

e-ISSN 3060-5059

DOI: 10.67227



IJTIMOYIY-GUMANITAR SOHADA ILMIY-INNOVATSION TADQIQOTLAR

ILMIY METODIK JURNAL

Scientific and Innovative Research in
Social and Humanitarian Studies

Vol. 3 • Issue 7

2026



Founded in 2024



publishscience.uz



publish_science_journal@mail.ru



PEER REVIEWED • OPEN ACCESS

MIGRANT XOTIN-QIZLARDA ADAPTATION STRESS, PSYCHOTRAUMA VA MOSLASHUV RESURSLARINING EMPIRIK TAHLILI

Axmedova Dildora Olimjonovna

«International School of Finance, Technology and Science» instituti, dotsent (PhD).

e-mail: axmedovadildora4@gmail.com ORCID: <https://orcid.org/0009-0001-7981-8600>

Annotatsiya.

Mazkur tadqiqotda tashqi mehnat migratsiyasi sharoitidagi xotin-qizlarda adaptatsion stress, psixotravmatik reaksiyalar va moslashuv resurslarining yosh hamda ta'lim darajasiga ko'ra differensial namoyon bo'lishi empirik jihatdan o'rganilgan. Adaptatsiyaning kognitiv, emotsional va xulqiy indikatorlari sifatida falokatlashtirish, o'rganilgan ojizlik, xavfni bo'rttirish, emotsional diskomfort, dezadaptatsiya, eskapizm, ichki nazorat, tashqi boshqariluvchanlik, shuningdek, kompensatsiya, ratsionalizatsiya va shaxsiylashtirish mexanizmlari tahlil qilingan. Ta'lim darajasi moslashuvni bir yo'nalishda kuchaytiruvchi omil emasligi, bakalavr va magistratura ma'lumotiga ega ayollarda kasbiy-status nomuvofiqligi, kompensator himoya, dezadaptatsiya va tashqi sharoitlarga qaramlik kuchliroq namoyon bo'lishi asoslangan.

Kalit so'zlar: migrant xotin-qizlar, tashqi mehnat migratsiyasi, adaptatsion stress, psixotravmatik reaksiyalar, o'rganilgan ojizlik, falokatlashtirish, dezadaptatsiya, eskapizm, ichki nazorat, moslashuv resurslari.

ЭМПИРИЧЕСКИЙ АНАЛИЗ АДАПТАЦИОННОГО СТРЕССА, ПСИХОТРАВМЫ И АДАПТАЦИОННЫХ РЕСУРСОВ У ЖЕНЩИН-МИГРАНТОВ

Ахмедова Дилдора Олимжоновна

Институт «International School of Finance, Technology and Science», доцент (PhD).

Аннотация.

В исследовании эмпирически изучены возрастные и образовательные различия в проявлении адаптационного стресса, психотравматических реакций и адаптационных ресурсов у женщин, находящихся в условиях внешней трудовой миграции. В качестве когнитивных, эмоциональных и поведенческих индикаторов адаптации проанализированы катастрофизация, выученная беспомощность, преувеличение опасности, эмоциональный дискомфорт, дезадаптация, эскапизм, внутренний контроль, зависимость от внешнего управления, а также механизмы компенсации, рационализации и персонализации. Установлено, что образование не является линейно действующим защитным фактором: у женщин с высшим образованием уровня бакалавриата и магистратуры более выражены статусно-профессиональное несоответствие, компенсаторные механизмы, дезадаптация и зависимость от внешних условий.

Ключевые слова: женщины-мигранты, внешняя трудовая миграция, адаптационный стресс, психотравматические реакции, выученная беспомощность, катастрофизация, дезадаптация, эскапизм, внутренний локус контроля, адаптационные ресурсы.

AN EMPIRICAL ANALYSIS OF ADAPTATION STRESS, PSYCHOLOGICAL TRAUMA, AND ADAPTIVE RESOURCES AMONG MIGRANT WOMEN

Axmedova Dildora Olimjonovna

International School of Finance, Technology and Science Institute, Associate Professor (PhD).

Abstract.

This study empirically examines age- and education-related differences in adaptation stress, trauma-related responses, and adaptive resources among women engaged in international labour migration. The cognitive, emotional, and behavioural indicators analysed included catastrophizing, learned helplessness, threat overestimation, emotional discomfort, maladjustment, escapism, internal locus of control, susceptibility to external control, and the defensive mechanisms of compensation, rationalization, and

personalization. Education did not function as a uniformly protective factor. Women with bachelor's and master's degrees showed more pronounced status-occupation incongruence, compensatory defences, maladjustment, and dependence on external conditions, possibly reflecting overqualification and restricted professional self-realization.

Keywords: migrant women, international labour migration, adaptation stress, trauma-related responses, learned helplessness, catastrophizing, maladjustment, escapism, internal locus of control, adaptive resources.

Kirish. Ruhiy salomatlik va psixologik farovonlik migrant xotin-qizlarning yangi qabul qiluvchi jamiyatga muvaffaqiyatli integratsiyalashuvi, o'z salohiyatlarini to'liq ro'yobga chiqarishi, shuningdek, inson huquqlaridan foydalanishi va ularni amalda ro'yobga chiqarishi jarayonida muhim va hal qiluvchi omil hisoblanadi. Bevosita zo'ravonlik va kamsitish holatlari natijasida yoki bunday zo'ravonlikning boshqalarga nisbatan sodir etilganiga guvoh bo'lish oqibatida yuzaga kelgan, o'z vaqtida bartaraf etilmagan va hal qilinmagan ruhiy jarohatlar shaxsning hayot faoliyati funksiyalarining izdan chiqishiga, ijtimoiy va iqtisodiy hayotda faol ishtirok etish salohiyatining pasayishiga olib kelishi mumkin. Migrant xotin-qizlarga yo'naltirilgan, ayollarning ehtiyojlarini markazga qo'ygan, madaniy jihatdan moslashtirilgan hamda sifatli psixologik va ijtimoiy yordam xizmatlarining mavjudligi, shuningdek, ushbu xizmatlardan foydalanishdagi to'siqlarning minimal darajada bo'lishi ruhiy zo'riqish, ruhiy buzilishlar va psixologik nosog'lomlikdan aziyat chekayotgan migrant xotin-qizlarga samarali yordam ko'rsatishda asosiy va muhim omillardan biri bo'lib qolmoqda [1].

Migratsiya har doim kuchli stress bilan kechadigan jarayon bo'lib, u shaxsning ruhiy salomatligi va psixologik farovonligiga chuqur va uzoq muddatli ta'sir ko'rsatishi mumkin. O'z vatanini majburan tark etgan ko'plab migrantlar, xususan, boshpana izlovchi shaxslar uchun ushbu ta'sir yanada kuchliroq namoyon bo'lib, og'ir depressiv holatlar hamda ruhiy salomatlikka doir boshqa jiddiy salbiy oqibatlarga olib kelishi ehtimoli yuqori bo'ladi. Migrant xotin-qizlar va qizlar uchun qashshoqlik va muhtojlik, ishsizlik, majburiy saqlash holatlari, kamsitish, turmush o'rtog'iga huquqiy jihatdan qaramlik, shuningdek, jamoa doirasida mavjud bo'lgan ijtimoiy, diniy, madaniy va tengdoshlar bosimi ruhiy salomatlik hamda ruhiy kasalliklarning rivojlanishiga sezilarli darajada ta'sir ko'rsatishi mumkin. Bundan tashqari, migrant xotin-qizlar va qizlar jinsiy va reproduktiv zo'ravonlik, jinsiy ekspluatatsiya, fohishabozlik va odam savdosi kabi zo'ravonlikning o'ziga xos shakllari xavfi ostida qoladilar. Ruhiy salomatlikka ta'sir etuvchi xavf omillari hamda himoya omillari migrant xotin-qizlarning psixologik holatiga birdek ta'sir ko'rsatadi. Ushbu xavf va himoya omillari biologik, irsiy va oilaviy xususiyatlar bilan bog'liq bo'lishi mumkin, biroq aksariyat hollarda ular shaxsni stressli va zararli vaziyatlardan himoya qiluvchi yoki, aksincha, bunday vaziyatlarga duchor qiluvchi kengroq ijtimoiy muhit sharoitlari bilan chambarchas bog'liq bo'ladi.

Tadqiqot obyekti va qo'llanilgan metodlar. Migratsiyadan oldingi davrda migrant xotin-qizlarning tajribalari ko'pincha ayollarga nisbatan erkaklar zo'ravonligi, siyosiy, etnik yoki diniy sabablarga ko'ra ta'qibga uchrash, qiynoqlarga duch kelish, yaqin insonlarining o'limiga guvoh bo'lish, oziq-ovqat va ichimlik suvi yetishmasligi, boshpanasizlik hamda o'zlari va yaqinlari, jumladan, farzandlari va oila a'zolarining asosiy ehtiyojlarini ta'minlay olmaslik holatlarini o'z ichiga olishi mumkin. Shuningdek, boshqalarning azob-uqubatlariga guvoh bo'lish ham kuchli ruhiy jarohat manbai bo'lib xizmat qiladi.

Migratsiya jarayonida migrant xotin-qizlar ayollarga nisbatan zo'ravonlik, yuqumli kasalliklar, odam savdosi va boshqa jismoniy xavflar, xususan, jinsiy zo'ravonlik, suiiste'mol va ekspluatatsiya xavfi ostida qoladilar. Ayniqsa, xavfsiz bo'lmagan transport vositalaridan foydalanish, jumladan, qayiq, yopiq poyezd vagonlari, yuk mashinalari orqali harakatlanish yoki xavfli hududlarni piyoda kesib o'tish jarayonida ushbu xavf yanada ortadi. Yevropa hududiga kirgandan keyin ham ommaviy joylashtirish maskanlarida jinsiy zo'ravonlik va tajovuz, kasalliklar, gigiyenik jihatdan yaroqsiz hamda haddan tashqari gavjum sharoitlar bilan bog'liq xatarlar saqlanib qoladi.

Uzoq davom etuvchi va noaniq huquqiy tartib-taomillar, jumladan, maqomni aniqlash jarayonlari, noaniqlik va o'zgarishlarni kuchaytirib, posttravmatik stress buzilishi, xavotir, depressiya, o'z joniga qasd qilish fikrlari va urinishlari xavfini oshiradi. Ayollarga yo'naltirilgan va madaniy jihatdan mos xizmatlarning yetishmasligi zo'ravonlikka duch kelgan migrant xotin-qizlar uchun yordam va parvarishdan foydalanishda jiddiy to'siq bo'lib qolmoqda. Zo'ravonlik haqida ma'lumot berish huquqiy maqomga putur yetkazishidan qo'rquv, davom etayotgan zo'ravonlik va qayta ruhiy jarohatlanish xavfi stressni yanada kuchaytiradi. Madaniy moslashuv bilan bog'liq stress omillari gender rollari, yangi madaniy me'yorlarga moslashish, til to'siqlari, iqtisodiy qiyinchiliklar, sog'liqni saqlash xizmatlaridan foydalanish imkoniyatining cheklanganligi va kamsitish holatlarini o'z ichiga oladi. Ushbu omillar ruhiy salomatlikning yomonlashuvi, psixosomatik alomatlar, shaxsiy identifikatsiya inqirozi va ijtimoiy chetlanish hissining kuchayishi bilan bevosita bog'liqdir [2].

Olingan natijalar va ularning tahlili. Tashqi mehnat migranti bo'lgan xotin-qizlarda yosh omili bilan bog'liq adaptiv va emotsional o'zgarishlarni aks ettiruvchi yuqoridagi ko'rsatkichlarga ko'ra kompensatsiya shkalasida ahamiyatli farqlar qayd etildi. Kompensatsiya shkalasida yosh guruhlari o'rtasida ahamiyatli farqlar aniqlangan bo'lib, eng yuqori o'rtacha rang ko'rsatkichi **18-25 yoshdagi** xotin-qizlarda qayd etilgan. Bu holat yosh migrant ayollarda ichki resurslarning yetarli darajada shakllanmaganligi sharoitida ijtimoiy va kasbiy muvaffaqiyatsizliklarni psixologik jihatdan qoplashga bo'lgan ehtiyoj kuchli ekanligini ko'rsatadi. Ular ko'pincha o'zlarida mavjud bo'lmagan barqarorlik, tajriba va ijtimoiy tayanchni tashqi faoliyat, haddan tashqari mehnatsevarlik yoki idealizatsiyalangan kelajak rejalari

orqali kompensatsiya qilishga intiladilar. **36–45 yoshdagi** guruhda kompensatsiya ko'rsatkichining nisbatan pasayishi esa bu yoshdagi ayollarda realistik moslashuv, hayotiy tajriba va emotsional barqarorlik kuchayganini, ya'ni kompensator mexanizmlarning o'rnini ongli moslashuv strategiyalari egallayotganini anglatadi ($H=7,989$; $p<0,05$).

1-jadval

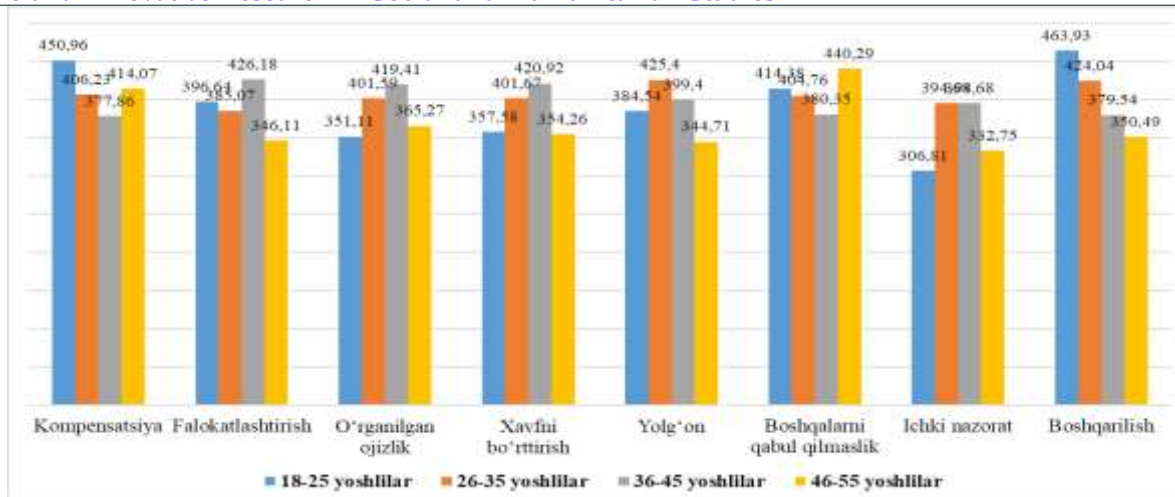
Tashqi mehnat migranti bo'lgan xotin-qizlarda yosh omili bilan bog'liq adaptiv, emotsional o'zgarishlar (N=798)

№	Shkalalar	O'rtacha ranglar				Statistik qiymat	
		18-25 yoshlilar (N=85)	26-35 yoshlilar (N=262)	36-45 yoshlilar (N=351)	46-55 yoshlilar (N=100)	H	p
1	Kompensatsiya	450,96	406,23	377,86	414,07	7,989	0,046*
2	Falokatlashtirish	396,64	385,07	426,18	346,11	11,162	0,011*
3	O'rganilgan oqizlik	351,11	401,59	419,41	365,27	8,625	0,035*
4	Xavfni bo'rttirish	357,58	401,67	420,92	354,26	9,759	0,021*
5	Yolg'on	384,54	425,40	399,40	344,71	9,328	0,025*
6	Boshqalarni qabul qilmaslik	414,38	404,76	380,35	440,29	10,188	0,017*
7	Ichki nazorat	306,81	394,68	394,68	332,75	35,668	0,000**
8	Boshqarilish	463,93	424,04	379,54	350,49	16,832	0,001**
9	Eskapizm	468,58	406,48	383,09	380,11	10,406	0,015*

Izoh: * - $p<0.05$, ** - $p<0.01$

Falokatlashtirish shkalasi bo'yicha eng yuqori ko'rsatkich **36–45 yoshdagi** migrant xotin-qizlarda qayd etilgan. Mazkur yosh bosqichi oilaviy va kasbiy mas'uliyatlarning maksimal darajada kesishishi, farzandlarning ta'limi va kelajagi, oilaning moddiy ta'minoti, turmush o'rtog'i hamda yaqinlari bilan munosabatlar, shuningdek, shaxsiy salomatlikka doir xavotirlarning kuchayishi bilan tavsiflanadi. Tashqi mehnat migratsiyasi sharoitida oiladan uzoqda yashash, bandlik va daromadning beqarorligi, huquqiy-ijtimoiy himoyaning cheklanganligi hamda kelajakning noaniqligi ushbu psixologik yuklamani yanada oshiradi. Natijada ayollarda ehtimoliy muammolarni real ko'lamidan kattaroq tasavvur qilish, salbiy oqibatlarining yuz berish ehtimolini bo'rttirib baholash va vaziyatni nazorat qilish imkoniyatlarini past baholashga asoslangan falokatlashtiruvchi fikrlash tendensiyasi kuchayishi mumkin.

46–55 yoshdagi guruhda falokatlashtirish ko'rsatkichining nisbatan pasayishi esa to'plangan hayotiy va migratsion tajriba, murakkab vaziyatlarni oldindan baholash ko'nikmasi, emotsional o'zini o'zi boshqarish hamda kognitiv qayta baholash mexanizmlarining takomillashuvi bilan izohlanadi. Ushbu yoshdagi ayollar stressli holatlarni mutlaq xavf sifatida emas, balki avvalgi tajriba va mavjud resurslarga tayangan holda boshqarilishi mumkin bo'lgan muammo sifatida idrok etishga ko'proq moyil bo'ladilar. Demak, yosh guruhlari o'rtasida falokatlashtirish darajasi bo'yicha aniqlangan statistik ahamiyatli tafovutlar tashqi mehnat migratsiyasi sharoitida yoshga xos rolli yuklama, noaniqlikni idrok etish, psixologik resurslar va moslashuv strategiyalarining o'ziga xosligi bilan belgilanadi ($H=11,162$; $p<0,05$) [3].



1-rasm. Tashqi mehnat migranti bo'lgan xotin-qizlarda yosh omili bilan bog'liq adaptiv, emotsional o'zgarishlar

O'rganilgan o'jizlik shkalasi bo'yicha eng yuqori ko'rsatkich **36-45 yoshdagi** migrant xotin-qizlarda qayd etilgan. Mazkur yosh bosqichida uzoq davom etuvchi migratsiya tajribasi, takroriy muvaffaqiyatsizliklar, mehnat va huquqiy maqomning beqarorligi, ijtimoiy qo'llab-quvvatlash imkoniyatlarining cheklanganligi hamda oilaviy majburiyatlarning ortishi shaxsiy ta'sirchanlik hissinı susaytirishi mumkin. Bunday sharoitda ayolda o'z sa'y-harakatlari vaziyatni o'zgartirishga yetarli emasligi, sodir bo'layotgan voqealar uning nazoratidan tashqarida ekanligi haqidagi barqaror ichki ishonch shakllanadi. Natijada tashabbuskorlikning pasayishi, muammoni hal qilishga qaratilgan faol strategiyalardan chekinish va passiv moslashuv tendensiyasining kuchayishi ehtimoli ortadi. **18-25 yoshdagi** guruhda o'rganilgan o'jizlikning nisbatan pastligi esa yoshlarga xos optimistik istiqbol, o'zgarishlarga ochiqlik, yangi imkoniyatlarga ishonch va psixologik moslashuvchanlikning saqlanib qolganligi bilan izohlanadi. Yosh guruhlari o'rtasidagi tafovutlar statistik jihatdan ahamiyatli ekanligi aniqlangan ($H=8,625$; $p<0,05$) [4].

Xavfni bo'rttirish ko'rsatkichi ham **36-45 yoshdagi** migrant xotin-qizlarda yuqori darajada namoyon bo'lgan. Ushbu davrda ishdan ayrilish, daromadning kamayishi, huquqiy muammolar, deportatsiya ehtimoli, sog'liqning yomonlashuvi, farzandlar taqdiri va oilaviy munosabatlarning buzilishi kabi xavflar subyektiv jihatdan yanada keskin idrok etiladi. Bir vaqtning o'zida bir nechta mas'uliyatni bajarishga majbur bo'lish hamda kelajakning noaniqligi real xavflarning ehtimoli va oqibatlarini bo'rttirib baholashga olib kelishi mumkin. Bunday kognitiv tendensiya doimiy tashvish, giperehtiyotkorlik, qaror qabul qilishdagi ikkilanish va vaziyatni nazorat qilish imkoniyatini past baholash bilan kechadi ($H=9,759$; $p<0,05$).

Yolg'on, ya'ni ijtimoiy maqbullik shkalasi bo'yicha eng yuqori ko'rsatkich **26-35 yoshdagi** xotin-qizlarda qayd etilgan. Mazkur natijani respondentlarning ongli ravishda yolg'on ma'lumot berishi sifatida emas, balki o'zini ijtimoiy jihatdan maqbul ko'rsatish, real emotsional qiyinchiliklarini yashirish va zaiflikni namoyon qilmaslik tendensiyasi sifatida talqin qilish maqsadga muvofiq. Ushbu yoshdagi migrant ayollar ko'pincha oila a'zolari va ijtimoiy muhit oldida «kuchli», «bardoshli», «mas'uliyatli» hamda «muvaffaqiyatli» shaxs obrazini saqlab qolishga intiladilar. Bunday o'zini taqdim etish usuli ichki zo'riqishni yashiruvchi va shaxsiy qadr-qimmatni himoya qiluvchi psixologik mexanizm vazifasini bajarishi mumkin. **46-55 yoshdagi** ayollarda mazkur ko'rsatkichning pasayishi esa o'z kechinmalarini ochiqroq tan olish, o'zini qabul qilish va ijtimoiy baholanishga qaramlikning kamayishi bilan izohlanadi ($H=9,328$; $p<0,05$) [5].

Boshqalarni qabul qilmaslik ko'rsatkichi **46-55 yoshdagi** migrant xotin-qizlarda yuqori darajada kuzatilgan. Uzoq muddatli migratsiya tajribasi, madaniy va qadriyatlararo nomuvofiqliklar, diskriminatsiya, ijtimoiy adolatsizlik yoki takroriy salbiy munosabatlarga duch kelish shaxslararo ishonchning susayishiga olib kelishi mumkin. Natijada ijtimoiy masofalanish, yangi munosabatlarga ehtiyotkorlik bilan kirishish hamda boshqalarning xatti-harakatlari va niyatlarini salbiyroq baholash tendensiyasi kuchayadi. Shu jihatdan ushbu natija yosh ortishi bilan shakllanadigan oddiy murosasizlikni emas, balki to'plangan salbiy ijtimoiy tajriba asosida yuzaga kelgan himoyaviy ishonchsizlikni ifodalashi mumkin ($H=10,188$; $p<0,05$).

Muhokama. Ichki nazorat ko'rsatkichida yosh guruhlari o'rtasida yuqori darajadagi statistik tafovut aniqlangan. Eng past natija **18-25 yoshdagi** migrant xotin-qizlarda kuzatilgan bo'lib, bu ularning hayotiy voqealar va migratsiya jarayonini boshqarish imkoniyatiga doir subyektiv ishonchi hali yetarlicha barqarorlashmaganligini anglatadi. Migratsiya tajribasining kamligi, ish beruvchi va tashqi ijtimoiy tizimlarga qaramlik hamda mustaqil qaror qabul qilish tajribasining cheklanganligi nazorat lokusining tashqi yo'nalishini kuchaytirishi mumkin. **26-45 yosh** oralig'ida ichki nazoratning ortishi esa hayotiy va kasbiy tajriba, muammolarni mustaqil hal qilish, shaxsiy resurslarni safarbar etish hamda o'z qarorlarining natijalariga mas'uliyat bilan yondashish ko'nikmalarining rivojlanishi bilan izohlanadi ($H=35,688$; $p<0,01$) [6].

Boshqarilish shkalasi bo'yicha eng yuqori ko'rsatkich **18-25 yoshdagi** xotin-qizlarda aniqlangan. Bu holat yosh migrant ayollarning ish beruvchi, vositachi, huquqiy tartib, oila a'zolari yoki boshqa tashqi sharoitlarga ko'proq qaramligini ko'rsatadi. Ular hayotidagi muhim voqealarni shaxsiy tanlov va harakatlar natijasidan ko'ra tashqi kuchlar ta'siri bilan izohlashga moyil bo'lishlari mumkin. Yosh ortishi bilan ushbu ko'rsatkichning pasayishi avtonomlik, ijtimoiy

kompetentlik va mustaqil qaror qabul qilish malakalarining rivojlanishini aks ettiradi ($H=16,832$; $p<0,01$).

Eskapizmning eng yuqori darajasi ham **18–25 yoshdagi** migrant xotin-qizlarda qayd etilgan. Yangi va murakkab migratsiya sharoitiga moslashish tajribasining yetishmasligi real muammolardan vaqtincha chekinish, xayoliy rejalari va ideal kelajak tasavvurlariga berilish, muammoni inkor etish yoki emotsional uzilish orqali zo'riqishni kamaytirishga intilishni kuchaytirishi mumkin. Keyingi yosh bosqichlarida eskapizmning pasayishi tajriba ortishi bilan muammoga yo'naltirilgan, ongli va faol koping strategiyalarining ustunlik qila boshlaganligini ko'rsatadi ($H=10,406$; $p<0,05$).

Umuman, olingan natijalar tashqi mehnat migranti bo'lgan xotin-qizlarda yosh omili adaptiv, kognitiv va emotsional mexanizmlarning sifat jihatidan o'zgarishi bilan bog'liqligini ko'rsatadi. Ilk yetuklik davrida tashqi boshqaruvga qaramlik va qochuvchi strategiyalar nisbatan ustun bo'lsa, **36–45 yoshda** kumulyativ stress, xavfni bo'rttirish va o'rganilgan ojizlik kuchayadi. **46–55 yoshda** esa hayotiy tajriba hisobiga emotsional barqarorlik va o'zini qabul qilish ortishi mumkin, biroq uzoq muddatli salbiy ijtimoiy tajribalar fonida shaxslararo ishonchsizlik va ijtimoiy masofalanish saqlanib qoladi.

Xulosa. Tashqi mehnat migratsiyasi sharoitida xotin-qizlarning psixologik moslashuvi bir yo'nalishda rivojlanadigan jarayon emas, balki yoshga oid roli yuklama, ta'lim darajasi, kasbiy kutilmalar, subyektiv nazorat va koping strategiyalarining o'zaro ta'sirida shakllanadigan murakkab, geteroxron tizim ekanligi aniqlandi. Yosh va ta'lim guruhlar o'rtasidagi statistik tafovutlar moslashuv resurslari hamda psixotraumatik reaksiyalarning differensial namoyon bo'lishini tasdiqlaydi. O'rtacha ranglar profiliga ko'ra, 36–45 yoshdagi migrant xotin-qizlar uchun ushbu davr adaptatsion zaiflikning kritik bosqichi sifatida namoyon bo'lgan. Ushbu guruhda falokatlashtirish, o'rganilgan ojizlik va xavfni bo'rttirishning yuqori bo'lishi oilaviy mas'uliyat, moliyaviy majburiyatlar, kasbiy noaniqlik hamda sog'liq bilan bog'liq xavotirlarning kumulyativ ta'sirini ko'rsatadi. Mazkur holatni «kumulyativ adaptatsion zo'riqish» profili sifatida tavsiflash mumkin.

18–25 yoshdagi migrant xotin-qizlarda o'rganilgan ojizlik nisbatan past bo'lsa-da, ichki nazoratning sustligi, tashqi boshqariluvchanlikning yuqoriligi va eskapizmning kuchli namoyon bo'lishi aniqlangan. Demak, yoshlarga xos optimizm va o'zgarishga ishonch ojizlikdan himoya qiluvchi resurs vazifasini bajarsa-da, migratsion tajribaning kamligi ularni tashqi sharoitlarga qaram hamda muammolan qochishga asoslangan strategiyalarga moyil qiladi. Ushbu profilni «tashqi boshqariluvchi-qochuvchi moslashuv» sifatida baholash mumkin.

Ta'lim darajasi migrant ayollarning moslashuvini bir xil yo'nalishda kuchaytiruvchi universal himoya omili emasligi aniqlandi [7]. Ta'limning ortishi kognitiv tahlil, refleksiya va ratsional qayta baholash imkoniyatlarini kengaytiradi, biroq kasbiy malaka bilan bajarilayotgan mehnat o'rtasidagi nomuvofiqlik adaptatsion stressning yangi manbasini yuzaga keltiradi. Shu sababli ta'lim migrant ayollar uchun bir vaqtning o'zida ham psixologik resurs, ham status frustratsiyasi omili bo'lishi mumkin.

Empirik natijalar asosida migrant xotin-qizlarning to'rtta yoshga oid adaptatsion profili ajratildi: **18–25 yoshda** – «tashqi boshqariluvchi-qochuvchi»; **26–35 yoshda** – «ijtimoiy niqoblangan»; **36–45 yoshda** – «ojizlik-falokatlashtirishga moyil»; **46–55 yoshda** – «tajriba bilan barqarorlashgan, biroq ijtimoiy ishonchi pasaygan» profil. Mazkur tipologiya migrant ayollarning psixologik holatini faqat umumiy stress darajasi orqali emas, balki nazorat lokusi, himoya mexanizmlari, koping strategiyalari va shaxslararo ishonch birligida baholash imkonini beradi.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR

1. Axmedova D. O. Xotin-qizlar mehnat migratsiyasi: ijtimoiy-psixologik yondashuvlar va tahlili // Inter Education & Global Study. – 2025. – Vol. 3. – No. 4(1). – B. 390–398.
2. Axmedova D. O. O'zbekistonda xotin-qizlar bandligi va ijtimoiy himoyalash tizimidagi islohotlar // Academic Research in Educational Sciences. – 2023. – Vol. 4. – No. Periodical Collection 7. – B. 205–209.
3. Ahmedova D., Abduvalieva M., Yusupov N., Yusupova F., Qudratillayev J., Qudratillayev K., Gafurova N. Beyond Rescue: Integrative Psychological, Legal, and Social Support for Female Migrant Survivors of Human Trafficking // Qubahan Academic Journal. – 2025. – Vol. 5. – No. 4. – B. 437–465.
4. Axmedova D. O. Migrantlarning yangi sharoitlarga ijtimoiy-psixologik moslashuvining nazariy tahlili // Markaziy Osiyoda Jamiyat, Gender va Oila xalqaro ilmiy jurnali. – 2024. – No. 3.
5. Axmedova D. O. Mehnat migratsiyasi feminizatsiyalashuvi: xotin-qizlar psixologiyasi va ijtimoiy identifikatsiya // Markaziy Osiyoda Jamiyat, Gender va Oila xalqaro ilmiy jurnali. – 2024. – B. 19–25.
6. Axmedova D. O. Distant oilalarda ijtimoiy-psixologik o'zgarishlar: raqamli muloqotning emotsional yaqinlikka ta'siri. – 2025.
7. Axmedova D. Migratsiya jarayonini tartibga solish va boshqarishning tashkiliy, ijtimoiy-huquqiy mexanizmlari // Acta NUUZ. – 2024. – Vol. 1. – No. 1.3. – B. 82–86.