

ТАЛАБА-ҚИЗЛАРДА ЁЛГИЗЛИК ҲИССИНИНГ ПСИХОЛОГИК ХУСУСИЯТЛАРИ

Толибаева Фарида Қошқарбаевна

Бердақ номидаги Қорақолпоқ давлат университети психология магистранти.

<https://doi.org/10.5281/zenodo.19708756>

Аннотация. Мазкур мақолада олий таълим муассасаларида таҳсил олаётган талаба-қизларда ёлғизлик ҳиссининг психологик хусусиятлари назарий ва эмпирик жиҳатдан ўрганилди. Ёлғизлик ҳиссининг моҳияти, унинг ижтимоий ва эмоционал шакллари илмий манбалар асосида таҳлил қилинди. Эмпирик тадқиқотда талаба-қизларда ёлғизлик ҳиссининг намоён бўлиш даражасини аниқлаш мақсадида С.Г. Корчагиннинг “Ёлғизлик сўровномаси” қўлланилди. Тадқиқот натижалари ёлғизлик ҳиссининг турли даражада намоён бўлишини кўрсатиб, унинг шахс эмоционал ҳолати ва ижтимоий муносабатлари билан боғлиқлигини тасдиқлади.

Калит сўзлар: ёлғизлик ҳисси, талаба-қизлар, субъектив ёлғизлик, психодиагностика, С.Г. Корчагин методикаси.

Аннотация. В данной статье теоретически и эмпирически исследуются психологические особенности чувства одиночества у студентов высших образовательных учреждений. Раскрывается сущность одиночества, а также анализируются его социальные и эмоциональные формы на основе научных источников. В эмпирическом исследовании для определения уровня проявления чувства одиночества у студентов была использована методика «Опросник одиночества» С. Г. Корчагина. Результаты исследования показали различную степень выраженности одиночества и подтвердили его связь с эмоциональным состоянием личности и социальными взаимоотношениями.

Ключевые слова: чувство одиночества, студентки, субъективное одиночество, психодиагностика, методика С. Г. Корчагина.

Abstract. This article presents a theoretical and empirical study of the psychological characteristics of loneliness among female students in higher education institutions. The essence of loneliness, as well as its social and emotional forms, are analyzed based on scientific sources.

In the empirical part of the study, S. G. Korchagin's "Loneliness Questionnaire" was used to determine the level of loneliness among female students. The results revealed varying degrees of loneliness and confirmed its relationship with individuals' emotional states and social interactions.

Keywords: loneliness, female students, subjective loneliness, psychodiagnostics, S. G. Korchagin's methodology.

Ўзбекистон Республикаси Президентининг 2020 йил 2 мартдаги ПФ-5953-сонли Фармониға мувофиқ, хотин-қизларнинг олий таълим муассасаларида таҳсил олиши учун кенг имкониятлар яратилмоқда.

Жумладан, эҳтиёжманд оилалардаги қизлар учун қўшимча давлат грантлари, имтиёзли таълим кредитлари ва махсус тавсияномалар жорий этилди.[7]

Бу мамлакатимизда хотин-қизларнинг жамият ҳаётидаги ўрни ва аҳамияти юксак эканлигининг яна бир тасдиғидир.

Ҳозирги глобаллашув ва ижтимоий ўзгаришлар шароитида ёшлар, айниқса талаба-қизлар орасида ёлғизлик ҳиссининг кучайиши долзарб психологик муаммолардан бири ҳисобланади. Талабалик даври шахс ривожланишининг муҳим босқичи бўлиб, бу даврда ижтимоий муносабатлар, шахслараро мулоқот ва эмоционал барқарорлик алоҳида аҳамият касб этади.

Ёлғизлик ҳисси узоқ муддат давом этганда хавотир, тушкунлик, ўз-ўзини паст баҳолаш каби салбий ҳолатларни келтириб чиқариши мумкин.[9] Шу боис, талаба-қизларда ёлғизлик ҳиссини илмий асосда ўрганиш муҳим вазифалардан бири ҳисобланади.

Ёлғизлик “Ўзбек тили изоҳли луғати”да “ўзи билан ўзи бўлишлик, яккалик, танҳолик” сифатида таърифланади.[8] Илмий адабиётларда эса ёлғизлик инсоннинг бошқа одамлардан ҳақиқий ёки хаёлий коммуникатив изоляция шароитида бўлган ҳолати ва субъектив кечинмаси сифатида талқин этилади. Кўп ҳолларда ёлғизлик тушунчаси салбий мазмунга эга бўлади.

Ёлғизлик ҳақида коплаб олимлар өз қарашларини билдириб өткан. Мисол учун, Ёлғизлик ҳақида Н.Бердяев шундай ёзади: "Ёлғизлик - бу зиддият. Ёлғизлик фожиадир". "Ёлғизлик орқали шахс туғилади" [1]. Олим образ "мен"и тушунчасининг ўзи бизга ёлғиз эканлигимизни билдириши, бу унинг асосий муаммоси эканлигини айтади [2].

Психологик аспектдан олиб қараганда, "ёлғизлик - бу дўстона муносабатларга эга бўлиш истаги билан боғлиқ бўлган, вақти-вақти билан юзага келадиган ташвиш ва зўриқишнинг ўткир кечинмасидир" [3].

К.Роджерс (1994) ўз асарларида ёлғизликнинг икки турини ажратиб кўрсатади.

Биринчиси - инсоннинг ўзидан, ўз тажрибасидан, ўз организми фаолиятидан бегоналашуви. Бу организмнинг ривожланиши ва ўз-ўзини сақлашга ёрдам берадиган стимулларни идрок этиш ёки ўзлаштиришнинг бузилиши натижасидир. Иккинчиси, бошқа одамлар билан ўзаро муносабатларни ёки инсоннинг ўзини физиологик ва психологик даражада қабул қилиши (қабул қилмаслиги) ни баҳолашдир.[4]

Психологияда ёлғизликнинг ягона таърифи ва унинг пайдо бўлиш сабаблари йўқ.[5]Ж. Зилбург, ёлғизликни таҳлил қилишнинг қуйидаги назарий ёндашувларини ажратиб кўрсатади:

Патология, унинг сабабларини эрта ота-она ва бола муносабатларида излаш керак (Ж. Силбург, Х. ФРОМ. Салливан, Ф. Фромм-Рейхман);

Феноменологик — бошқа одамлардан рад этишни кутишга жавобан юзага келадиган тажриба (К. Рожерс);

Экзистенциал — инсоннинг ижодий ҳолати (К. Э. Мустакалар);

Социологик — замонавий жамиятни тавсифловчи меъёрий ҳодиса (Ф. ВА. Слатер, Д. Рисман);

Ёлғизликнинг замонавий маҳаллий тадқиқотлари уни ижтимоий, ижтимоий-психологик ҳодиса сифатида кўриб чиқади.[6] Ёлғизликни келтириб чиқарадиган бир қатор психологик омиллар мавжуд. Мисол учун, бу ўзини паст баҳолаш бўлиши мумкин, бу танқид қилишдан кўриқиб, бошқа одамлар билан алоқа қилишдан қочишга олиб келади.

Ёмон мулоқот қобилиятлари ҳам ёлғизликни келтириб чиқаради.

Шахслараро қобилиятлари суи ривожланган, муносабатлардаги муваффақиятсизликдан қўрқиб ёки психологик қарамликка тушиб қолишдан паст ижтимоийлашувга эга бўлган одамлар кўпинча ёлғизликни қидиради. Водопянова фикрича, аёлларда ёлғизлик тажрибаси уларнинг ўтмишидан норозилик ва келажакдаги бахтли ҳаётидаги ноаниқлик билан боғлиқ.[7]

Ёлғизлик ҳисси узок вақт давом этганда шахсда хавотир, тушкунлик, ўз-ўзини паст баҳолаш каби салбий ҳолатларни келтириб чиқариши мумкин. Шу сабабли талаба-қизларда ёлғизлик ҳиссини илмий асосда ўрганиш ва унинг даражасини аниқлаш муҳим вазифалардан бири ҳисобланади. Тадқиқотда Бердақ номидаги Қорақолпоқ давлат университети Чет тиллари факультети талаба қизлари иштрок етди.

Методика онлайн шаклда <https://qmu-psixologik.uz/> сайти орқали олинди ва жами чет тиллари факультетининг 110 талаба-қиз қатнашти. Тадқиқот жараёнида қуйидаги психодиагностик методикалардан фойдаланилди: С.Г. Корчагиннинг “Ёлғизлик сўровномаси” — шахсда ёлғизлик ҳолатининг мавжудлиги ва унинг ифодаланиш даражасини аниқлаш мақсадида қўлланилди. Тест 12 саволдан иборат бўлип натижалар қуйдагича даржаларга ажратилади: 12-16 балл (нормал даража). 17-27 балл (енгил).

28-38 балл (орта) ва 39-48 балл (оғир).

С.Г. Корчагиннинг “Ёлғизлик сўровномаси” натижалари жадвал (1-жадвал) кўринишида берилган.

1-жадвал

12-16 балл (нормал даража)	17-27 балл (енгил)	28-38 балл (орта)	39-48 балл (оғир)
2,7%	87%	8,1%	1,8%

С.Г. Корчагиннинг “Ёлғизлик сўровномаси” натижалари 1-расмда диаграмма шаклида берилган.

1-расм



Тадқиқот натижаларига кўра, жами қатнашган қизларнинг 2,7% ида ёлғизлик даражаси нормал ҳолда. 96 та талабада енгил даражадаги ёлғизлик мавжуд. 8,1% респондентларимизда орта даражадаги ёлғизлик борлиги аниқланган бўлса, 2 та талабада оғир даражадаги ёлғизликни сезинаётгани малум бўлди. Олинган маълумотлар ёлғизлик ҳисси шахснинг эмоционал ҳолатига салбий таъсир кўрсатиши мумкинлигини тасдиқлайди.

Айниқса, ижтимоий қўллаб-қувватлаш етарли бўлмаган ҳолларда ёлғизлик ҳисси кучайиши аниқланди. Тадқиқот натижалари шуни кўрсатдики, талаба-қизларда ёлғизлик ҳисси психологик жиҳатдан муҳим муаммо ҳисобланади. Ёлғизликнинг субъектив ҳис қилиниши шахснинг эмоционал барқарорлигига таъсир кўрсатади. Шу боис, олий таълим муассасаларида талаба-қизлар билан профилактик ва психокоррекцион ишлар олиб бориш, психологик қўллаб-қувватлашни кучайтириш мақсадга мувофиқдир.

Фойдаланилган адабиётлар

1. Бердяев Н. Я и мир объектов. Опыт философии одиночества и общения. Париж. – 1934, С. 211
2. Абульханова - Славская К.А. Стратегии жизни. — М.: Мысль, 1991. – 289 с
3. Бильгильдеева Т.Ю., Крюкова Т.Л. О возрастных аспектах копинг-поведения // Личность и общество: актуальные проблемы современной психологии. – Кострома, 2000. – С. 82
4. Гордеева Т.О., Осин Е.Н., Рассказова Е.А. и др. Диагностика копинг-стратегий: адаптация опросника СОРЕ. В кн.: Психология стресса и совладающего поведения в современном российском обществе. Материалы II Международной научно-практической конференции. Под ред. Т.Л. Крюковой, М.В. Сапоровской, С.А. Хазовой. Кострома. 2010. - С. 195 – 197
5. Перлман Д., Пепло Л. Э. Теоретические подходы к одиночеству // Лабиринты одиночества. М.: Прогресс, 1989 — 152-167-бет.
6. Старовойтова Л. И. Одиночество: социально-философский анализ: автореф. дис. канд. филос. наук, М., 1995
7. <https://lex.uz/>
8. <https://izoh.uz/word/yolg%E2%80%98izlik>
9. <https://uz.wikipedia.org/wiki/Yolg%CA%BBizlik>