

TALABA YOSHLAR ORASIDA IJTIMOIIY XAVOTIRNING GENDER XUSUSIYATLARI

Odinayeva Shohsanam Shamsiddin Qizi,
University of Business and Science Toshkent filiali o'qituvchisi
odinayevashoxsanam8@gmail.com

Annotatsiya. Mazkur maqolada talaba yoshlar orasida ijtimoiy xavotirning gender xususiyatlari psixologik jihatdan tahlil qilinadi. Ijtimoiy xavotir shaxsning boshqa insonlar tomonidan baholanishidan qo'rqishi, tanqid yoki rad etilish ehtimoli tufayli yuzaga keladigan emotsional-psixologik holat sifatida talqin etiladi. Tadqiqot davomida talabalarning ijtimoiy xavotir darajasi psixologik metodlar yordamida o'rganildi hamda erkak va ayol talabalar o'rtasidagi farqlar aniqlashga harakat qilindi. Tadqiqot natijalari shuni ko'rsatdiki, ijtimoiy xavotir darajasi ayol talabalarda erkak talabalarga nisbatan yuqoriroq darajada namoyon bo'ladi. Bu holat emotsional sezgirlik darajasi, ijtimoiy stereotiplarning ta'siri hamda shaxslararo munosabatlarga nisbatan yuqori sezgirlik bilan izohlanadi. Tadqiqot natijalari ta'lim muassasalarida psixologik xizmat faoliyatini takomillashtirish hamda talabalarda ijtimoiy moslashuv jarayonini rivojlantirishda muhim ahamiyat kasb etadi.

Kalit so'zlar: ijtimoiy xavotir, gender xususiyatlari, talaba yoshlar, emotsional holat, psixologik moslashuv, shaxslararo munosabat, ijtimoiy psixologiya.

Аннотация. В данной статье анализируются гендерные особенности социальной тревожности среди студентов. Социальная тревожность рассматривается как эмоционально-психологическое состояние, возникающее в ситуациях социального взаимодействия, когда человек испытывает страх оценки со стороны окружающих. В исследовании были изучены уровни социальной тревожности у студентов с использованием психологических методов, а также выявлены различия между мужчинами и женщинами. Результаты исследования показали, что уровень социальной тревожности у студенток выше, чем у студентов. Это связано с эмоциональной чувствительностью, влиянием социальных стереотипов и особенностями межличностных отношений. Полученные результаты могут быть использованы для совершенствования психологической помощи студентам в образовательных учреждениях.

Ключевые слова: социальная тревожность, гендерные особенности, студенты, эмоциональное состояние, межличностные отношения, социальная психология.

Abstract. This article examines the gender characteristics of social anxiety among university students. Social anxiety is defined as an emotional and psychological state that arises in social situations when a person fears being evaluated by others. The study explored the level of social anxiety among students using psychological research methods and identified differences between male and female participants. The findings indicate that female students demonstrate higher levels of social anxiety compared to male students. This difference may be explained by emotional sensitivity, the influence of social stereotypes, and the importance of interpersonal relationships. The results of the study can be useful for improving psychological services and supporting students' social adaptation in educational institutions.

Keywords: social anxiety, gender characteristics, students, emotional state, interpersonal relations, social psychology.

Kirish. Zamonaviy psixologiya fanida shaxsning emotsional va ijtimoiy holatlarini o'rganish muhim ilmiy yo'nalishlardan biri hisoblanadi. Ayniqsa yoshlar orasida uchraydigan psixologik muammolarni tahlil qilish, ularning kelib chiqish sabablarini

aniqlash va ularni bartaraf etish yo‘llarini ishlab chiqish bugungi kunda dolzarb vazifalardan biridir. Talabalik davri inson hayotida muhim rivojlanish bosqichi bo‘lib, ushbu davrda shaxs ijtimoiy, kasbiy va shaxsiy jihatdan shakllanadi. Shu sababli bu davrda shaxsning emotsional barqarorligi va ijtimoiy moslashuvi muhim ahamiyat kasb etadi.

Har bir inson ongida biologik jins va ijtimoiy rol shunchalik birlashtirilganki, uning barcha harakatlari go‘yo oldindan belgilangan ko‘rinadi: psixologik fazilatlar, faoliyati, ayol va erkak kasblari hamda xatti-harakatlari bunga misol bo‘la oladi. Kishilarning biologik farqi ijtimoiy tafovut belgisi sifatida namoyon bo‘lib, ijtimoiy makonda shaxsni belgilash va o‘z taqdirini shakllantirishning muhim asosiga aylanadi. Moddiy va ma‘naviy qadriyatlarni o‘zlashtirgan shaxs shu madaniyatning faol ishtirokchisiga aylanadi. Erkaklar va ayollarning xulq-atvoridagi farqlar, asosan, ularning ijtimoiylashuvi va ma‘lum jins bilan identifikatsiyalanishi jarayonida shakllanadi. Shu bilan birga, o‘zini erkak yoki ayol sifatida mos keladigan xarakter xususiyatlariga ega deb idrok etish, dunyoga mashhur genetik Richard Lewontinning fikriga ko‘ra, birinchi navbatda bolalik davrida qaysi jinsga bog‘liqligiga asoslanadi. Olimning ta‘kidlashicha, biologik farqlar ijtimoiy rollarni farqlashning bevosita sababi emas, balki signal vazifasini bajaradi. Ushbu farqlar ayollik va erkaklikning ijtimoiy xatti-harakat namunalarida namoyon bo‘ladi: ayollik ko‘pincha introversiya, qaramlik va sentimentallik bilan bog‘liq bo‘lsa, erkaklik odatda mustaqillik, o‘ziga ishonganlik va faol ekstroversiya bilan xarakterlanadi.[1]

Ijtimoiy xavotir shaxsning ijtimoiy vaziyatlarda boshqa insonlar tomonidan baholanishidan qo‘rqishi bilan bog‘liq psixologik holat hisoblanadi. Bunday holat jamoa oldida nutq so‘zlash, yangi odamlar bilan tanishish, muhokamalarda ishtirok etish yoki o‘z fikrini ochiq ifodalash jarayonida namoyon bo‘lishi mumkin. Ijtimoiy xavotir yuqori bo‘lgan shaxslar ko‘pincha ijtimoiy vaziyatlardan qochishga harakat qiladi, bu esa ularning shaxsiy rivojlanishi va ijtimoiy faoliyatiga salbiy ta‘sir ko‘rsatishi mumkin.

Psixologiya fanida ijtimoiy xavotir muammosi ko‘plab olimlar tomonidan o‘rganilgan. Xorijiy tadqiqotchilar orasida D. Myers, P. Zimbardo, M. Leary kabi olimlar ijtimoiy xavotirning psixologik mexanizmlari va uning shaxs rivojlanishiga ta‘sirini o‘rganishgan. O‘zbek psixologlari orasida esa E. G‘oziyev, V. Karimova, B. Qodirov, Z. Nishonova, Sh. Do‘stmuhamedova kabi olimlar shaxs psixologiyasi, emotsional jarayonlar hamda yoshlar psixologiyasiga oid muhim ilmiy tadqiqotlar olib borganlar.

Ijtimoiy xavotirning shakllanishida biologik, psixologik va ijtimoiy omillar muhim rol o‘ynaydi. Shu bilan birga gender omili ham muhim ahamiyatga ega. Gender tushunchasi erkak va ayollarning jamiyatdagi ijtimoiy rollari, xulq-atvori va psixologik

xususiyatlarini ifodalaydi. Turli madaniyatlarda erkaklar va ayollarga nisbatan turli ijtimoiy talablar qo‘yilishi natijasida ularning emotsional reaksiyalari ham turlicha shakllanishi mumkin. Bu gender xususiyatlar turli mamlakatlarda turlicha namoyon bo‘ladi. Sababi madaniyatlarga borib taqaladi. Sharq mamlakatlarida ayol-qizlarimizda ijtimoiy xavotir kuchliroq atrofda gilarining gap so‘zlari muhim sanalib kelingan.

Mazkur tadqiqotning asosiy maqsadi talaba yoshlar orasida ijtimoiy xavotirning gender xususiyatlarini aniqlash va ushbu muammoning psixologik jihatlarini ilmiy asosda tahlil qilishdan iborat.

Tadqiqot metodologiyasi. Mazkur tadqiqot oliy ta‘lim muassasalarida tahsil olayotgan talaba yoshlar orasida amalga oshirildi. Tadqiqot jarayoniga turli fakultetlarda ta‘lim olayotgan talabalar jalb etilib, tanlanma reprezentativligini ta‘minlashga alohida e‘tibor qaratildi. Tadqiqotning asosiy maqsadi talabalarda ijtimoiy xavotir darajasini aniqlash hamda erkak va ayol talabalar o‘rtasidagi psixologik farqlarni ilmiy asosda tahlil qilishdan iborat bo‘ldi.

Tadqiqotni amalga oshirishda bir qator ilmiy metodlardan kompleks tarzda foydalanildi. Jumladan, **psixologik test metodi** orqali talabalarning ijtimoiy xavotir darajasi diagnostika qilindi. Mazkur metod talabalarning turli ijtimoiy vaziyatlarda yuzaga keladigan emotsional reaksiyalarini aniqlash va ularning ichki psixologik holatini baholash imkonini berdi.

Shuningdek, **kuzatish metodi** tadqiqotning muhim tarkibiy qismi sifatida qo‘llanildi. Ushbu metod yordamida talabalarning auditoriya sharoitidagi xulq-atvori, jamoa oldida nutq so‘zlash jarayoni, hamda guruh muhokamalarida ishtirok etish jarayonidagi emotsional holatlari tizimli ravishda kuzatildi. Olingan kuzatuv natijalari ijtimoiy xavotirning tashqi namoyon bo‘lish shakllarini aniqlash va ularni tahlil qilish imkonini berdi.

Bundan tashqari, **suhbat metodi** orqali talabalarning ijtimoiy vaziyatlarga nisbatan subyektiv munosabati o‘rganildi. Individual va guruh shaklida o‘tkazilgan suhbatlar davomida talabalarning jamoa oldida nutq so‘zlashga bo‘lgan munosabati, yangi ijtimoiy muhitga moslashish jarayonidagi hayajon darajasi, hamda o‘z fikrini erkin va ochiq ifodalashdagi psixologik to‘siqlar aniqlashtirildi.

Tadqiqot uch bosqichda tashkil etildi:

Nazariy bosqich – muammo bo‘yicha ilmiy adabiyotlar tahlil qilinib, tadqiqotning metodologik asoslari belgilandi.

Empirik bosqich – psixodiagnostik testlar, kuzatish va suhbatlar orqali amaliy ma‘lumotlar yig‘ildi.

Tahliliy bosqich – olingan natijalar statistik va sifat jihatdan tahlil qilinib, umumlashtirildi.

Tadqiqot natijalari tahlili

O‘tkazilgan empirik tadqiqot natijalari shuni ko‘rsatdiki, talaba yoshlar orasida ijtimoiy xavotir darajasi turli ko‘rinishlarda va turli intensivlikda namoyon bo‘ladi. Xususan, ayrim talabalar ijtimoiy vaziyatlarda, jumladan, jamoa oldida nutq so‘zlash yoki guruh muhokamalarida ishtirok etish jarayonida o‘zlarini erkin va ishonchli tutishlari kuzatilgan bo‘lsa, boshqa bir qism talabalar ushbu vaziyatlarda sezilarli darajada psixologik noqulaylik va hayajon holatini boshdan kechirishlari aniqlangan.

Kuzatish metodlari orqali olingan natijalar tahlili shuni ko‘rsatdiki, ayol talabalar auditoriya oldida nutq so‘zlash jarayonida ijtimoiy xavotirning tashqi belgilarini nisbatan yaqqolroq namoyon etadilar. Jumladan, nutq davomida ovoz ohangining o‘zgarishi, nutq tezligining pasayishi, fikrni ifodalashda ikkilanish hamda umumiy ishonchsizlik alomatlari kuzatilgan. Ushbu holatlar ayol talabalarda emotsional sezgirlikning yuqoriligi bilan izohlanishi mumkin.

Erkak talabalar faoliyatida esa ijtimoiy xavotirning tashqi ifodalanishi nisbatan kamroq darajada kuzatilgan. Biroq suhbat metodlari natijalari ayrim erkak talabalarda ham jamoa oldida nutq so‘zlash, yangi ijtimoiy muhitga moslashish jarayonida ichki hayajon va xavotir mavjudligini ko‘rsatdi. Bu holat ijtimoiy xavotirning erkaklarda ko‘proq yashirin yoki ichki kechinmalar shaklida namoyon bo‘lishi mumkinligini anglatadi.

Tadqiqot natijalarini umumlashtirish asosida shuni ta’kidlash mumkinki, ijtimoiy xavotir har ikkala jins vakillarida ham uchraydi, biroq uning namoyon bo‘lish darajasi va shakllari o‘ziga xos farqlarga ega. Statistik va sifat tahlillari ayol talabalarda ijtimoiy xavotir darajasi erkak talabalarga nisbatan yuqoriroq ekanligini ko‘rsatdi.

Muhokama. Olingan tadqiqot natijalari ijtimoiy xavotirning gender xususiyatlari mavjudligini tasdiqlaydi. Xususan, ayol talabalarda ijtimoiy xavotir darajasining nisbatan yuqoriroq ekanligi bir qator psixologik va ijtimoiy omillar bilan izohlanadi.

Birinchiidan, ayollarda emotsional sezgirlik darajasining yuqoriroq bo‘lishi ijtimoiy vaziyatlarga nisbatan kuchliroq psixologik reaksiyalarni yuzaga keltirishi mumkin. Ushbu holat ularning boshqalarning fikri va bahosiga nisbatan sezgirligini oshiradi. Natijada ayol talabalar ijtimoiy muhitda o‘zlarini qanday namoyon etayotgani va atrofdagilar tomonidan qanday qabul qilinayotgani haqida ko‘proq qayg‘urishlari kuzatiladi.

Ikkinchiidan, jamiyatda shakllangan gender stereotiplari ham ijtimoiy xavotir darajasiga sezilarli ta’sir ko‘rsatadi. An’anaviy qarashlarga ko‘ra, ayollardan kamtarlik, ehtiyotkorlik va muloyimlik kabi xususiyatlar talab etiladi. Mazkur ijtimoiy kutishlar ularning jamoa oldida erkin va faol fikr bildirishiga ma’lum darajada psixologik to‘siqlarni yuzaga keltirishi mumkin.

Uchinchiidan, shaxslararo munosabatlarning subyektiv ahamiyati ham muhim omillardan biri sifatida namoyon bo‘ladi. Tadqiqot natijalari shuni ko‘rsatadiki, ayol

talabalar uchun ijtimoiy aloqalar va interpersonal munosabatlar yuqori qadriyatga ega. Shu bois ular atrofdagilar tomonidan beriladigan baho va munosabatlarga nisbatan ko‘proq e‘tibor qaratadilar, bu esa o‘z navbatida ijtimoiy xavotir darajasining ortishiga olib kelishi mumkin.

Shunday qilib, ijtimoiy xavotirning gender jihatlari biologik, psixologik hamda ijtimoiy omillarning o‘zaro ta’siri natijasida shakllanishi aniqlanadi. Mazkur holat talaba yoshlar bilan ishlashda gender xususiyatlarini inobatga olgan holda differensial yondashuvlarni ishlab chiqish zarurligini ko‘rsatadi.

Xulosa va amaliy tavsiyalar. O‘tkazilgan tadqiqot natijalari ijtimoiy xavotir talaba yoshlar orasida keng tarqalgan psixologik hodisalardan biri ekanligini ko‘rsatdi. Mazkur holatning shakllanishi va namoyon bo‘lishida gender xususiyatlari muhim omil sifatida namoyon bo‘lishi aniqlandi.

Empirik tahlillar natijasida ayol talabalarda ijtimoiy xavotir darajasining erkak talabalarga nisbatan yuqoriroq ekanligi kuzatildi. Ushbu farqlar, avvalo, emotsional sezgirlik darajasining yuqoriligi, jamiyatda shakllangan gender stereotiplarining ta’siri hamda shaxslararo munosabatlarning subyektiv ahamiyati bilan izohlanadi. Shu bilan birga, erkak talabalarda ijtimoiy xavotir ko‘proq yashirin, ichki kechinmalar shaklida namoyon bo‘lishi mumkinligi ham qayd etildi.

Mazkur natijalar asosida ta’lim muassasalarida psixologik xizmat faoliyatini takomillashtirish zarurligi asoslandi. Xususan, talabalar bilan ishlash jarayonida gender xususiyatlarini inobatga olgan holda differensial yondashuvlarni qo‘llash muhim ahamiyat kasb etadi. Ijtimoiy xavotirni kamaytirishga qaratilgan psixologik treninglar, kommunikativ ko‘nikmalarni rivojlantirish dasturlari hamda individual va guruhiy psixologik maslahatlar tizimli ravishda tashkil etilishi maqsadga muvofiqdir.

Jamiyatni ijtimoiy tashkil etish-bu funktsional jihatdan bir-biri bilan bog‘liq bo‘lgan maqom va rollar tizimi. Hozirgi vaqtda jamiyat shaxs madaniyatiga, shu jumladan oliy ma’lumotli mutaxassisning shaxsiga talab qo‘yadi. N.B.Krilovning so‘zlariga ko‘ra, ta’lim jarayonida madaniyat me’yorlarini o‘zlashtirish haqiqiy ziyolilarning shakllanishiga hissa qo‘shadigan axloqiy muhitni yaratadi. Inson madaniyatini shakllantirish (erkaklar va ayollar) individuallikni boyitishning murakkab jarayoni bo‘lib, unda shaxsiy madaniyatni shakllantirish va intellektual fazilatlarni shakllantirish o‘zaro bog‘liqdir. Aql-idrok ayol va erkakning ijtimoiy xulq-atvorini tavsiflaydi, ularning aql-zakovati, axloqiy va estetik yetukligi darajasini ko‘rsatadi [2].

Aql-idrok inson ta’limining turli tomonlarini, dunyoqarashni, odamlarning o‘zaro munosabati va o‘zaro tushunishni ta’minlaydigan ma’lum g‘oyalar, qadriyatlarga rioya qilishni birlashtiradi. Shu munosabat bilan oliy ta’limning vazifasi ishdagi professionallikni yuqori umumiy madaniyat, aloqa va xulq-atvor madaniyati, ilmiy

mehnat madaniyati, dunyoqarash, siyosiy, axloqiy va boshqalar bilan birlashtira oladigan mutaxassisni tayyorlashdir [3].

Shuningdek, kelgusida ijtimoiy xavotirni chuqurroq o‘rganish, uning oldini olish va kamaytirishga qaratilgan innovatsion psixologik metodlarni ishlab chiqish ilmiy va amaliy jihatdan dolzarb vazifa bo‘lib qoladi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro‘yxati:

1. <https://inlibrary.uz/index.php/zitdmrt/article/view/5175/5347>.
2. Крылова, Н.Б. Формирование культуры будущего специалиста [Текст]: метод, пособие / Н.Б. Крылова. - М.: Высш. шк., 2010. - 142 с.
3. “Ta’lim va innovatsion tadqiqotlar” jurnali, 2023-yil 12-son, 405-406-betlar.
4. American Psychiatric Association. Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders (DSM-5). – Washington, DC: APA, 2013.
5. Stefan G. Hofmann, Patricia M. DiBartolo. Social Anxiety: Clinical, Developmental, and Social Perspectives. – 2nd ed. – London: Academic Press, 2014.
6. Mark R. Leary, Robin M. Kowalski. Social Anxiety. – New York: Guilford Press, 2016.
7. World Health Organization. Mental Health Action Plan 2013–2020. – Geneva: WHO, 2013.
8. O‘zbekiston Respublikasi Oliy va o‘rta maxsus ta’lim vazirligi. Talaba yoshlar psixologik salomatligini ta’minlash bo‘yicha me’yoriy-uslubiy hujjatlar. – Toshkent, 2020.
9. O‘zbekiston Respublikasi Sog‘liqni saqlash vazirligi. Ruhiiy salomatlikni mustahkamlash va psixologik xizmatni rivojlantirish bo‘yicha metodik tavsiyalar. – Toshkent, 2021.
10. Sh. Sodiqov. Talaba yoshlar psixologiyasi va ijtimoiy moslashuv muammolari. – Toshkent: Fan, 2018.
11. N. Jo‘rayev. Ta’lim jarayonida shaxslararo munosabatlar va psixologik omillar. – Toshkent: O‘qituvchi, 2019.