko‘paygani sari yuqorilashganini, eng yuqori ko‘rsatkich 5 nafar farzandga ega (4,2%) ayollarga to‘g‘ri kelganini ko‘rish mumkin. Shuningdek, depressiya holati tashxisiga ko‘ra, farzandlar sonining ortishi, o‘z navbatida, uy bekalarida depressiya darajasining ortishiga ham sabab bo‘lganini ko‘rish mumkin. Jumladan, 2 nafar farzand (6,9%), 3 nafar farzand (4,6%), 4 nafar farzand (5,7%), 5 nafar farzandga (9,9%) ega ekanidan ko‘rish mumkin. 2 nafar farzandi bor uy bekalarida 3 va 4 nafar farzandga ega uy bekalariga

qaraganda depressiya darajasining yuqoriligini ko‘rish mumkin. Buning asosiy omili sifatida 2 nafar farzandi bor uy bekalarining ko‘pincha ikki farzandi ham kichikligi va o‘zini eplay olmasligi natijasida ayolga ko‘proq mas’uliyat yuklashi ortidan deb baholash mumkin.

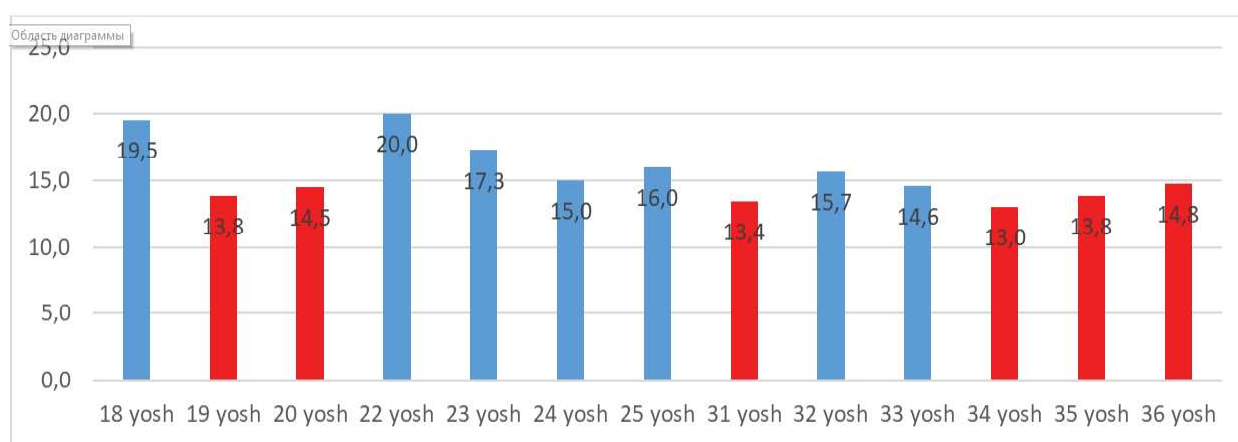
Kruskall-Uillas mezoniga ko‘ra, farzandlar sonidagi o‘zaro tafovutlar 1 nafar farzandi bor uy bekalarida kelajakka bo‘lgan munosabat (34%), qo‘rquv va hadiksirash (31%), o‘tmishga munosabat (30,5%), jinsiy hayotga munosabat (26,5%) ko‘rsatkichlari yuqori ekanini kuzatildi. Demak, bir nafar farzandi bor uy bekalarida ikki va undan ortiq farzandi bor uy bekalaridan nisbatan xavotirlanuvchanlik ko‘rsatkichi yuqori bo‘lar ekan. 3 nafar farzandga ega ayollarda esa oilaga (23,7%) va onasiga (26,6%) munosabat ko‘rsatkichlari yuqori natijaga ega ekanini ko‘rish mumkin. 3 nafar farzandi bor uy bekalarida oilaga g‘amxo‘rlik ko‘rsatkichi boshqalarga nisbatan yuqoriligini ko‘rish mumkin. Shuningdek, ular onalariga nisbatan hamdardlik hissini ko‘proq his qiladilar. Uch (22,7%) va besh (22,5%) nafar farzandi bor uy bekalarida qo‘rquv, hadiksirash ko‘rsatkichi ham yuqori bo‘lib, ular bir nafar farzandli uy bekalaridan keyin ikkinchi o‘rinda turganini ko‘rish mumkin. Do‘stlarga bo‘lgan munosabat ko‘rsatkichida farzandlar soni ortgani sari ko‘rsatkichning pastlab borganini ko‘rish mumkin. Demak, oila tashvishi bilan band bo‘lgan, ko‘p farzandli oilalarda do‘stlari bilan munosabatga kirishish imkoniyatlarining keskin pasayishini oila tashvishi ortishining oqibati sifatida baholash mumkin.



**4-rasm. Farzandlar soniga ko‘ra metodikalar tahlili.**

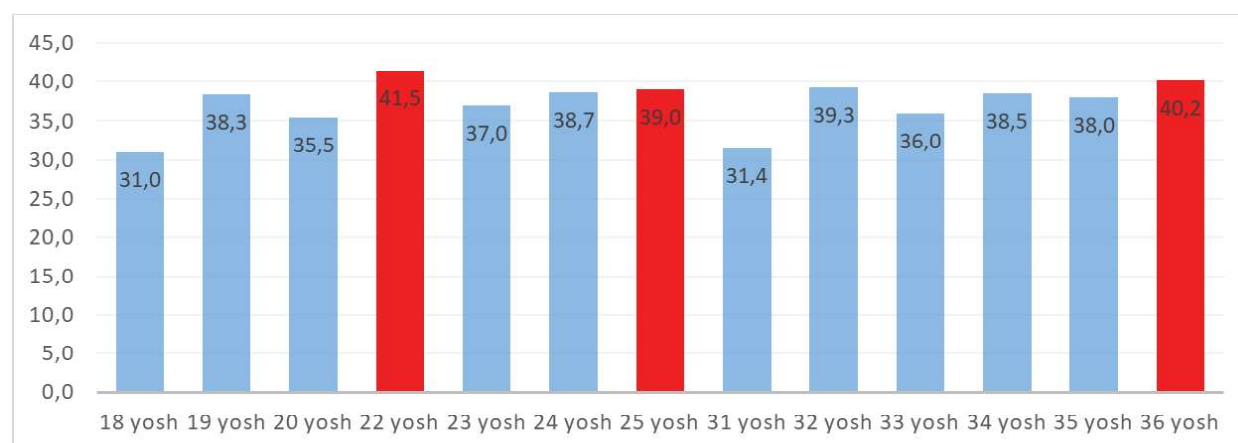
Sinaluvchilarning yosh xususiyatlariga ko‘ra dispersion tahlil amalga oshirildi (5-rasm). Unga ko‘ra, 18–36 yosh oralig‘ida ishtirok etgan 60 nafar uy bekalarining barcha parametrlar bo‘yicha o‘zaro tafovutlari solishtirib chiqildi. Irodaviy holat tashxisi bo‘yicha 19 yosh (4,9%), 20 yosh (6,36%)lilar yuqori ko‘rsatkichga egaligi, bu o‘ziga ishonch darajasi

va kelajakdan umidvorlik sifatleri bilan ham baholanishi mumkin. Shuningdek, 24 yosh (5,5%), 25 yosh (3,6%), 36 yosh respondentlarning (4,47%) ko'rsatkichlari yuqori ekanini ko'rish mumkin. 22-23 yoshda yangi oila qurish va unga moslashuv jarayoni sababli irodaviy holat bilan bog'liq muammolar yuzaga kelishi kuzatildi. Shu bilan birga, 30–35 yoshda o'rta yosh krizisi tufayli ham irodaviy holatda o'zgarishlar kuzatilishini taxmin qilish mumkin. Irodaviy holat tahlili davomida yoshga doir o'zaro tafovutlar turli-tuman ekani, har bir yosh davrida o'ziga xos psixologik krizis va ijtimoiy ta'sirlar shaxs emotsional xususiyati hamda irodasiga ta'sir ko'rsatganini ko'rish mumkin.



**5-rasm. Iroda holatining yosh xususiyatiga ko'ra o'zaro tafovuti.**

Tahlil davomida sinaluvchilarning “Zunga depressiya holati tashxisi” metodikasi bo'yicha yosh xususiyatlaridagi tafovutlar “Kruskall-Uellas” mezoni orqali o'rganib chiqildi:



**6-rasm. Depressiya holatining yosh xususiyatiga ko'ra tafovuti.**

***Ota bilan bog'liq munosabatlarga ko'ra, ayolga ota tomonidan berilgan ruhiy zarba kelajakda uning ruhiyatida qo'rquv va hadiksirashni keltirib chiqarishi, bu esa turmush o'rtog'i hamda do'stlari bilan munosabatiga ta'sir ko'rsatishi mumkin, degan xulosani keltirib chiqaradi.***

Yosh xususiyatlariga ko'ra "Tugallanmagan jumlar metodikasi" da qo'rquv va hadiksirash shkalasi 24 (45,3%), 31 (46,2%), 32 (46,6%), 35 (34%) yoshda yuqori ekanini ko'rish mumkin (6-rasm).

O'tkazilgan metodikalardan olingan natijalarning korrelyatsion bog'liqligiga ko'ra irodasi yuqori insonlarning o'ziga munosabati, amalga oshirilmagan imkoniyatlari, jinsiy hayotga munosabat 99% ishonchlilik asosida o'zaro bog'liqlikka ega. Begonalar bilan muloqot qilishning kamayishini shaxsda depressiya vujudga kelishining asosiy omili sifatida ko'rsatish mumkin. Ota bilan bog'liq munosabatlarga ko'ra, ayolga ota tomonidan berilgan ruhiy zarba kelajakda uning ruhiyatida qo'rquv va hadiksirashni keltirib chiqarishi, bu esa turmush o'rtog'i hamda do'stlari bilan munosabatiga ta'sir ko'rsatishi mumkin, degan xulosani keltirib chiqaradi. O'ziga munosabat bo'yicha uy bekalarida jinsiy hayotdan qoniqish yoki intim hayotdagi kutishlar bilan bog'liq holatlar amalga oshirilmagan istaklar bilan o'zaro bog'liq deyish mumkin. Ona bilan munosabatdagi bog'liqlik esa quyidagicha:

Ona o'z farzandiga, ayniqsa, qiziga qattiqqo'llik qiladi, bu esa kelgusida qizning o'zida aybdorlik hissini tuyishi, o'ziga ishonchning susayishiga sabab bo'lishi bilan bog'liq deyish mumkin. Onasi bilan bog'liq munosabat ham ularda o'ziga xos qo'rquv va hadiksirashni keltirib chiqaradi. Uy bekalarining aksariyati o'z onalari obrazi davomchilaridir.

Jamiyatda "Uy bekasi sindromi" xavfini kamaytirish, oldini olish va yordam ko'rsatish maqsadida Mahalla xotin-qizlar faoli hamda psixolog-mutaxassislar uchun quyidagi tavsiyalarni berib o'tamiz:

- uy bekalari uchun mahallalar qoshida maxsus klublar tashkil etish;
- uy bekalariga e'tibor va g'amxo'rlikni kuchaytirish maqsadida oilalar o'rtasida turli tanlov va tadbirlar uyushtirish;
- "Uy bekasi sindromi" dan aziyat chekayotgan uy bekalari uchun maxsus ishlab chiqilgan trening dasturiga muvofiq korreksion faoliyatni tashkil etish;
- iqtidorli uy bekalari uchun maxsus ta'lim grantlari, onlayn tartibdagi o'qish va ish faoliyatini yo'lga qo'yish;
- uy bekalarining oiladagi statusini oshirish, ularning bir xil hayot tarziga tanaffus berish maqsadida turistik tashkilotlar bilan hamkorlikda kichik sayohatlar uyushtirish;
- uy bekalarining ruhan salomatligini ta'minlash, oilalar mustahkamligida uy bekalarining xotirjamligini saqlash maqsadida uy bekalari uchun maxsus sayyor tibbiy, psixologik va kosmetik ko'riklar tashkil etish (bunda kosmetik ko'rik yuz va teri parvarishi, shuningdek,

soch turmagi, makijaj bo'yicha uy bekalari uchun maxsus bepul xayriya aksiyalari o'tkazilishi maqsadga muvofiq);

– uy bekalari uchun onlayn tartibda bepul kasbga o'rgatish kurslari tashkil etish, uyda o'tirib, daromad qilish yo'llarini o'rgatish bo'yicha maxsus vebinarlar tashkil etish;

– farzandlarining kamoli, oila farovonligi, uyda o'tirgan holda ijtimoiy faol bo'la olishini e'tiborga olgan holda uy bekalari uchun ham maxsus unvonlar hamda e'tiroflarni joriy etish.

Ruhan sog'lom va xotirjam ayolgina xonadonda tinchlik va osoyishtalik muhitini yarata oladi. Ammo bunga erishish uchun ayol o'z ustida ishlashi, ruhiy holatiga e'tibor qaratishi lozim.

**Xulosa.** Xulosa o'rnida aytish joizki, uy bekalarning o'ziga yarasha muammolari, orzu va istaklari mavjud. Ko'pincha ular o'z muammolarini ochiqchasiga ayta olmay, stress va ruhan tushkunlikka tushib qoladilar. Ularning psixologik muammolarini bartaraf etish esa oilada tinchlik va xotirjamlikni saqlash bilan bir qatorda ayollarning ruhan salomatlikka erishishi uchun ham mustahkam poydevor bo'ladi. Albatta, biz mazkur maqolamizda barcha ayollar jamiyatda mehnat faoliyati bilan shug'ullanishi lozim, degan fikrdan yiroqmiz. Bizning maqsadimiz ayollarga oila ahli tomonidan g'amxo'rlik, e'tiborga munosiblikni ko'rsatish, ularning mehnatlari, xizmatlari uchun munosib rag'batlantirishni yo'lga qo'yish, jamiyatda uy bekalari uchun maxsus loyihalarni ishlab chiqishga erishishdan iborat. Ular:

**Birinchiidan,** ish va shaxsiy hayot inson hayotidagi eng muhim jarayondir. Zamonaviy sharoitda ularning ayol hayotidagi ahamiyatining nisbati yetarlicha aniq emas.

**Ikkinchiidan,** biz ko'p hollarda ayol uchun oila muhimroq, oilada erkak ishlashining o'zi yetarli, degan stereotipli fikrga duch kelamiz. Boshqa tomondan, tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, ayollarning aksariyati ijtimoiy ishlarga intiladi, faqat uy ishlari bilan cheklanib qolishni xohlamaydi.

**Uchinchiidan,** ayolning faoliyatini faqat uy yumushlari va bolalar bilan cheklash uning hayotda o'zini to'ldirishiga imkon bermaslik, natijada tashvish va tushkunlikka olib kelishi mumkinligi o'z isbotini topdi.

**To'rtinchiidan,** ishlaydigan ayol hali ham ikki tomonlama yuk – kasbiy va maishiy burchlarni o'z zimmasiga oladi, bu ham ko'plab salbiy oqibatlariga olib kelishi mumkin (qarindoshlariga nisbatan aybdorlik hissi yoki aksincha, oiladan butunlay voz kechish va bolalarni tarbiyalash borasidagi muammolar).

*Ruhan sog'lom va xotirjam ayolgina xonadonda tinchlik va osoyishtalik muhitini yarata oladi. Ammo bunga erishish uchun ayol o'z ustida ishlashi, ruhiy holatiga e'tibor qaratishi lozim.*

**“Uy bekasi sindromi”ni aniqlashda ayollarning emotsional holati, o‘tmish va ijtimoiy muhit bilan aloqasi, shuningdek, depressiv holati e‘tiborga olinishi maqsadga muvofiq.**

**Beshinchidan,** bugungi kunda ijtimoiy ish sohasida ayollar juda katta ulushni egallaydi. Agar barcha ayollar uy bekasi bo‘lsa, jamiyat ularsiz qiyinchilikka uchraydi. Shubhasiz, ayol o‘zi tanlagan va majburlanmagan holda (ishsizlik, erining xohishi tufayli) uy bekasi bo‘lgan oilalarda, odatda, uy toza, ovqatlanish tartibli, bolalar doimiy nazorat ostida bo‘lib, tarbiya hamda xulq-atvor faoliyatida rivojlanish bo‘ladi.

“Uy bekasi sindromi”ni aniqlashda ayollarning emotsional holati, o‘tmish va ijtimoiy muhit bilan aloqasi, shuningdek, depressiv holati e‘tiborga olinishi maqsadga muvofiq.

**Foydalanilgan adabiyotlar ro‘yxati:**

1. Абдурасулова Т.Д., Лимина О.В., Ефимова Н.В. Индивидуально-психологические особенности неработающих женщин // Семейная психология и семейная терапия. – 2006. – №2. – С. 114-126.
2. Андропова О.Е. Особенности самосознания работающей и неработающей женщины // Вестник Томского государственного университета. 2008-01-01. – № 308. [ISSN 1561-7793](#)[16].
3. Кузнецова С.А. [Большой толковый словарь русского языка](#) / Под ред. – Санкт-Петербург: Норинт, 1998.
4. Christina Axelsson. Hemmafrun som försvann. – Стокгольм, 1992. [ISBN 91-7604-047-X](#).
5. Ильин Е.П. Дифференциальная психология мужчины и женщины. – Санкт-Петербург: Питер, 2006. – 544 с.
6. Нестерович О.О вынужденных и добровольных домохозяйках // Труд. 2001.12.09.
7. Попова Л.В. Гендерные аспекты самореализации личности. – Москва: Академия, 1993. – 132 с.
8. Хорни К. Женская психология. Восточно-Европейский институт психоанализа. – Санкт-Петербург: Питер, 1993. – 150 с.
9. «Wenn der Mann kein Ernährer mehr ist» Suhrkamp, 2015

“OILA VA XOTIN-QIZLAR” ILMIIY-TADQIQOT INSTITUTI  
НАУЧНО-ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКИЙ ИНСТИТУТ «СЕМЬИ И ЖЕНЩИН»  
“FAMILY AND WOMEN” RESEARCH INSTITUTE

---

**OILA, XOTIN-QIZLAR VA  
IJTIMOIY HAYOT**  
**СЕМЬЯ, ЖЕНЩИНЫ И ОБЩЕСТВЕННАЯ ЖИЗНЬ**  
**FAMILY, WOMEN AND SOCIAL LIFE**

*elektron ilmiy jurnal*  
*электронный научный журнал*  
*electronic scientific journal*

2/2022

Jurnalga Toshkent shahar Matbuot va axborot boshqarmasi tomonidan 2021-yil 17-iyundagi 1190-sonli “Ommaviy axborot vositasi davlat ro‘yxatidan o‘tkazilganligi to‘g‘risida guvohnoma” berilgan. “Oila, xotin-qizlar va ijtimoiy hayot” jurnali “Ijtimoiy boshqaruv” jurnalining vorisidir.

*Jurnal mahalla va oila institutlarini mustahkamlash hamda gender tengligiga oid barcha ijtimoiy masalalar sohasida fanlararo fundamental, ilmiy-amaliy tadqiqotlar va innovatsion g‘oyalarni tatbiq etishga ixtisoslashgan nashrdir.*

Журналу выдано «Свидетельство о государственной регистрации средств массовой информации» № 1190 Управлением печати и информации города Ташкент от 17 июня 2021 года. Журнал “Семья, женщины и общественная жизнь” считается продолжение журнала “Социальное управление”.

*Настоящий журнал – издание, специализирующееся на применении междисциплинарных, фундаментальных научно-практических исследований и инновационных идей во всех социальных вопросах, касающихся укрепления институтов махалли, семьи и гендерного равенства.*

The journal was issued «Certificate of state registration of mass media» No.1190 by the Press and Information Department of Tashkent city dated June 17, 2021. The journal «Family, women and social life» is a continuation of the journal «Social management».

*This journal is a publication specializing in the application of interdisciplinary, fundamental scientific and practical researches and innovative ideas in all social issues related to strengthening the institutions of makhalla, family and gender equality.*



---

**MUASSIS:**

“Oila va xotin-qizlar” ilmiy-tadqiqot instituti

**JURNAL TAHRIRIYATI:**

Bosh muharrir: **Egamberdiyeva N.**

Bosh muharrir o‘rinbosari: **Musurmanova A.**

Mas’ul kotib: **Mavlonov B.**

Muharrirlar: **Yunusov U., Nomozova O‘.,  
Jo‘rayeva M., Razzakova N.,  
Sobirova E., Jabborov U.**

Sahifalovchi: **Umaraliyev Z.**

Dizaynerlar: **Abdullayev L., Sobirov F.**

Web dizayner: **Yakubov O.**

*Jurnaldagi materiallardan foydalanilganda mualliflik huquqini e‘tiborga olgan holda jurnalga havola berilishi shart.*

*Jurnalga kiritilgan maqola materialari mazmuni mualliflarning shaxsiy ilmiy-nazariy yondashuvi va qarashi sifatida talqin qilinadi.*



1940

Nashriyot ro‘yxat raqami № 1043191. 24.09.2021-y.

Bosishga ruxsat etildi: 21.08.2022.

“Times New Roman” garniturası. Qog‘oz bichimi: 60x84 1/8

Nashriyot bosma tabog‘i 11,6.

100000, Toshkent shahri, Mirzo Ulug‘bek tumani,

M.Ismoilıy ko‘chasi 1-G uy.

“SANBOOK EXCLUSIVE PRINT” XK bosmaxonasida chop etildi.

Toshkent, Yangıhayot tumani, 5-qurılısh hududi, 9-uy.