

Elov Ziyodullo Sattorovich

*Osiyo xalqaro universiteti, Pedagogika va psixologiya kafedrasida dotsenti,
Psixologiya fanlari doktori (DSc)*

Annotatsiya: Jahonda shaxsning hayotida yuzaga keladigan ijtimoiy fobiya qonuniyatlarini sotsial psixologik jihatdan tahlil qilish, muammoni bartaraf etish bo'yicha zarur chora-tadbirlarni belgilash, oqilona yechim topish, natijalarni to'g'ri baholash va empirik tadqiqotlar asosida adekvat qarorlar qabul qilish, masalani kompleks o'rganishga yo'naltirilgan ilmiy-amaliy tadqiqotlarga alohida ahamiyat berilmogda. Maqolada shu kabi jarayonlar alohida yoritib berilgan.

Kalit so'zlar: fobiya, vaziyat, reaksiya, qo'rquv, predmet, emotsiya, perspektiv refleksiya, turg'un holat, aktiv, passiv.

СОСТОЯНИЕ ФОБИИ У ЛИЧНОСТИ И ЕЕ ДИАГНОСТИКА

Элов Зиёдулло Сатторович

*Азиатский международный университет,
доцент кафедры педагогики и психологии,
доктор психологических наук (DSc)*

Аннотация: социально-психологический анализ закономерностей социофобии, возникающих в жизни человека в окружающем мире, определение необходимых мер по устранению проблемы, поиск разумного решения, правильная оценка результатов и принятие адекватных решений на основе эмпирических исследований. При комплексном решении проблемы особое значение придается научным и практическим исследованиям, ориентированным на обучение. Такие процессы описаны отдельно в статье.

Ключевые слова: фобия, ситуация, реакция, страх, объект, эмоция, перспективная рефлексия, устойчивое состояние, активное, пассивное.

THE STATE OF PHOBIA IN PERSON AND ITS DIAGNOSTICS

Elov Ziyodullo Sattorovich

*Asian International University,
Associate Professor of the Department of
Pedagogy and Psychology, Doctor of Psychology (DSc)*

Abstract: social-psychological analysis of the laws of social phobia that occur in the life

of a person in the world, determining the necessary measures to eliminate the problem, finding a reasonable solution, correctly evaluating the results and making adequate decisions based on empirical research, solving the problem in a complex way special importance is given to scientific and practical researches oriented to learning. Such processes are described separately in the article.

Key words: *phobia, situation, reaction, fear, object, emotion, perspective reflection, steady state, active, passive.*

Ma'lumki, har bir davr o'zining muhim hayotiy sharoitlari, ehtiyojlari va faoliyati, o'ziga xos qarama-qarshiliklari, psixikasining sifat xususiyatlari va psixik jihatdan xarakterli yangi sifatlarning hosil bo'lishi bilan ajralib turadi. Har bir davr o'zidan oldingi davr tomonidan tayyorlanib, uning asosida shakllanishi va o'z navbatida, o'zidan keyingi davrning paydo bo'lishi uchun asos bo'lib xizmat qiladi. Shu o'rinda psixologiyada mavjud yosh davrlarini tabaqalash nazariyalariga urg'u berib o'tish maqsadga muvofiqdir.

Fobiya – biror vaziyat, hodisa predmetga nisbatan vujudga keladigan birmuncha turg'un va asossiz qo'rquvdir. Fobiya bilan aziyat chekuvchilar qo'rquvlariga sabab bo'luvchi predmet yoki vaziyat haqida hatto o'ylaganlarida ham ularni vahima qamrab oladi. Fobiya insonlarning normal hayot kechirishlariga to'sqinlik qilib, shaxsiy, ijtimoiy va kasbiy faoliyatlariga salbiy ta'sir ko'rsatishi mumkin. Fobiya qo'rquvdan kuchli va turg'un holda namoyon bo'lishi, qo'rquv uyg'otuvchi obyektidan qochish istagining yuqoriligi bilan ajralib turadi. Ma'lumotlarga qaraganda yer yuzi aholisi turli xil fobiyalardan aziyat chekadi. Bu holat insonda kutilmaganda va anglanmagan sababga ko'ra paydo bo'lishi mumkin. Fobiya erkaklarga qaraganda ayollarda ko'proq uchraydi. Bu holat ayollarning hissiyotga beriluvchanliklari va ko'pincha agressiyaning obyektiga aylanib qolishlari bilan bog'liqdir.

1- jadval

O'spirinlarda refleksiya darajalari namoyon bo'lishining umumiy ko'rsatkichlari (n=210)

O'spirin-yoshlarda refleksiya darajalari	Respondentlar soni n=210	%
Yuqori	52	24,5
o'rta	82	39,3
Quyi	76	36,2

Refleksiya shaxsning o'zini-o'zi anglashi bilan yaqin qo'yiladi va o'zining yaxlit - «Men» obrazini tuzish, ichki dunyosining tuzilishi va mazmunini ochishga yo'naltirilgan subyektning o'zini-o'zi bilish jarayonidir. Refleksiya mega kognitiv jarayon sifatida inson tafakkurining tamoyili bo'lib, shaxsiy shakl va imkoniyatlarini tushunish va anglash, uning mazmuni, metodi va bilish natijalarini tanqidiy tahlil qilishdan iborat yoki boshqacha qilib aytganda o'z tafakkurining asosi haqida o'ylash

qobiliyatidir[1,6]. Olingan ma'lumotlar tahliliga nazar tashlaydigan bo'lsak, umumiy hisobda barcha respondentlardan olingan eng yuqori natija bu refleksiyaning o'rta darajasi bo'lib, o'spirinlarning 39,3% ushbu darajaga mansubligi aniqlandi. Eng quyi ko'rsatkich esa 36,2% ni tashkil etdi. Bundan ko'rinib turibdiki, o'spirin-yoshlardagi refleksiya darajalari nisbatan korreksiya ishlarini olib borishni talab etadi.

2-jadval

O'spirinlarda refleksiya darajalari namoyon bo'lishining gender-qiyosiy ko'rsatkichlari (n=210)

№	Refleksiya darajalari	Yigitlar n=85	foizi	Qizlar n=125	foizi
1.	Situativ refleksiya	21	24,4	22	16,8
2.	Retrospektiv refleksiya	28	33,7	55	44,3
3.	Perspektiv refleksiya	36	41,9	48	38,9
	Jami:	85	100	125	100

Endi, bevosita refleksiya darajalarining gender tafovutlariga e'tibor qaratadigan bo'lsak, bunda 3 ta refleksiya darajalaridan yigitlarda "situativ refleksiya" 24,4 foizni, "retrospektiv refleksiya" 33,7 foizni, "perspektiv refleksiya" esa 41,9 foizni tashkil etdi. Ushbu metodika natijalari qizlarda quyidagicha namoyon etildi. Bunda, "situativ refleksiya" 16,8 foiz, "retrospektiv refleksiya" 44,3 foiz, "perspektiv refleksiya" 38,9 foizga mansub ekanligi aniqlandi. Ushbu tahlillar shuni angalatadiki, yigitlarda refleksiyaning eng yuqori ko'rsatkichi 41,9 % ni ("perspektiv refleksiya"), eng past ko'rsatkich esa 24,4 % ("vaziyatli refleksiya") ko'rsatgan bo'lsa, qizlarda esa eng yuqori ko'rsatkich 44,3 % ("retrospektiv refleksiya"), eng past ko'rsatkich 16,8 % ni ("vaziyatli refleksiya") namoyon etdi. Bu shundan dalolat beradiki, yigitlarda qizlarga nisbatan kelgusi faoliyatni, xulq-atvorni tahlil qilish, rejalashtirish, faoliyat natijalari gipoteza qilish va boshqa shunga o'xshash xususiyatlar ustunlik qilish ekan. Qizlarda esa yigitlarga nisbatan o'tmishda sodir bo'lgan hodisalarni tahlil qilish, bo'lib o'tgan voqealar tafsiloti, o'tmishda qilingan xatolar va shunga o'xshash xususiyatlar dominant ekanligi aniqlandi. Ushbu omillar esa shaxslarda biror vaziyat, hodisa predmetga nisbatan vujudga keladigan birmuncha turg'un va asossiz qo'rquvni paydo bo'lishiga olib keladi[2].

3-jadval

Gurudagi xulq-atvor motivatsiyasini o'rganish metodikasi bo'yicha olingan dastlabki statistik natijalar tahlili (n=210)

№	Omillar	Tajriba guruhi	Nazorat guruhi
---	---------	----------------	----------------

		M	S	M	S
1	qaramlik	9,9	1,3	9,3	1,7
2	mustaqillik	6,7	1,1	7,3	1,3
3	muloqotmandlik	4,4	1,2	5,2	1,3
4	odamovilik	4,5	1,4	3,9	1,8
5	“kurash”ga tayyorlik	5,9	1,2	6,5	1,3
6	“kurash”dan qochish	8,6	0,9	7,3	1,0

Demak, yuqoridagi jadvalda keltirilgan empirik ko‘rsatkichlarni tahlil qiladigan bo‘lsak o‘spirinlar xulq-atvorida “qaramlik” tendensiyalari bo‘yicha tajriba guruhida (9,9), nazorat guruhida (9,3) ko‘rsatkichlar qayd qilindi. Demak, mazkurni holatni o‘spirinlarni kimlargadir tobelik bog‘liqlanib qolishlar yaqqol namoyon bo‘lishi bilan izohlash mumkin. Qolaversa, bu sifat guruhdagi o‘zaro hamkorlik va munosabatlarda shaxsning raqobatdan, “kurash” dan qochishga moyilliklarini ham bildiradi[3,6].

O‘spirinlarning xulq-atvorida “mustaqillik” tendensiyalari esa tajriba guruhida (6,7) nazorat guruhida (7,3) ko‘rsatkichni qayd qildi. Ushbu holatni o‘spirinlarda guruhning normalarini o‘z fikri va harakatida tasdiqlashga shaylik, mustaqil fikrlilikka bog‘liq faoliyatni ko‘rsatishga hozirligi bilan izohlash mumkin.

“Muloqotmandlik” xulq-atvor tendensiyalari bo‘yicha tajriba guruhida (4,4), nazorat guruhida esa (5,2) ko‘rsatkichlar qayd qilindi. Demak, bu tendensiya o‘spirinlarning guruh va uning tashqarisida emotsional aloqalar o‘rnatishga intilishi, bu aloqalarning ko‘pincha samarali ekanligini tasdiqlaydi[5,7].

O‘spirinlarning xulq-atvoridagi “odamovilik” tendensiyasi tajriba guruhida (4,5) va nazorat guruhida esa (3,9) ko‘rsatkichlarni qayd qildi. Mazkur holatni ular orasidagi guruhda qabul qilingan normalar va xulq standartlari hamda qadriyatlarni qabul qilishdan o‘zini chetga olishi va guruhdan ajralishga moyilligi bilan izohlash mumkin.

“Kurash”ga tayyorlik” xulq-atvori omili tajriba guruhida (5,9) nazorat guruhida (6,5) ko‘rsatkichni qad qildi. Buni o‘spirinlardagi guruh hayotida faol ishtirok etishga bo‘lgan ishtiyoqi, shaxslararo o‘zaro munosabatlartlarda yanada yuqoriroq mavqega ega bo‘lishga intilishlari bilan izohlash mumkin[7].

O‘spirinlar xulq-atvoridagi “kurash”dan qochish omili tajriba guruhida (8,6) nazorat guruhida (7,3) ko‘rsatkichlarni qayd qildi. Mazkur holatni o‘spirinlarni o‘zaro aloqa, ta’sirlarni chetlab o‘tish, ziddiyat va bahslarda neytralitet (betaraflik) ni saqlab qolishga intilishi bilan izohlashimiz mumkin. Yuqorida keltirilgan guruhdagi xulq-atvor motivatsiyasini o‘rganish metodikasi o‘spirinlardagi fobiya holatlariga ta’sir etuvchi ijtimoiy-psixologik omillar bo‘lib, mazkur omillarni aniqlash va korreksiya qilishni talab etadi.

4-jadval

Guruhdagi xulq-atvor motivatsiyasini o‘rganish metodikasi ko‘rsatkichlari bo‘yicha

jinsiy tafovutlarning statistik tahlili (Styudent t mezoni)

Ko'rsatkichlar	Yigitlar (n=85)		Qizlar (n=125)		T	p
	O'rt. qiym.	St. og'ish	O'rt. qiym.	St. og'ish		
Qaramlik	10,48	3,16	12,37	2,63	-2,93	0,004
Mustaqillik	9,52	3,16	7,63	2,63	2,93	0,004
Muloqotmandlik	10,87	2,26	11,97	1,83	-2,39	0,019
Odamovilik	9,13	2,26	8,03	1,83	2,39	0,019
Kurashni qabul qilish	8,77	2,87	7,27	2,46	2,54	0,012
Kurashdan qochish	11,23	2,87	12,73	2,46	-2,54	0,012

Ma'lumotlar guruh a'zolari xulq-atvor motivatsiyasini o'rganish metodikasi ko'rsatkichlari bo'yicha jinsiy tafovutlarning statistik tahlili, qizlarda yigitlarga nisbatan munosabatlarni namoyon etishda qaramlik sifati kuchliroq ekanligini, yigitlarda esa mustaqillikka intilish va uni namoyon eta olish yaqqolroq namoyon bo'lishini ko'rsatmoqda. Muloqotmandlik va kommunikativlik esa ko'proq qizlarga xos bo'lib, odamovilik ko'proq yigitlarda uchrashi mumkinligi ham statistik ahamiyatli bog'liqlikni ko'rsatdi. Boshqa tomondan, kurashni qabul qilish sifati ko'proq yigitlarga xos bo'lib, qizlarda esa kurashdan qochish ko'proq gender xususiyat ekanligini namoyon etdi. Ammo kurashdan qochish motivatsiyasini yigitlarning anchagina qismi belgilagan, bu ularning xulqidagi boshqa sifatlar bilan ham bog'liq bo'lishini boshqa raqamlar bilan solishtirib tahlil qilishga harakat qilamiz. Chunki, bu holat individning o'z guruhini qanday idrok qilishiga ham bog'liq bo'lishi ehtimol.

5-jadval

“Psixologik salomatlik omillarining namoyon bo'lishi” metodikasi orqali o'spirinlardan olingan dastlabki statistik tahlillar (n=210)

№	Omillar	Tajriba guruhi		Nazorat guruhi	
		M	S	M	S
1	Depressivlik	6,1	1,3	5,9	1,7
2	Xavotirlik	4,7	1,1	4,4	1,3
3	Fobiyalar	7,8	1,2	7,1	1,3
4	Agressivlik	7,7	1,4	7,3	1,8
5	Obsessiv-Kompulsivlik	7,1	1,2	6,2	1,3
6	Somatizatsiya	6,9	0,9	7,1	1,0

Ushbu metodika bo'yicha olingan natijalar quyidagicha ko'rinishga ega bo'ldi. Tajriba va nazorat guruhlaridan olingan dastlabki statistik tahlillar shuni ko'rsatdiki, eng yuqori natijalar "fobiyalar" va "agressivlik" omillarida kuzatildi. O'spirinlarda fobiya holatlarining yuqori darajada bo'lishi bevosita ularni jamiyatga moslashish jarayonlariga o'z ta'sirini o'tkazadi. Bundan tashqari ijtimoiy tajribaning yetishmasligi, ijtimoiy ko'nikmalar, muayyan vaziyatda o'zini qanday tutish kerakligini bilmaslik ham ta'sir qilishi mumkin.

"Agressivlik" omilining yuqori bo'lishi o'spirinning sog'lom psixikaga xos bo'lgan atrofdagi voqelik bilan munosabatlarining ma'nosini aniqlashda ma'lum bir qiyinchiliklarni keltirib chiqaradi. Agressiya – kishilar o'rtasida kelishmovchilik oqibatida kelib chiqadigan vajohat holati sanalib, shaxslararo munosabatlarda yetakchi o'rinda turadi. Agar o'spirinlarda mazkur holatlar korreksiya qilinmasa, ularning ijtimoiy jarayonlarga moslashishi shunchalik qiyin kechadi[6,9].

"Obsessiv-kompulsivlik" omilida ham yuqori natijalar qayd etildi. "Obsessiv-kompulsiv" omil shaxs tomonidan doimiy, chidab bo'lmas va o'ziga begona bo'lgan fikrlar, impulslar va harakatlarga tegishliligi bilan xarakterlanadi. "Obsessiv-kompulsivlik" shkalasining yuqori bo'lishi boshqalarga nisbatan hissiy munosabatni, shaxslararo o'zaro ta'sirning darajasi, to'liqligi va normalligini pasayishiga zamin hozirlaydi.

"Somatizatsiya" mezonida ham natijalar yuqori ekanligini ko'rishimiz mumkin. Mazkur omil o'spirinlardagi psixosomatik kasalliklar darajasini aniqlashga xizmat qiladi. Ya'ni, tana disfunktsiyasi tuyg'usidan kelib chiqadigan qayg'uni aks ettiradi. Buzilishning tarkibiy qismlari, shuningdek, bosh og'rig'i, boshqa og'riqlar va umumiy mushaklarning noqulayligi va qo'shimcha ravishda tashvishning somatik ekvivalentlari kiradi.

"Depressivlik" omili o'spirinlarda yuqori bo'lishi disforiya va ta'sir belgilari, masalan, hayotga qiziqishning yetishmasligi, motivatsiya yetishmasligi va hayotiy energiyani yo'qotish belgilari bilan izohlanadi. Bundan tashqari, bunga umidsizlik hissi, o'z joniga qasd qilish haqidagi fikrlar va depressiyaning boshqa kognitiv va somatik korrelyatsiyalari kiradi. Albatta, o'spirinlarda ruhiy tushkunlik darajasi ularning ijtimoiy hayotidagi voqea-hodisalarga negativ ta'sir o'tkazmasdan qolmaydi. Demak, o'spirinlarda psixologik salomatlik omillarining namoyon bo'lishi darajalarini aniqlash orqali ularning jamiyatdagi xatti-harakatlari, o'zini tutishi, shaxslararo munosabatlarga kirishishlarida muhim omillardan sanaladi.

Tadqiqotimizning ikkinchi bosqichida ko'zlagan maqsadni amalga oshirish uchun "Shaxsning ijtimoiy qadriyatlarini diagnostika qilish metodikasi" dan foydalandik. Ushbu metodika aslida unchalik murakkab bo'lmay, amalda shaxsning ma'naviy qiyofasiga tegishli asosiy tarkibiy jihatlarni tashkil etuvchi xususiyatlar va yo'nalishni hamda affiliatsiyaning konativ (qadriyatlar tizimiga aloqador) funksiyasini aniqlashga imkon beradi.

6-jadval

Ijtimoiy qadriyatlarni o'rganish metodikasi ko'rsatgichlari bo'yicha jinsiy tafovutlarning statistik tahlili (Mann-Uitni U mezoni) (n=210)

Omillar	Ranglar o'rtachasi		Mann-Uitni	p
	Yigitlar (n=85)	Qizlar (n=125)		
Kasbiy	90,7	89,9	2726	0,935
Moliyaviy	91,7	86,2	2580	0,551
Oilaviy	88,0	99,5	2399,5	0,157
Ijtimoiy	93,1	81,1	2383,5	0,201
Jamoat	93,2	80,6	2363,5	0,179
Ma'naviy	82,4	119,7	1612	0,001
Jismoniy	93,9	78,4	2276	0,099
Aqliy	87,3	102,1	2295,5	0,113

O'spirinlarda ijtimoiy qadriyatlarni o'rganish metodikasi bo'yicha yigitlarda qizlarga nisbatan yuqori ko'rsatkichlar bilan farqlansada, ammo ijtimoiy qadriyatlarni o'rganish metodikasi ko'rsatkichlari bo'yicha jinsiy tafovutlarning statistik tahlili shuni ko'rsatdiki, o'spirin-qizlarda yigitlarga nisbatan ma'naviy qadriyatlar ustun ko'rsatkichlarga ega, bu holat ularning shaxsiy yo'nalganlikdagi hamda oila va nikoh masalalarida ko'pchiligi muqarrar turg'un tasavvurlarga egaligi hamda turmushga chiqqanliklari bilan izohlansa kerak. Yigitlarda esa kasbiy, jismoniy, ijtimoiy, moliyaviy qadriyatlar ustuvorligi statistik ahamiyatga molik bo'lganligi ko'rindi.

Yuqoridagi ikki metodika bo'yicha yoshlarning yuqori natijalari shu toifa respondentlarga o'z xohishlariga qarshi chiqish, boshqalar ehtiyojini inobatga olish kabi xususiyatlar begona emasligini isbotlaydi. Ayniqsa, yigitlarning aksariyati ijtimoiy yo'nalishlari bo'yicha do'stlar davrasiga ko'proq intilishi, ularning orasida hozir, aynan shu vaziyatlar doirasida aktual bo'lgan muhitni qadrlashi ma'lum bo'ldi.

Shu bois ham biz o'spirinlardagi guruhdagi xulq-atvor motivatsiyasini o'rganish hamda ijtimoiy qadriyatlarni o'rganish metodikalarining ko'rsatkichlari orasidagi korrelyatsiya koeffitsiyentlari bog'liq ekanligini ham solishtirib o'rgandik.

7-jadval

Guruhdagi xulq-atvor motivatsiyasini o'rganish hamda ijtimoiy qadriyatlarni o'rganish metodikalarining ko'rsatkichlari orasidagi korrelyatsiya koeffitsiyentlari (n=210)

Omillar	Qaram-lik	Mustaqillik	Muloqot-mandlik	Odam ovilik	Kurash-ni qabul qilish	Kurash-dan qochish
Kasbiy	-0,134	0,134	-0,062	0,062	0,155	-0,155

Moliyaviy	-0,162	0,162	-0,002	0,002	0,114	-0,114
Oilaviy	0,051	-0,051	-0,043	0,043	-0,223*	0,223*
Ijtimoiy	0,112	-0,112	-0,124	0,124	-0,003	0,003
Jamoat	0,013	-0,013	-0,247*	0,247*	0,002	-0,002
Ma'naviy	-0,001	0,001	-0,033	0,033	-0,001	0,001
Jismoniy	-0,01	0,01	-0,086	0,086	0,034	-0,034
Aqliy	0,169	-0,169	-0,086	0,086	-0,076	0,076

7-jadvaldagi ma'lumotlar yana bir karra jamoaviylikka intilish, guruh bilan birga bo'lish, unga nisbatan yuqori konformlilik sharoitida shaxsda odamovilik yuqoriroq bo'lishini, muloqotmandlik sifatleri kamroq namoyon bo'lishini ko'rsatdi. Shu bois ham bunday o'spirinlarni jamoat ishlariga jalb etish o'zini oqlaydi, chunki aslida baribir o'spirin odamlar bilan kirishishni istaydi, jamoat ishlari bilan shug'ullanuvchilarni qadrlaydi va ushbu qadriyatni ham belgilashga sabab bo'ladi, ushbu qadriyatni qadrlaydi. Kurashni qabul qiluvchilar, ya'ni karyeristlar oilaviy qadriyatlarni unchalik qadrlashmaydi, kurashdan qochuvchilar esa buning teskarisi oilaviy qadriyatlarni qadrlashadi. Bu holatlar statistik ahamiyatli ma'lumotlardan kelib chiqdi.

Shunday qilib, o'spirinlarda ijtimoiy fobiyalarning namoyon bo'lishida shaxslardagi ma'naviy qiyofasi va dunyoqarashining shakllanishi kabi bir qator ijtimoiy - psixologik omillar bilan uzviy aloqada bo'lib, ular orasida oila, yaqin insonlar va oilaviy qadriyatlar, tengqurlar jamoasi va birinchi navbatda kursdoshlari guruhi muhiti muhim shakllantiruvchi ahamiyatga egadir.

O'spirinlarda ijtimoiy fobiyaning korreksiyalashga oid psixoprofilaktik, psixodiagnostik va psixokorreksion ishlarni muvaffaqiyatli amalga oshirishda muhim ahamiyat kasb etadi. Shu boisdan, psixologik xizmat ko'rsatish tizimi tashkil etilgan va ushbu tizim hali tashkil etilmagan o'spirinlar guruhlaridagi o'ziga xos shaxslilik hamda emotsional-irodaviy xususiyatlarining namoyon etilishi bilan bog'liq dinamik o'zgarishlar o'rganildi.

Psixologlarning fikricha, affekt emostional taraqqiyotning eng past darajasi va fobiyaga sabab bo'luvchi omil hisoblanadi. Affekt biror vaziyatga bog'liqligi bilan xarakterlanadi (har doim qo'zg'atuvchidan keyin boshlanadi), qisqa vaqtli va yorqin tashqi ifodalanuvchi. Bu yoshdagi bolalarda affekt ovutib bo'lmaydigan darajadagi yig'i yoki kulgi, qattiq qo'rquv, ya'ni fobiya bilan ifodalanadi. Ko'pincha bunaqa xulq boshlangan ishni oxiriga yetkazmaslik, topshirilgan ishni bajarishni xohlamaslik bilan birga namoyon bo'ladi. Salbiy affektiv kechinma xulqning unga muvofiq shakllarini yuzaga keltiradi: gap ko'tarolmaslik, tajanglik, qaysarlik, negativizm, ko'pchilikka aralashmaslik va emostional befarqlik. Bolani affekt holatidan hech nima chiqara olmaydi, yalinib yolvorish, nasihat, kattalar e'tibori ham ta'sir qilmaydi. Shuni e'tiborga olishimiz lozimki, emostional taraqqiyotning buzilishi va bola xulqidagi qiyinchiliklar psixik kasallik emas, balki normal holatdan chetga og'ish xolos[10].

O'spirinlik davrida yuzaga keladigan qo'rquv va xavotirlanish holatlarining

kechishi, ularning kelib chiqish sabablari va sharoitlarini o'rganish o'spirinlik davri krizislarini, o'zlashtirish bilan bog'liq muammolarning, turli noxush hodisalarning, suistidal holatlarning oldini olishda katta yordam beradi hamda bu holat o'spirinlar bilan amalga oshiriladigan profilaktik va korreksion ishlarning samaradorligini belgilaydi.

Oliy ta'lim muassasalarida tahsil olayotgan talabalarni ijtimoiy fobiya xususiyatlarini va unga ta'sir etuvchi ijtimoiy-psixologik xususiyatlarni o'rganish maqsadida biz tomonimizdan ishlab chiqilgan ijtimoiy-psixologik treninglar Buxoro, Qarshi davlat universitetlari hamda Navoiy davlat pedagogika institutlarida tahsil olayotgan umumiy hisobda 210 nafar talabalar ishtirokida o'tkazildi. Biz ularni 2 guruhga ya'ni, tajriba va nazorat guruhlariga bo'lib o'rgandik. Tajriba guruhida 100 nafar, nazorat guruhida esa, 110 nafar talaba tanlab olindi. Psixologik trening dasturlari ma'lum darajadagi psixologik qonun-qoidalar asosida tuzilgan bo'lib, ular psixokorreksion mashg'ulotlar, individual va guruhviy suhbatlar asosida olib borildi va quyidagicha empirik natijalar qayd qilindi.

8-jadval

“Psixologik salomatlik omillarining namoyon bo'lishi” metodikasi orqali o'spirinlardan olingan qiyosiy-statistik tahlil natijalari (n=210)

№	Omillar	Tajriba guruhi		p	Nazorat guruhi		p
		n ₁ =100			n ₂ =110		
		M1	M2		M1	M2	
1	Depressivlik	6,1	3,4	0,005	5,9	5,2	0,023
2	Xavotirlik	4,7	2,9	0,005	4,4	4,1	0,072
3	Fobiya	7,8	3,7	0,000	7,1	6,9	0,023
4	Agrssivlik	7,7	2,3	0,000	7,3	7,1	0,054
5	Obsessiv-Kompulsivlik	7,1	5,1	0,005	6,2	5,8	0,033
6	Somatizatsiya	6,9	5,9	0,012	7,1	6,7	0,022

Psixologik salomatlik omillarining namoyon bo'lishi metodikasi orqali o'spirinlardan olingan qiyosiy-statistik tahlil natijalariga to'xtaladigan bo'lsak, bunda eng yuqori statisti farq “Fobiya” omilida kuzatildi (ishonchlilik darajasi p=0,000). Mazkur omil bo'yicha o'spirinlarda eksperimentdan oldin 7,8 o'rtacha qiymatni tashkil qilgan bo'lsa, eksperimentdan keyin 3,7 qiymat aniqlandi. Nazorat guruhida esa “fobiya” omili bo'yicha ishonchli sezilarli darajadagi statistik farq kuzatilmadi (7,1 va 6,9). Bu esa o'spirinlardagi ijtimoiy munosabatlarda jamiyatga moslashish jarayonlari, ijtimoiy ko'nikmalar, muayyan vaziyatda o'zini qanday tutish kabi sifatlarni shakllanganligidan dalolat beradi[11].

Metodikaning “agressivlik” omili bo'yicha tajriba guruhida eksperimentdan oldin

7,7 o'rtacha qiymatni tashkil qilgan bo'lsa, eksperimentdan keyin 2,3 qiymat ko'rsatdi (ishonchlilik darajasi $p=0,000$). Bundan ko'rinadiki, o'spirinlarning shaxslararo munosabatlaridagi o'zini-o'zi nazorat qilish darajasi, o'zaro insonlarni tushunish tendensiyalari ijobiy tomonga o'zgargani bilan izohlanadi. Mazkur omil bo'yicha nazorat guruhida ishonchli statistik farqlar kuzatilmadi.

Navbatdagi “depressivlik”, “xavotirlik” hamda “obsessiv-kompulsivlik” omillarida ham sezilarli farqlar mavjudligini ko'rishimiz mumkin. Bu esa o'spirinlarda turli xil vaziyatlar, o'zidan qoniqish, hayotga qiziqishning yetishmasligi, hayotiy energiyani yo'qotish kabi negativ holatlarni, boshqalarga nisbatan hissiy munosabatni, shaxslararo o'zaro ta'sirning darajasi, to'liqligi va normalligini kabi ijobiy xususiyatlarni shakllanligini anglatadi. Nazorat obyektlarida olingan natijalar mazkur omil ko'rsatkichlari orasidagi tafovutlar deyarli farq qilmasligini asoslanadi.

“Somatizatsiya” omili bo'yicha esa har ikkala guruhda ishonchli statistik tafovutlar kuzatilmadi. Olingan ushbu ma'lumotlar tanlangan tajriba guruhlaridagi o'spirinlarning emotsional holatlarining namoyon etilishiga oid ko'rsatkichlarning yuqori darajada ekanligi va shu bilan birgalikda uzluksiz ravishda olib borilgan tadqiqotimizning samarali ekanligini yana bir bor tasdiqladi. Demak, mazkur empirik ma'lumotlar o'spirinlardagi ijtimoiy fobiyaga ta'sir etuvchi omillarni korreksiyalashga oid dasturlarning samaradorligi haqida tegishli ilmiy-amaliy xulosalar chiqarish imkonini berdi.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR:

1. Kozimova, N. A. (2023). Bugungi ta'lim tizimida zamonaviy o'quvchi shaxsining ijtimoiy va psixologik jihatlari. *Educational Research in Universal Sciences*, 2(10), 44-46.V
2. Kozimova, N. (2023). Use of hadiths as therapy in studying the problems of raising children of parents applying for psychological consultation. *Modern Science and Research*, 2(9), 61-63.
3. Kozimova, N. A. (2023). Bugungi ta'lim tizimida o'quvchi-yoshlarni zamonaviy kasblarga yo'naltirish va kasb-hunar tanlashning ijtimoiy va psixologik jihatlari. *PEDAGOG*, 6(5), 739-741.
4. Kozimova, N. A., & Ulug'ova, S. M. (2023). Zamonaviy psixologik konsultatsiya, uning turlari va unga murojaat qilish sabablari. *Scientific Impulse*, 1(6), 1679-1682.
5. Elov Z.S. O'smirlarda suitsidga moyillikni korreksiyalashning psixologik mexanizmlari. Avtoreferat 2023 y.
6. Narziyeva, S. (2023). PSYCHOLOGICAL VIEWS ON THE CHOICE OF PROFESSION. *Modern Science and Research*, 2(10), 333-336.

7. Z.M.Maxmuddova, Z.S.Elov, L.Ya.Olimov DEVIANT XULQ-ATVOR PSIXLOGIYASI. DARSLIK. “Kamolot nashriyoti”. 2022.
8. Elov Z.S. Deviant xulq-atvorli o’smirlar shaxsida ruhiy-jinsiy buzilishlar ijtimoiy psixologik muammo sifatida//Ta’lim va innovatsion tadqiqotlar xalqaro ilmiy metodik jurnal.–Buxoro: 2023. – №/7
9. Элов З.С. Ўсмир шахсида деликвент ахлоқ – девиант хулқ-атвор шакли сифатида// Та’лим ва innovatsion tadqiqotlar xalqaro ilmiy metodik jurnal. –Buxoro: 2023. – №/6, – В. 376-378.
10. Элов З.С. Девиант хулқ-атворли ўсмирларда суицидал ахлоқ психологияси//Та’лим ва innovatsion tadqiqotlar xalqaro ilmiy metodik jurnal. – Buxoro: 2023. – №/3, – В. 313-318.
11. Элов З.С. Девиант хулқ-атворли ўсмирлар томонидан содир этилаётган ноқонуний хатти-ҳаракатларнинг психологик сабаблари// Та’лим ва innovatsion tadqiqotlar xalqaro ilmiy metodik jurnal. –Buxoro: 2023. – №/2, – В. 292-296.
12. Элов З.С. Девиант хулқ-атворли ўсмирлар орасида суицидал ахлоқ тушунчаси ва илмий таҳлиллар. //Педагогик психологик тадқиқотлар (Илмий амалий журнал). Январь 2023 №1. 170-178.
13. Ikromova, S. A. (2024). BASICS OF PSYCHOLOGICAL SERVICES. *PEDAGOG*, 7(5), 670-676.
14. Akbarovna, I. S. (2024). THE IMPORTANCE OF PEDAGOGICAL MANAGEMENT IN EDUCATION. *PSIXOLOGIYA VA SOTSIOLOGIYA ILMIY JURNALI*, 2(4), 40-46.
15. Akbarovna, I. S. (2024). PSIXOLOGIK XIZMAT ASOSLARI. *PSIXOLOGIYA VA SOTSIOLOGIYA ILMIY JURNALI*, 2(4), 54-60.
16. Akbarovna, I. S. (2024). STAGES OF PSYCHOLOGICAL CONSULTATION. *PEDAGOG*, 7(4), 328-334.
17. Икромова, С. А. (2023). ФАКТОРЫ ФОРМИРОВАНИЯ ИММУНИТЕТА К ДЕСТРУКТИВНЫМ ИДЕЯМ У ПОДРОСТКОВ. *European research*, (3 (81)), 47-49.
18. Ikromova, S. (2024). PEDAGOGIK TEXNOLOGIYA SHAKLLARI VA MAZMUNI. *Multidisciplinary Journal of Science and Technology*, 4(3), 918-924.
19. Ikromova, S. (2024). FORMS AND CONTENT OF PEDAGOGICAL TECHNOLOGY. *Multidisciplinary Journal of Science and Technology*, 4(3), 933-939.
20. Akbarovna, I. S. (2024). MASTERING THE BASICS OF PEDAGOGICAL SKILLS. *Multidisciplinary Journal of Science and Technology*, 4(3), 882-887.
21. Akbarovna, I. S. (2024). PEDAGOGIK MAHORAT ASOSLARINI O'ZLASHTIRISH. *Multidisciplinary Journal of Science and Technology*, 4(3), 888-893.
22. Akbarovna, I. S. (2024). THE IMPORTANCE OF FORMING MATHEMATICAL CONCEPTS. *Multidisciplinary Journal of Science and Technology*, 4(3), 912-917.

23. Akbarovna, I. S. (2024). **MATEMATIK TUSHUNCHALARNI SHAKLLANISHINING AHAMIYATI.** *Multidisciplinary Journal of Science and Technology*, 4(3), 900-905.
24. Икромова, С. А. (2024). **ЭТАПЫ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ КОНСУЛЬТАЦИИ.** *Multidisciplinary Journal of Science and Technology*, 4(3), 875-881.
25. Akbarovna, I. S. (2024). **PSIXOLOGIK MASLAHAT BOSQICHLARI.** *Multidisciplinary Journal of Science and Technology*, 4(3), 860-866.
26. Akbarovna, I. S. (2024, April). **BOSHLANG'ICH SINFLARDA SINFDAN TASHQARI MASHG 'ULOTLAR.** In *International conference on multidisciplinary science* (Vol. 2, No. 4, pp. 27-32).
27. Akbarovna, I. S. (2024, April). **BOSHLANG'ICH TA'LIMDA TA'LIM MASALASI.** In *International conference on multidisciplinary science* (Vol. 2, No. 4, pp. 21-26).
28. Jalolov, T. S. (2024). **ANALYSIS OF PSYCHOLOGICAL DATA USING SPSS PROGRAM.** *Multidisciplinary Journal of Science and Technology*, 4(4), 477-482.
29. Jalolov, T. S. (2024). **ИЗУЧЕНИЕ МАТЕМАТИЧЕСКИХ БИБЛИОТЕК PYTHON: ПОДРОБНОЕ РУКОВОДСТВО.** *MASTERS*, 2(5), 48-54.
30. Jalolov, T. S. (2024). **ВАЖНОСТЬ АНГЛИЙСКОГО ЯЗЫКА В ПРОГРАММИРОВАНИИ.** *MASTERS*, 2(5), 55-61.
31. Jalolov, T. S. (2024). **РАЗВИТИЕ ТВОРЧЕСКОГО МЫШЛЕНИЯ УЧАЩИХСЯ МЛАДШИХ КЛАССОВ С ПОМОЩЬЮ МУЛЬТИМЕДИЙНЫХ ТЕХНОЛОГИЙ.** *MASTERS*, 2(5), 40-47.
32. Sadriddinovich, J. T. (2024). **BASICS OF PSYCHOLOGICAL SERVICE.** *PSIXOLOGIYA VA SOTSIOLOGIYA ILMIY JURNALI*, 2(4), 61-67.
33. Jalolov, T. S. (2024). **SPSS DASTURI FOYDALANISHDA PSIXOLOGIK MA'LUMOTLARNI TAHLILI.** *Multidisciplinary Journal of Science and Technology*, 4(4), 463-469.
34. Жалолов, Т. (2023). **Использование математических методов в психологических данных (с использованием программного обеспечения SPSS).** *in Library*, 4(4), 359-363.
35. JALOLOV, T., FAYZIEV, S., & USMONOV, A. **“AQLLI ISSIQXONA” BOSHQARISH TIZIMINI MODELLASHTIRISH VA TADQIQ QILISH.**