

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 9

2026



Founded in 2024



publishscience.uz



publish_science_journal@mail.ru



PEER REVIEWED • OPEN ACCESS

BOLA PARVARISHI TA'TILIDAGI AYOLLARNING PSIXOEMOTSIONAL XUSUSIYATLARI IJTIMOY-PSIXOLOGIK MUAMMO SIFATIDA

Saidazizova Ziyoda Ulug'bek qizi

Sarbo'n universiteti, Ijtimoiy-gumanitar fanlar kafedrası katta o'qituvchisi.

e-mail: ziyoda@mail.ru ORCID: <https://orcid.org/0009-0007-4121-1372>

Annotatsiya.

Mazkur maqolada bola parvarishi ta'tilidagi ayollarning psixoemotsional xususiyatlari ijtimoiy-psixologik muammo sifatida nazariy-konseptual jihatdan tahlil qilinadi. Tadqiqot bog'lanish nazariyasi, psixosotsial rivojlanish konsepsiyasi, stress va koping modeli, onalik psixologiyasi, anglanilgan ota-onalik hamda o'z-o'zini baholashga oid ilmiy manbalarni qiyosiy va tizimli umumlashtirishga asoslanadi. Tahlil natijasida psixoemotsional farovonlikni belgilovchi omillar besh o'zaro bog'liq yo'nalishda tizimlashtirildi: yangi onalik roliga moslashish; emotsional zo'riqish, xavotir va depressiv belgilar xavfi; o'z-o'zini baholash va shaxsiy identifikatsiya; oilaviy munosabatlar; ijtimoiy qo'llab-quvvatlash va kasbiy hayot bilan bog'liqlik. Mazkur yo'nalishlar biologik holat, individual psixologik resurslar va ijtimoiy muhitning o'zaro ta'sirida namoyon bo'lishi asoslandi. Maqolada psixoemotsional qiyinchiliklarni erta aniqlash, psixodukatsiya xizmatlarini rivojlantirish, turmush o'rtog'i va oila ko'magini kuchaytirish hamda mehnat faoliyatiga qaytish davridagi moslashuvni qo'llab-quvvatlash bo'yicha tavsiyalar ishlab chiqildi.

Kalit so'zlar: bola parvarishi ta'tili, onalik, psixoemotsional farovonlik, xavotir, depressiv belgilar, o'z-o'zini baholash, oilaviy munosabatlar, ijtimoiy qo'llab-quvvatlash.

ПСИХОЭМОЦИОНАЛЬНЫЕ ОСОБЕННОСТИ ЖЕНЩИН, НАХОДЯЩИХСЯ В ОТПУСКЕ ПО УХОДУ ЗА РЕБЕНКОМ, КАК СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ ПРОБЛЕМА

Саидазизова Зиёда Улуғбек қизи

Университет Сарбо'н, старший преподаватель кафедры социально-гуманитарных наук.

Аннотация.

В статье психоэмоциональные особенности женщин, находящихся в отпуске по уходу за ребенком, рассматриваются как социально-психологическая проблема на теоретико-концептуальном уровне. Исследование основано на сравнительном и системном обобщении научных источников по теории привязанности, психосоциальному развитию, стрессу и копингу, психологии материнства, осознанному родительству и самооценке. В результате анализа факторы психоэмоционального благополучия систематизированы по пяти взаимосвязанным направлениям: адаптация к новой роли матери; эмоциональное напряжение, тревожность и риск депрессивных проявлений; самооценка и личностная идентичность; семейные отношения; социальная поддержка и связь с профессиональной жизнью. Обосновано, что эти направления проявляются во взаимодействии биологического состояния, индивидуально-психологических ресурсов и социальной среды. Предложены рекомендации по раннему выявлению психоэмоциональных трудностей, развитию психобразовательной помощи, усилению поддержки со стороны супруга и семьи, а также сопровождению адаптации при возвращении к трудовой деятельности.

Ключевые слова: отпуск по уходу за ребенком, материнство, психоэмоциональное благополучие, тревожность, депрессивные проявления, самооценка, семейные отношения, социальная поддержка.

PSYCHO-EMOTIONAL CHARACTERISTICS OF WOMEN ON CHILDCARE LEAVE AS A SOCIO-PSYCHOLOGICAL PROBLEM

Saidazizova Ziyoda Ulug'bek qizi

Sarbo'n University, Senior Lecturer at the Department of Social Sciences and Humanities.

Abstract.

This article examines the psycho-emotional characteristics of women on childcare leave as a socio-psychological problem through theoretical and conceptual analysis. The study comparatively and systematically synthesizes scholarship on attachment, psychosocial development, stress and coping, the psychology of motherhood, conscious parenthood, and self-esteem. The determinants of psycho-emotional well-being are organized into five interrelated domains: adaptation to the maternal role; emotional strain, anxiety, and risk of depressive symptoms; self-esteem and personal identity; family

relationships; and social support and connection with professional life. These domains are shown to operate through the interaction of biological conditions, individual psychological resources, and the social environment. The article proposes practical directions for early identification of emotional difficulties, psychoeducational support, stronger spousal and family assistance, and support during the transition back to employment.

Keywords: childcare leave, motherhood, psycho-emotional well-being, anxiety, depressive symptoms, self-esteem, family relationships, social support.

Kirish. Bugungi kunda ayolning oilaviy va ijtimoiy hayotdagi mavqeyi, onalik maqomi hamda uning psixologik farovonligini ta'minlash masalalari ijtimoiy-psixologik tadqiqotlarning dolzarb yo'nalishlaridan birini tashkil etmoqda. O'zbekistonda xotin-qizlarning huquq va manfaatlarini ta'minlash, onalik va bolalikni muhofaza qilish, oilani qo'llab-quvvatlash hamda ayollarning jamiyatdagi faolligini oshirish davlat siyosatining muhim yo'nalishlaridan biri sifatida qaralmoqda. Xususan, O'zbekiston Respublikasi Prezidenti Shavkat Mirziyoyev 2026-yil 6-martdagi Xalqaro xotin-qizlar kuniga bag'ishlangan nutqida: "Inson hayotini, jamiyat taraqqiyotini xotin-qizlarsiz, ularning ezgu fazilatlarisiz tasavvur etib bo'lmaydi" [1], — deya ta'kidlab, ayollarni oila va jamiyat tayanichi sifatida e'tirof etdi. Mazkur yondashuv ayolning, xususan, onalik davridagi psixologik farovonligini ta'minlash masalasiga alohida e'tibor qaratishni talab etadi. Chunki ayolning psixoemotsional holati nafaqat uning shaxsiy farovonligi, balki oilaviy munosabatlar, ona-bola munosabatlari va farzandning psixologik rivojlanishiga ham ta'sir ko'rsatuvchi muhim omillardan biridir.

O'zbekistonda xotin-qizlarni qo'llab-quvvatlash siyosatida ularning ijtimoiy, iqtisodiy va psixologik ehtiyojlarini hisobga olishga ham e'tibor qaratilmoqda. "O'zbekiston — 2030" strategiyasida oila va xotin-qizlarni qo'llab-quvvatlash tizimini kuchaytirish, xotin-qizlarning huquq va qonuniy manfaatlarini ta'minlash, ijtimoiy, iqtisodiy va siyosiy faolligini oshirish hamda gender tenglikni ta'minlash ustuvor yo'nalishlar sifatida belgilangan. Shu nuqtayi nazardan, bola parvarishi ta'tilidagi ayollarning psixoemotsional xususiyatlarini o'rganish bugungi O'zbekiston sharoitida nafaqat psixologik, balki ijtimoiy ahamiyatga ega bo'lgan masalalardan biridir.

Mazkur davrda ayolning psixoemotsional holati turli omillar ta'sirida o'zgarishi mumkin. Uyqu va dam olishning yetarli emasligi, doimiy parvarish zarurati, vaqt resurslarining cheklanishi, kasbiy faoliyatdan uzoqlashish, ijtimoiy aloqalarning qisqarishi hamda oilaviy mas'uliyatning ortishi emotsional zo'riqishning kuchayishiga olib kelishi ehtimoli mavjud. Shu bilan birga, oilaning qo'llab-quvvatlashi, turmush o'rtog'i bilan konstruktiv munosabatlar, yaqin ijtimoiy muhit va onalik rolini anglash darajasi mazkur jarayonning ijobiy kechishiga xizmat qiluvchi muhim psixologik resurslar hisoblanadi.

Bola parvarishi ta'tilidagi ayollarning psixoemotsional holatini o'rganishda muammoni faqat individual psixologik xususiyatlar doirasida ko'rib chiqish yetarli emas. Chunki ayolning emotsional holati uning oiladagi mavqeyi, ijtimoiy aloqalari, moddiy va ma'naviy resurslari, ota-onalik mas'uliyatini qanday qabul qilishi va jamiyatdagi mavjud onalik haqidagi tasavvurlar bilan ham chambarchas bog'liq.

Shu nuqtayi nazardan, bola parvarishi ta'tilidagi ayollarning psixoemotsional xususiyatlarini biopsixosotsial yondashuv asosida o'rganish muhim ahamiyat kasb etadi. Ushbu yondashuv ayolning psixologik holatini biologik, individual-psixologik va ijtimoiy omillarning o'zaro ta'siri natijasi sifatida talqin qilish imkonini beradi.

Tadqiqot mavzusining dolzarbligi, avvalo, ayolning psixologik farovonligi nafaqat uning shaxsiy hayotiga, balki ona-bola munosabatlari, oilaviy muhit va bolaning psixologik rivojlanishiga ham bevosita ta'sir qilishi bilan belgilanadi. Shu sababli bola parvarishi ta'tilidagi ayollarning psixoemotsional holatini o'rganish va uni qo'llab-quvvatlash mexanizmlarini ishlab chiqish zamonaviy psixologiya uchun muhim vazifalardan biridir.

MAVZUGA OID ADABIYOTLARNING TAHLILI

Onalik psixologiyasi masalasi xorijiy va mahalliy psixologiya fanida uzoq yillardan buyon o'rganib kelinmoqda. Mazkur yo'nalishdagi tadqiqotlarda onalik ayolning biologik funksiyasi sifatida emas, balki murakkab ijtimoiy-psixologik hodisa sifatida talqin qilinadi.

J. Boulbi tomonidan ishlab chiqilgan bog'lanish nazariyasida ona va bola o'rtasidagi dastlabki emotsional munosabatlarning bolaning keyingi psixologik rivojlanishidagi ahamiyati ta'kidlanadi [2]. Ona tomonidan bolaning ehtiyojlarini sezish, unga emotsional javob berish va xavfsiz munosabat muhitini yaratish ona-bola munosabatlarning muhim tarkibiy qismlari sifatida qaraladi. Shu bilan birga, bunday munosabatlarning shakllanishida onaning o'zining psixologik holati ham muhim ahamiyatga ega.

E. Eriksonning psixosotsial rivojlanish konsepsiyasida voyaga yetganlik davrida inson oldida "generativlik-turg'unlik" qarama-qarshiligi turishi qayd etiladi [4]. Farzand tarbiyasi va kelajak avlod uchun mas'uliyatni qabul qilish shaxsning generativlik ehtiyojini amalga oshirish shakllaridan biri sifatida namoyon bo'ladi. Biroq mazkur rolni amalga oshirish jarayoni shaxsning ichki resurslari va ijtimoiy sharoitlari bilan uyg'unlashmasa, psixologik zo'riqish yuzaga kelishi mumkin.

R. Lazarus va S. Folkman tomonidan taklif etilgan stress va koping konsepsiyasi nuqtayi nazaridan insonning stressli vaziyatga munosabati vaziyatning o'zidan tashqari, uni qanday baholashi va qanday kurashish strategiyalaridan foydalanishiga ham bog'liq [5]. Bola parvarishi davrida ayolning yangi vazifalarni qanday qabul qilishi, o'z imkoniyatlarini qanday baholashi va mavjud muammolarni hal qilish strategiyalari uning psixoemotsional holatiga ta'sir ko'rsatadi.

Postnatal davrdagi psixologik holatni o'rganishga bag'ishlangan tadqiqotlarda depressiv va xavotirli simptomlarning yuzaga kelishi alohida e'tibor markazida turadi. J. Cox va uning hamkorlari tomonidan ishlab chiqilgan Edinburg postnatal depressiya shkalasi tug'ruqdan keyingi davrda depressiv simptomlarni aniqlash uchun keng qo'llaniladigan skrining vositalaridan biri hisoblanadi [3]. Mazkur yo'nalishdagi tadqiqotlar onaning emotsional holati ona-bola munosabatlari va oilaviy psixologik muhit bilan o'zaro bog'liqligini ko'rsatadi.

G. G. Filippova onalik psixologiyasini ayolning ona bo'lishga tayyorgarligi, onalik motivatsiyasi, ona-bola munosabatlari va onalik rolini o'zlashtirish jarayoni bilan bog'liq holda tahlil qiladi [6]. Ushbu yondashuvda onalik ayolning shaxsiy rivojlanishi bilan chambarchas bog'langan murakkab psixologik tizim sifatida qaraladi.

Ota-onalikni anglash masalasi ham bola parvarishi davridagi ayollarning psixoemotsional holatini tushuntirishda muhim nazariy asoslardan biridir. R. V. Ovcharova ota-onalikni shaxsning ota-onalik roliga munosabati, mas'uliyatni qabul qilishi, farzandga nisbatan emotsional munosabati, oilaviy qadriyatlar va ota-onalikdan kutishlarini qamrab oluvchi murakkab psixologik fenomen sifatida talqin qiladi [7]. Ota-onalik rolini realistlik va konstruktiv tarzda anglash ayolning yangi ijtimoiy vaziyatga moslashishiga yordam berishi mumkin. Aksincha, ona roliga nisbatan haddan tashqari yuqori talablarning shakllanishi, "ideal ona" bo'lishga intilish va o'z imkoniyatlarini yetarlicha hisobga olmaslik emotsional zo'riqishni kuchaytirishi mumkin.

O'z-o'zini baholash ham mazkur jarayonning muhim tarkibiy qismlaridan biridir. Ayolning o'z qobiliyatlari, imkoniyatlari va shaxsiy qadriyatlarini qanday baholashi uning onalik rolini qabul qilishiga ham ta'sir ko'rsatadi [8]. Past o'z-o'zini baholash o'ziga ishonchsizlikni kuchaytirishi mumkin bo'lsa, realistlik o'z-o'zini baholash yangi ijtimoiy vazifalarga moslashish uchun psixologik resurs vazifasini bajaradi. Shuningdek, ijtimoiy qo'llab-quvvatlash masalasi ham ayolning psixologik farovonligini belgilovchi muhim omillardan biri sifatida ko'rsatiladi. Oila a'zolari, turmush o'rtog'i, do'stlar va yaqin ijtimoiy muhit tomonidan ko'rsatiladigan emotsional, maishiy va amaliy yordam ayolning bola parvarishi bilan bog'liq yuklamani yengilroq qabul qilishiga yordam beradi.

Shunday qilib, adabiyotlar tahlili bola parvarishi ta'tilidagi ayollarning psixoemotsional holatini bir nechta o'zaro bog'liq darajalarda ko'rib chiqish zarurligini ko'rsatadi: individual-psixologik xususiyatlar, ota-onalik munosabatlari, oilaviy muhit va kengroq ijtimoiy sharoitlar.

TADQIQOT METODOLOGIYASI

Mazkur maqola nazariy-tahliliy tadqiqot sifatida bajarildi. Uning maqsadi bola parvarishi ta'tilidagi ayollarning psixoemotsional holatini tushuntiruvchi asosiy nazariy yondashuvlarni bir tizimga keltirish va amaliy qo'llab-quvvatlash yo'nalishlarini asoslashdan iborat.

Tadqiqotning metodologik asosini biopsixosotsial va tizimli yondashuvlar, bog'lanish nazariyasi, psixosotsial rivojlanish konsepsiyasi, stress va koping modeli, onalik psixologiyasi hamda o'z-o'zini baholashga oid qarashlar tashkil etdi. Ilmiy manbalar muammoni izohlash kuchi va mavzuga bevosita aloqadorligi bo'yicha tanlandi; nazariy tahlil, qiyosiy tahlil, tematik guruhlash, tizimlashtirish va konseptual sintez metodlari qo'llanildi.

Tahlil birligi sifatida besh yo'nalish belgilandi: yangi onalik roliga moslashish; emotsional zo'riqish, xavotir va depressiv belgilar xavfi; o'z-o'zini baholash va shaxsiy identifikatsiya; oilaviy munosabatlar; ijtimoiy qo'llab-quvvatlash va kasbiy hayot bilan bog'liqlik. Har bir yo'nalish individual, oilaviy va ijtimoiy omillar kesishmasida talqin qilindi.

Mazkur dizayn doirasida respondentlar ishtirokidagi so'rov, psixodagnostik test yoki statistik gipoteza sinovi o'tkazilmadi. Shu sababli natijalar populyatsiyaga doir sonli umumlashtirishlar emas, mavjud nazariy manbalardan chiqarilgan konseptual xulosalar sifatida taqdim etiladi.

TAHLIL VA NATIJALAR

Adabiyotlarni tematik va konseptual sintez qilish bola parvarishi ta'tilidagi ayollarning psixoemotsional farovonligini yagona sabab bilan izohlab bo'lmashligini ko'rsatdi. Natijalar besh o'zaro bog'liq yo'nalishda umumlashtirildi.

Birinchii yo'nalish — yangi onalik roliga moslashish. Farzand tug'ilgach, kundalik tartib, mas'uliyat va hayotiy ustuvorliklar qayta tashkil topadi. Bu o'zgarish ayolning ichki resurslari va tashqi ko'mak bilan uyg'unlashganda mazmun va qoniqish manbai bo'lishi mumkin; talablar imkoniyatlardan oshib ketganda esa zo'riqish kuchayadi.

Ikkinchi yo'nalish — emotsional zo'riqish, xavotir va depressiv belgilar xavfi. Uzlaksiz parvarish, uyquning buzilishi, dam olishning kamayishi va bolaning salomatligi uchun javobgarlik xavotirni kuchaytirishi mumkin. Bu belgilarni avtomatik tarzda klinik tashxis sifatida talqin qilish to'g'ri emas; ularning davomiyligi va kundalik faoliyatga ta'siri mutaxassis bahosini talab qiladi.

Uchinchi yo'nalish — o'z-o'zini baholash va shaxsiy identifikatsiya. Ayol o'zini faqat onalik roli bilan cheklab qo'yganda kasbiy va shaxsiy salohiyatini past baholash xavfi ortadi. Realistik o'z-o'zini baholash, shaxsiy qiziqishlarni saqlash va kichik mustaqil faoliyat imkoniyatlari psixologik barqarorlik resursi bo'lib xizmat qiladi [8].

To'rtinchi yo'nalish — oilaviy munosabatlar. Turmush o'rtog'i va boshqa oila a'zolarining parvarish vazifalarini bo'lishishi, ayolning hissiyotlarini tinglashi va dam olishiga sharoit yaratishi psixoemotsional yuklamani kamaytiradi. Yordamning mavjudligi emas, uning ayol ehtiyojiga mosligi va barqarorligi muhimdir.

Beshinchi yo'nalish — ijtimoiy qo'llab-quvvatlash va kasbiy hayot bilan bog'liqlik. Ijtimoiy aloqalarning keskin qisqarishi yolg'izlik hissini kuchaytirishi mumkin; yaqinlar, mutaxassislar va hamjamiyat bilan muntazam aloqa esa moslashuvni yengillashtiradi. Mehnat faoliyatiga qaytish rejasining oldindan muhokama qilinishi kasbiy identifikatsiyani saqlashga yordam beradi.

Umumlashtirilgan model quyidagi bog'lanishni ifodalaydi: biologik holat va kundalik parvarish talablari individual psixologik resurslar orqali baholanadi; bu jarayon oilaviy munosabatlar va ijtimoiy qo'llab-quvvatlash bilan kuchayadi yoki yumshaydi. Tahlilda ajratilgan besh yo'nalish "ayol — ona — oila — bola — jamiyat" tizimining turli ijtimoiy-psixologik darajalarida namoyon bo'ladi: onalik roliga moslashish hamda o'z-o'zini baholash ayolning individual darajasini, emotsional holat ona-bola munosabatlarini, oilaviy ko'mak oila darajasini, ijtimoiy qo'llab-quvvatlash va kasbiy bog'liqlik esa jamiyat darajasini ifodalaydi. Ushbu xulosa nazariy sintezga asoslangan bo'lib, keyingi empirik tadqiqotlarda aniq namuna, o'lchov vositalari va statistik mezonlar yordamida tekshirilishi lozim.

XULOSA VA TAKLIFLAR

Nazariy-konseptual tahlil bola parvarishi ta'tili ayol hayotidagi muhim ijtimoiy-psixologik o'tish bosqichi ekanini ko'rsatdi. Bu davrda hayot tarzi, onalik roli, oilaviy mas'uliyat, shaxsiy ehtiyojlar va kasbiy identifikatsiya o'rtasidagi muvozanat qayta shakllanadi.

Ayolning psixoemotsional farovonligi uning onalik rolini qanday anglashiga, o'z imkoniyatlarini real baholashiga, oilaviy munosabatlarga va ijtimoiy qo'llab-quvvatlash darajasiga bevosita bog'liq. Xavotir, emotsional zo'riqish va depressiv holatlar esa ushbu omillar bilan o'zaro bog'liq holda namoyon bo'lishi mumkin.

Shu asosda quyidagi takliflarni ilgari surish mumkin:

- Bola parvarishi ta'tilidagi ayollar uchun psixologik maslahat va psixoedukatsiya xizmatlarini rivojlantirish;
- Ayollarda stressni boshqarish, emotsiyalarni o'z-o'zini tartibga solish va psixologik resurslardan foydalanish ko'nikmalarini shakllantirish;
- Anglangan ota-onalikni rivojlantirishga qaratilgan psixologik dasturlarni ishlab chiqish;
- Oila a'zolari, ayniqsa, turmush o'rtog'ining ayolni psixologik va amaliy qo'llab-quvvatlashdagi rolini kuchaytirish;
- Bola parvarishi ta'tili davrida ayolning shaxsiy rivojlanishi va kasbiy identifikatsiyasini saqlab qolish imkoniyatlarini kengaytirish;
- Psixoemotsional muammolarni erta aniqlash va zarur hollarda mutaxassisga yo'naltirish tizimini takomillashtirish;
- Bola parvarishi ta'tilidan mehnat faoliyatiga qaytish davrida ayollarning ijtimoiy-psixologik moslashuvini qo'llab-quvvatlash.

Xulosa qilib aytganda, maqolada ajratilgan besh tahliliy yo'nalish "ayol — ona — oila — bola — jamiyat" tizimining mazmuniy ko'rinishlarini ifodalaydi. Shu sababli bola parvarishi ta'tilidagi ayollarning psixoemotsional holatini individual xususiyatlar, ona-bola munosabatlari, oilaviy muhit va ijtimoiy qo'llab-quvvatlashning o'zaro ta'siri doirasida o'rganish muammoning ijtimoiy-psixologik mohiyatini chuqurroq ochib beradi. Ayolning psixologik farovonligini ta'minlash nafaqat uning shaxsiy hayot sifati, balki oilaviy barqarorlik va bolaning sog'lom psixologik rivojlanishi uchun ham muhim shartdir.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR

1. Mirziyoyev Sh. M. O'zbekiston Respublikasi Prezidenti Shavkat Mirziyoyevning Xalqaro xotin-qizlar kuniga bag'ishlangan tantanali marosimdagi nutqi. – 2026-yil 6-mart. URL: <https://www.president.uz/oz/lists/view/9002>
2. Bowlby J. Attachment and Loss. Vol. 1: Attachment. – New York: Basic Books, 1969. – 428 p. URL: https://books.google.com/books/about/Attachment_and_Loss.html?id=BFZqAAAAMAAJ
3. Cox J. L., Holden J. M., Sagovsky R. Detection of Postnatal Depression: Development of the 10-Item Edinburgh Postnatal Depression Scale // British Journal of Psychiatry. – 1987. – Vol. 150. – P. 782–786. – DOI: 10.1192/bjp.150.6.782. URL: <https://doi.org/10.1192/bjp.150.6.782>
4. Erikson E. H. Identity and the Life Cycle. – New York: W. W. Norton & Company, 1980. – 191 p. URL: <https://search.worldcat.org/title/300375297>
5. Lazarus R. S., Folkman S. Stress, Appraisal, and Coping. – New York: Springer Publishing Company, 1984. – 445 p. – ISBN 9780826141903. URL: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/nlmcatalog/8501102>
6. Филиппова Г. Г. Психология материнства: учебное пособие. – Москва: Издательство Института психотерапии, 2002. – 240 с. – ISBN 5-89939-064-6. URL: <https://www.pedlib.ru/Books/1/0148/index.shtml>
7. Овчарова Р. В. Родительство как психологический феномен: учебное пособие. – Москва: Московский психолого-социальный институт, 2006. – 496 с. – ISBN 5-89502-771-7. URL: <https://www.books.ru/books/roditelstvo-kak-psikhologicheskii-fenomen-421571/>
8. Столин В. В. Самосознание личности. – Москва: Издательство Московского университета, 1983. – 286 с. URL: <https://search.rsl.ru/ru/record/01001177986>