



No7
2025

- 13.00.00 Pedagogika fanlari
- 13.00.01 Pedagogika nazariyasi. Pedagogik ta'limotlar tarixi
- 13.00.02 Ta'lim va tarbiya nazariyasi va metodikasi (sohalar bo'yicha)
- 13.00.03 Maxsus pedagogika
- 13.00.04 Jismoniy tarbiya va sport mashg'ulotlari nazariyasi va metodikasi
- 13.00.05 Kasb-hunar ta'limi nazariyasi va metodikasi
- 13.00.06 Elektron ta'lim nazariyasi va metodikasi (ta'lim sohaları va bosqichlari bo'yicha)
- 13.00.07 Ta'limda menejment
- 13.00.08 Maktabgacha ta'lim va tarbiya nazariyasi va metodikasi
- 13.00.09 Ijtimoiy pedagogika
- 07.00.00 Tarix fanlari
- 19.00.00 Psixologiya fanlari
- 01.00.00 Fizika-matematika fanlari
- 02.00.00 Kimyo fanlari
- 03.00.00 Biologiya fanlari
- 09.00.00 Falsafa fanlari
- 10.00.00 Filologiya fanlari
- 11.00.00 Geografiya fanlari

M

AKTABGACHA VA AKTAB TA'LIMI

Pedagogika, psixologiya fanlariga ixtisoslashgan ilmiy jurnal



BOSH MUHARRIR:

UMAROVA H.O'. – O'zbekiston Respublikasi Maktabgacha va maktab ta'limi vazirligi

BOSH MUHARRIR O'RINBOSARI:

Karimova E'zoza Gapiirjanovna – Nizomiy nomidagi O'zbekiston milliy pedagogika universiteti rektori

Ibragimova Gulsanam Ne'matovna – Pedagogika fanlari doktori, professor

TAHRIRIYAT KENGASHI A'ZOLARI

Ibragimov X.I. – pedagogika fanlari doktori, akademik

Shoumarov G'.B. – psixologiya fanlari doktori, akademik

Umarova H.O'. – O'zbekiston Respublikasi Maktabgacha va maktab ta'limi vaziri

Qirg'izboyev A.K. – Tarix fanlari doktori, professor

Jamoldinova O.R. – pedagogika fanlari doktori, professor

Sharipov Sh.S. – pedagogika fanlari doktori, professor

Shermuhhammadov B.Sh. – pedagogika fanlari doktori, professor

Ma'murov B.B. – pedagogika fanlari doktori, professor

Madraximova F.R. – pedagogika fanlari doktori, professor

Kalonov M.B. – iqtisodiyot fanlari doktori, professor

Nabiyev D.X. – iqtisodiyot fanlari doktori, professor

Qo'ldoshev Q.M. – iqtisodiyot fanlari doktori, professor

Ikramxanova F.I. – filologiya fanlari doktori, professor

Ismagilova F.S. – psixologiya fanlari doktori, professor (Rossiya)

Stoyuxina N.Yu. – psixologiya fanlari nomzodi, dotsent (Rossiya)

Magauova A.S. – pedagogika fanlari doktori, professor (Qozog'iston)

Rejep O'zyurek – psixologiya fanlari doktori, professor (Turkiya)

Wookyu Cha – Koreya milliy ta'lim universiteti rektori (Koreya)

Polonnikov A.A. – psixologiya fanlari nomzodi, dotsent (Belarus)

Baybayeva M.X. – pedagogika fanlari doktori, professor

Muxsiyeva A.T. – pedagogika fanlari doktori, professor

Aliyev B. – falsafa fanlari doktori professor

G'afurov D.O. – falsafa fanlari doktori (PhD)

Shomurodov R.T. – iqtisodiyot fanlari nomzodi (PhD), dotsent

Mirzayeva F. O. – pedagogika fanlari bo'yicha falsafa doktori (PhD), dotsent

Jalilova S.X. – psixologiya fanlari nomzodi (PhD), dotsent

Bafayev M.M. – psixologiya fanlari bo'yicha falsafa doktori (PhD), dotsent

Usmonova D.I. – Samarqand iqtisodiyot va servis institute dotsenti

Saifnazarov I. – falsafa fanlari doktori, professor

Nematov Sh.E. – pedagogika fanlari nomzodi (PhD)

Tillashayxova X.A. – psixologiya fanlari nomzodi (PhD), dotsent

Yuldasheva F.I. – pedagogika fanlari bo'yicha falsafa doktori (PhD), dotsent

Doniyorov S. M. – “Yangi O'zbekiston” va “Pravda Vostoka” gazetlari tahririyati DM bosh muharriri, O'zbekiston Respublikasida xizmat ko'rsatgan jurnalist, filologiya fanlari nomzodi (PhD)

Yuldasheva D.B. – filologiya fanlari bo'yicha falsafa (PhD) doktori, dotsent

Tangriyev A.T. – Toshkent davlat iqtisodiyot universiteti kafedra professori

Ashurov R.R. – psixologiya fanlari bo'yicha falsafa doktori (PhD)

Panjiyev M.A. – Qashqadaryo viloyati Maktabgacha va maktab ta'limi boshqarmasi boshlig'ining birinchi o'rinbosari

Xudayberganov N.A. – Xorazm Ma'mun akademiyasi Tabiiy fanlar bo'limining katta ilmiy xodimi, biologiya fanlari bo'yicha falsafa doktori (PhD)

Muassis: “Tadbirkor va ishbilarmon” MChJ

Hamkorlarimiz: O'zbekiston Respublikasi Maktabgacha va maktab ta'limi vazirligi, O'zbekiston milliy pedagogika universiteti

EDITOR-IN-CHIEF:

Umarova H.O'. – Minister of Preschool and School Education of the Republic of Uzbekistan

DEPUTY EDITOR-IN-CHIEF:

Karimova E'zoza Gapirzhanovna – Rector of the Nizami National Pedagogical University of Uzbekistan

Ibragimova Gulsanam Ne'matovna – Doctor of Pedagogical Sciences, Professor

EDITORIAL BOARD MEMBERS:

Ibragimov X.I. – Doctor of Pedagogical Sciences, Academician

Shoumarov G'. B. – Doctor of Psychological Sciences, Academician

Umarova H.O'. – Minister of Preschool and School Education of the Republic of Uzbekistan

Qirg'izboyev A.K. – Doctor of Historical Sciences, Professor

Jamoldinova O.R. – Doctor of Pedagogical Sciences, Professor

Sharipov Sh.S. – Doctor of Pedagogical Sciences, Professor

Shermuhomdov B.Sh. – Doctor of Pedagogical Sciences, Professor

Ma'murov B.B. – Doctor of Pedagogical Sciences, Professor

Madraximova F.R. – Doctor of Pedagogical Sciences, Professor

Kalonov M.B. – Doctor of Economic Sciences, Professor

Nabiyev D.X. – Doctor of Economic Sciences, Professor

Koldoshev K.M. – Doctor of Economic Sciences, Professor

Ikramxanova F.I. – Doctor of Philological Sciences, Professor

Ismagilova F.S. – Doctor of Psychological Sciences, Professor (Russia)

Stoyuxina N.Yu. – Candidate of Psychological Sciences (PhD), Associate Professor (Russia)

Magauova A.S. – Doctor of Pedagogical Sciences, Professor (Kazakhstan)

Rejep O'zyurek – Doctor of Psychological Sciences, Professor (Turkey)

Wookyu Cha – President of the National University of Education, Korea (South Korea)

Polonnikov A.A. – Candidate of Psychological Sciences (PhD), Associate Professor (Belarus)

Baybayeva M.X. – Doctor of Pedagogical Sciences, Professor

Muxsiyeva A.T. – Doctor of Pedagogical Sciences, Professor

Aliyev B. – Doctor of Philosophy, Professor

Gafurov D.O. – Doctor of Philosophy (PhD)

Shomurodov R.T. – Candidate of Economic Sciences (PhD), Associate Professor

Mirzayeva F.O. – Doctor of Philosophy in Pedagogical Sciences (PhD), Associate Professor

Jalilova S.X. – Candidate of Psychological Sciences (PhD), Associate Professor

Bafayev M.M. – Doctor of Philosophy in Psychological Sciences (PhD), Associate Professor

Usmonova D.I. – Associate Professor, Samarkand Institute of Economics and Service

Saifnazarov I. – Doctor of Philosophy, Professor

Nematov Sh.E. – Candidate of Pedagogical Sciences (PhD)

Tillashayxova X.A. – Candidate of Psychological Sciences (PhD), Associate Professor

Yuldasheva F.I. – Doctor of Philosophy in Pedagogical Sciences (PhD), Associate Professor

Doniyorov S. M. – Editor-in-Chief of the Editorial Board of the newspapers "Yangi Uzbekiston" and "Pravda Vostoka", Honored Journalist of the Republic of Uzbekistan, Candidate of Philological Sciences (PhD)

Yuldasheva D.B. – Doctor of Philosophy (PhD) in Philological Sciences, Associate Professor

Tangriyev A.T. – is a Professor of Toshkent State University of Economics

Ashurov R.R. – Doctor of Philosophy (PhD) in Psychology

Panjiyev M.A. – First Deputy Head of the Department of Preschool and School Education of the Kashkadarya Region

Khudaiberganov N.A. – Senior Researcher of the Department of Natural Sciences of the Khorezm Mamun Academy, Doctor of Philosophy (PhD) in Biological Sciences

"Maktabgacha va maktab ta'limi" jurnali O'zbekiston Respublikasi Oliy attestatsiya komissiyasining quyidagi qarorlariga asosan pedagogika va psixologiya fanlari bo'yicha falsafa doktori (PhD) hamda fan doktori (DSc) ilmiy darajasiga talabgorlarning dissertatsiyalaridagi asosiy ilmiy natijalarni chop etish uchun milliy ilmiy nashrlar ro'yxatiga kiritilgan:

Pedagogika fanlari bo'yicha; OAK Kengashi tavsiyasi (26.08.2024-y , №11-05-4381/01) asosida:

- Ekspert kengashi (29.10.2024-y , №10)
- Rayosat qarori (31.10.2024-y , №363/5)

Psixologiya fanlari bo'yicha: Toshkent davlat pedagogika universiteti murojaatiga asosan OAK tavsiyasi (24.04.2025-y , №11-05-2566/01):

- Ekspert kengashi (25.05.2025-y , №10)
- Rayosat qarori (08.05.2025-y , №370/5)

"Maktabgacha va maktab ta'limi" jurnali

26.06.2023-yildan

O'zbekiston Respublikasi Prezidenti Administratsiyasi huzuridagi Axborot va ommaviy kommunikatsiyalar agentligi tomonidan **№C-5669245** reyestr raqami tartibi bo'yicha ro'yxatdan o'tkazilgan.

Litsenziya raqami: **№136361**



MUNDARIJA

HAYOTIY MAZMUNNI MO'LJALGA OLISH TALABALIK DAVRIDA HAYOTIY QADRIYATLARNI BELGILOVCHI MEZON SIFATIDA.....	10
Xayrullaeva Zebiniso Toxirovna	
OITS BILAN KASALLANGAN BEMORLARNING IJTIMOY-PSIXOLOGIK HOLATI DIAGNOSTIKASI.....	14
Rajabova Umida Ubaydulloyevna	
O'SMIRLARDA YOLG'IZLIK HISSINING IFODALANISHI:IJTIMOY-PSIXOLOGIK TAHLIL.....	20
Yuldasheva Mahliyo Bahtiyorovna	

O'SMIRLARDA YOLG'IZLIK HISSINING IFODALANISHI: IJTIMOIY-PSIXOLOGIK TAHLIL

Yuldasheva Mahliyo Bahtiyorovna

Farg'ona davlat universiteti

"Psixologiya" kafedrasi dotsenti v.b., (PhD)

ORCID: 0000-0002-4624-7039



Annotatsiya. Mazkur maqolada o'smirlik davrida kuzatiladigan yolg'izlik hissining ijtimoiy-psixologik xususiyatlari tahlil qilingan. Yolg'izlik — bu shaxsda ijtimoiy munosabatlarning yetishmasligi yoki mavjud munosabatlardan qoniqmaslik natijasida yuzaga keladigan murakkab psixologik holat bo'lib, ayniqsa o'sish, o'zini anglash va mustaqillikka intilish bosqichidagi yoshlar uchun dolzarb muammo hisoblanadi. Tadqiqotda yolg'izlik hissining shakllanishiga ta'sir etuvchi omillar psixologik diagnostika yordamida o'rganilgan hamda natijalar asosida yolg'izlik darajalari psixik salomatlik va moslashuvchanlikka ta'siri tahlil qilingan. Tadqiqot natijalari asosida yolg'izlikni oldini olish va unga qarshi kurashish bo'yicha psixoprofilaktik hamda korreksion tavsiyalar ishlab chiqilgan.

Kalit so'zlar: o'smirlik davri; yolg'izlik; emotsional sezgirlik; geteroxronlik; individual farqlar.

Abstract. This article examines the socio-psychological characteristics of loneliness among adolescents. Loneliness is a complex psychological state arising from a lack of social relationships or dissatisfaction with existing ones. It is a pressing issue during adolescence, a period marked by growth, self-discovery, and the pursuit of independence. Based on psychological diagnostics, the study investigates factors influencing the development of loneliness in adolescence and analyzes its impact on mental health and adaptability. Psychoprophylactic and corrective recommendations for addressing loneliness have been formulated in light of the findings.

Key words: adolescence; loneliness; emotional sensitivity; heterochrony; individual differences.

Аннотация. В статье проанализированы социально-психологические особенности чувства одиночества у подростков. Одиночество представляет собой сложное психологическое состояние, возникающее в результате нехватки социальных взаимоотношений или неудовлетворённости существующими связями, и является актуальной проблемой для молодежи в период роста, самопознания и стремления к независимости. В исследовании на основе психологической диагностики изучены факторы, влияющие на формирование чувства одиночества в подростковом возрасте, а также проанализировано влияние уровня одиночества на психическое здоровье и адаптивность. На основе полученных результатов разработаны психопрофилактические и коррекционные рекомендации по преодолению одиночества.

Ключевые слова: подростковый возраст; одиночество; эмоциональная чувствительность; гетерохронность; индивидуальные различия.

KIRISH

O'smirlik davri inson hayotining murakkab va mas'uliyatli bosqichlaridan biridir. Bu davrda individuallik

shakllanadi, ijtimoiy rollarga moslashish, mustaqillik va o'z-o'zini anglash jarayonlari kuchayadi. O'smirlar ichki dunyosi, jamiyatdagi o'rni va o'ziga hamda atrofdagilarga bo'lgan munosabatlari ustida jiddiy o'ylay boshlaydi. Shu bilan birga, bu psixologik jihatdan nozik bosqich bo'lib, hissiy ziddiyatlar, o'zini tushunmaslik va ijtimoiy moslashuvdagi qiyinchiliklar, xususan, yolg'izlik hissining ortishi bilan kechadi [3].

Yolg'izlik — bu faqat tashqi ijtimoiy aloqalarning yo'qligi emas, balki mavjud munosabatlardan ichki qoniqishning pasayishi, o'zini tushunarsiz va begona his qilish holatidir. O'smirlar ushbu hissiy holatni boshdan kechirganda, bu ularning ruhiy salomatligiga, o'quv motivatsiyasiga, shaxslararo munosabatlarga va hatto kelajakdagi ijtimoiy moslashuviga jiddiy ta'sir ko'rsatadi. So'nggi yillarda olib borilgan tadqiqotlar shuni ko'rsatdiki, o'smirlar orasida ijtimoiy izolyatsiya, muloqotga bo'lgan ehtiyojning yetarlicha qondirilmasligi va emotsional qo'llab-quvvatlashning sustligi sababli yolg'izlik kuchaygan.

Shuning uchun o'smirlik davrida yolg'izlik hissining ifodalanish usullari, unga ta'sir etuvchi omillar, psixologik oqibatlar va unga qarshi samarali kurashish yo'llarini o'rganish ilmiy va amaliy jihatdan dolzarbdir. O'smirlar orasida yolg'izlik darajasi, shakllanish sabablari, ijtimoiy-psixologik determinantlari va bu hissiyotning shaxsiy rivojlanishga ta'siri empirik tadqiqotlar asosida tahlil qilinishi hamda muammoni oldini olish va korreksiya qilish bo'yicha takliflar ishlab chiqilishi muhimdir.

O'smirlik davri — shaxs rivojlanishida keskin o'zgarishlar, ichki qarama-qarshiliklar va mustaqil hayotga tayyorgarlik bosqichi. Bu davrda o'smirlar o'z "Men"ini anglash, atrof-muhitda o'z o'rnini topish va ijtimoiy munosabatlarga faol kirib borishga intiladi. Shu bilan birga, o'zgaruvchan emotsional fon, oila va jamiyat bilan munosabatlardagi ziddiyatlar hamda o'rtoqlik munosabatlaridagi noaniqliklar ko'plab o'smirlarda yolg'izlik hissini kuchayishiga sabab bo'ladi.

Zamonaviy jamiyatda texnologiyalarning keng tarqalishi, virtual muloqotning ortishi, oilaviy va maktab muhitidagi psixologik qo'llab-quvvatlashning yetishmasligi o'smirlarning real ijtimoiy aloqalarini zaiflashtirib, ularning ichki izolyatsiyasini oshirmoqda. Yolg'izlik hissi esa o'smirlarning ruhiy holatiga, o'quv motivatsiyasiga, shaxslararo munosabatlarga salbiy ta'sir etib, depressiv holatlar, ijtimoiy cheklanish va o'z-o'ziga baho tushib ketishiga olib kelishi mumkin. Ayniqsa, pandemiya va post-pandemiya davrida kuchaygan psixologik bosim fonida bu muammo yanada dolzarb tus olmoqda.

Shu bois, o'smirlarda yolg'izlik hissining paydo bo'lish sabablari, ularning psixologik portreti va bu holatga qarshi samarali profilaktik hamda korreksion yondoshuvlarni ishlab chiqish bugungi kunda dolzarb ilmiy-amaliy vazifa hisoblanadi.

MAVZUGA OID ADABIYOTLAR SHARHI

O'zbek olimlari ham yolg'izlik masalasiga e'tibor qaratgan. Jumladan, V.M. Karimova shaxslararo muomalarning shaxs taraqqiyotidagi o'rni bo'yicha olib borgan tadqiqotlarida yolg'izlik va muloqot yetishmasligi odamda muvozanatsizlik, hissiyotga beriluvchanlik, hadiksirash, xavotir, o'ziga ishonchsizlik va tashvish hisslarini keltirib chiqarishini tahlil qilgan [1]. G'.B. Shoumarov, N.A. Sog'inov, U.D. Qodirov, B.M. Umarov, G.Q. To'laganova va T.G. Sulaymanova izlanishlarida asosan bolalik va o'smirlik davridagi psixik xususiyatlar, deviant xulq-atvor, xarakter aksentuatsiyasi, suitsid, o'zini baholash va nazorat qilish muammolari bilan bog'liq yolg'izlik hissi o'rganilgan [5, 7]. A.B. Sabirova esa ontogeneznining oxirgi bosqichlarida subyektivlik va emotsional sohaning o'ziga xos xususiyatlarini yolg'izlik bilan bog'lab tahlil qilgan [11]. N.Z. Rasulova qayta nikohga kirish motivatsiyasini ijtimoiy va etnopsixologik jihatdan o'rganishda "ikkinchi nikoh" motivi sifatida yolg'izlikdan qutulish omilini aniqlagan [4]. N.Sh. Mullaboyevaning tadqiqotlari o'smirlarda yolg'izlikni anglashni kognitiv komponent, salbiy hissiy kechinmalarni emotsional komponent va deprivatsion omil hamda begonalashish muammolarini ijtimoiy komponent sifatida ko'rib chiqishga qaratilgan [2]. Shuningdek, bizning boshqa tadqiqotimizda talabalarda yolg'izlik hissining ijtimoiy-psixologik determinantlari aniqlangan [8].

Xorijiy olimlar orasida D. Rassel, K. Rodjers, D. Yang, K. Boumen, É. Dyurkgeym, R. Merton, A. Maslou, D. Rismen, A.D. Yelyakov, A. Kamyu, J. Lipovetskiy, É. Fromm, V. Veys, K. Solano, R. Fridmen, Y.D. Babayeva, S. Grof, É. Klyaynenberg, G. Zilburg, F. Fromm-Reyxman, G.S. Sallivan, K. Mustakas, B. Miyuskovich, L.E. Pepla, U. Sadler, S.N. Solovyev, N.A. Berdyayev, Ye.N. Trubetskiy, I.A. Ilin, D. Flanders, D. Bernshteyn va Ye. Roy kabi olimlar yolg'izlik fenomenini yoshlarda zarur ijtimoiy ko'nikmalarning yetishmasligi nuqtai nazaridan talqin qilganlar [6, 10].

XX asrning 90-yillaridan boshlab Mustaqil Davlatlar Hamdo'stligi mamlakatlaridagi psixologlar — A.A. Artamonova, S.A. Vetrov, T.I. Golman, O.B. Dolginova, S.V. Kurtiyan, D.A. Mateyev, Ye.V. Neumoyeva, A.V. Nechayev, J.V. Puzanova, V.A. Sakutin, S.G. Trubnikova, G.R. Shagivaleyeva, L.A. Pyankova va

Ye.N. Zavorotnix ham yolg'izlik hissini turli kontekstlarda o'rganishga qaratilgan ko'plab ilmiy ishlar olib boranlar [8].

TADQIQOT METODOLOGIYASI

Mazkur tadqiqot o'smir yoshdagi shaxslarning yolg'izlik hissini qanday kechirayotgani hamda bu hissiyotning psixologik va ijtimoiy omillar bilan bog'liqligini aniqlashga qaratilgan bo'lib, empirik va nazariy yondashuvlar uyg'unligida olib borildi. Natijada tadqiqot maqsadi va vazifalari belgilandi.

Tadqiqot maqsadi: O'smirlarda yolg'izlik hissining ifodalanish darajasini aniqlash va uning shaxsiy rivojlanishga ta'sirini baholash.

Tadqiqot vazifalari

O'smirlar orasida yolg'izlik hissining darajasini aniqlash;

Yolg'izlik hissi bilan ijtimoiy moslashuv hamda emotsional holat o'rtasidagi bog'liqlikni tahlil qilish;

Psixoprofilaktik va korreksion tavsiyalar ishlab chiqish.

Tadqiqot obyekti

Farg'ona shahridagi 6-umumiy o'rta ta'lim maktabi va Toshloq tumani 24-umumiy o'rta ta'lim maktabidagi 122 nafar 13–15 yoshdagi o'smir maktab o'quvchilari.

Tadqiqot predmeti

O'smirlarda yolg'izlik hissining ifodalanish darajasi.

Metodologiya

Tadqiqotda S.G. Korchagina "Yolg'izlikni his qilish darajasi" metodikasi qo'llandi [9].

Tadqiqot bosqichlari

Tayyorlov bosqichi – metodikani tanlash va respondentlar bilan tanishtirish;

Diagnostic bosqich – psixologik test hamda suhbat o'tkazish;

Tahliliy bosqich – yig'ilgan ma'lumotlarni statistik va sifatli tahlil qilish;

Tavsiya bosqichi – asosiy xulosalar asosida profilaktik va korreksion tavsiyalar ishlab chiqish.

TAHLIL VA NATIJALAR

Tahliliy sharhlar metodika bo'yicha olingan natijalarga tayangan holda taqdim etiladi.

1-jadval

"Yolg'izlikni his qilish darajasi" metodikasi natijalari
(jinsiy tafovut bo'yicha)

Shkala	Jins	N	M	Std.og'ish	T	P
Yolg'izlik	o'g'il	24	25,42	6,72	-1,361	0,176
	qiz	98	26,83	3,86		

Jadval ma'lumotlariga ko'ra, o'smir-yigitlar va o'smir-qizlar o'rtasida yolg'izlikni his qilish darajasida statistik jihatdan sezilarli farq aniqlanmadi. Biroq, o'smir-qizlarning o'rtacha balli o'smir-yigitlarga nisbatan biroz yuqoriroq chiqqan. Bu holat o'smir-qizlarning emotsional sezgirligi, ijtimoiy bog'liqlikka bo'lgan ehtiyoji yoki munosabatlardagi ishonch hissi bilan izohlanishi mumkin. Shuningdek, bu natija o'smir-qizlarning do'stlikka va emotsional yaqinlikka bo'lgan ehtiyoji kuchliroq ekanligini, o'z hissiyotlarini tan olish va ifoda etishga moyilligini ko'rsatadi.

O'smir-yigitlarda o'rtacha ball pastroq bo'lishiga qaramay, standart og'ish yuqori (6,72) ekanligi ularning ichki holatida xilma-xillik — ya'ni ba'zilar yolg'izlikni juda kuchli his qilarkan, boshqalari deyarli umuman sezmas ekanligini — tasdiqlaydi.

Xulosa qilib aytganda, jinslar bo'yicha sezilarli farq mavjud emas. O'smir-qizlar biroz yuqoriroq o'rtacha ball ko'rsatgan bo'lsa-da, bu farq statistik ahamiyatga ega emas. O'smir-yigitlar orasidagi keng dispersiya ulardagi individual farqlar darajasining yuqoriligidan dalolat beradi.

Navbatdagi jadvalimiz hududiy farqlarni tahlil qilishga bag'ishlanadi.

2-jadval

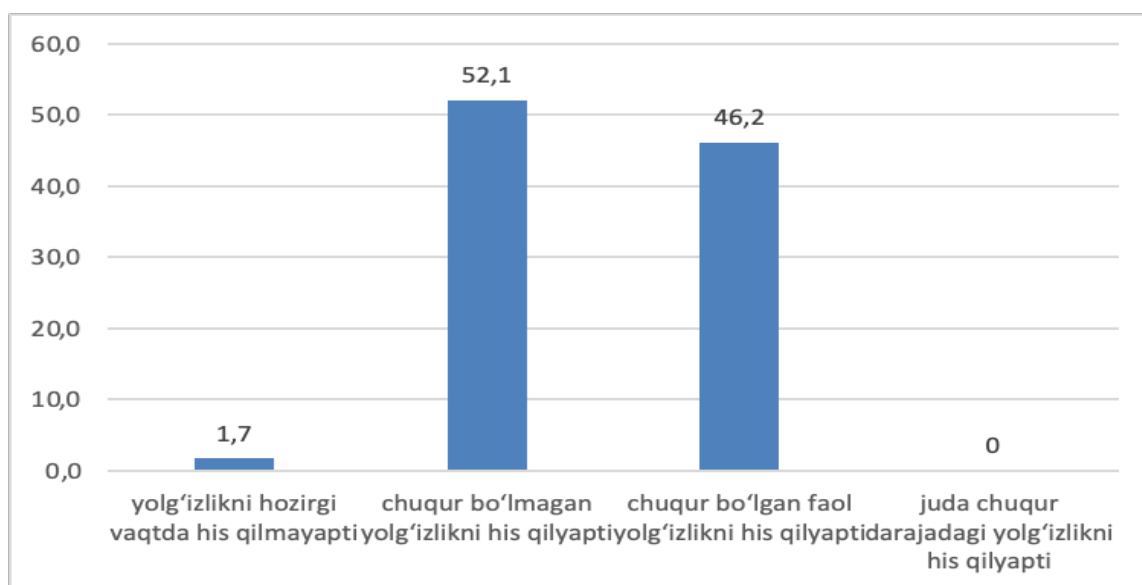
“Yolg'izlikni his qilish darajasi” metodikasi natijalari
(hududiy tafovut bo'yicha)

Shkala	Hudud	N	M	Std.og'ish	T	P
Yolg'izlik	shahar	24	27,50	3,73	1,14	0,257
	tuman	98	26,32	4,74		

Jadval ko'rsatkichlariga ko'ra, shahar va qishloq yoshlari o'rtasida yolg'izlik hissi darajasida statistik jihatdan sezilarli farq aniqlanmadi. Shu bilan birga, shahar yoshlari o'rtacha biroz yuqori yolg'izlik darajasini aks ettiradi. Bu shahar hayotining individuallashtirilgan turmush tarzi, ijtimoiy munosabatlarning ko'pincha yuzaki va qisqa muddatli bo'lishi bilan bog'liq bo'lishi mumkin. Shahar muhitida ko'p insonlar orasida bo'lish, ammo chuqurlashgan ijtimoiy rishtalarning yetishmasligi “odamlar ichida bo'lib turib ham yolg'izlikni his qilish” holatiga olib keladi.

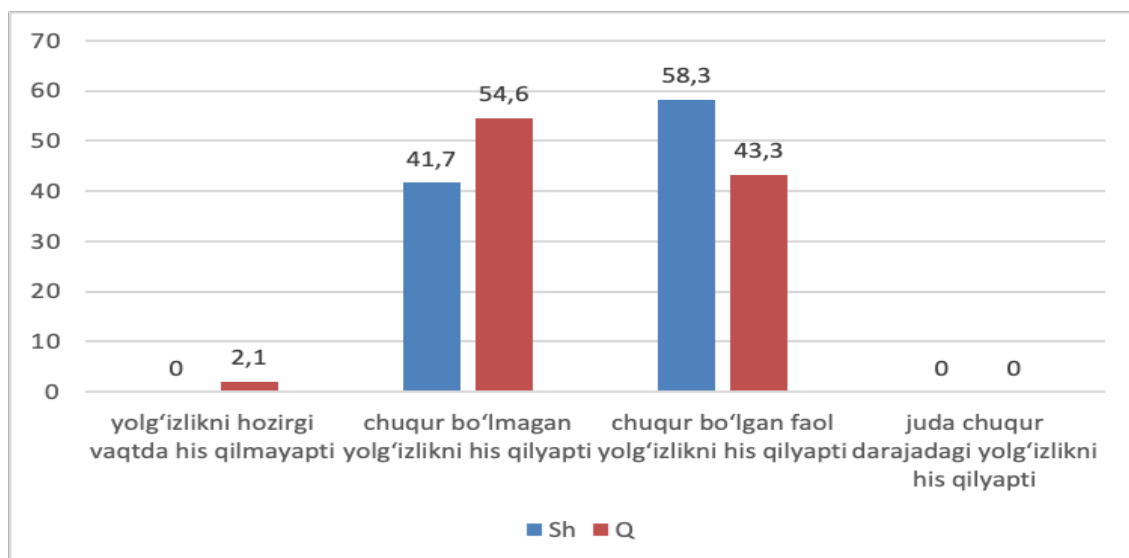
Qishloq yoshlari o'rtacha yolg'izlik darajasi pastroq (26,32) bo'lib, bu qo'shnichilik, oila va jamoaviylik munosabatlarining kuchliroq ekanligini ko'rsatadi. Natijalardagi yuqori dispersiya (standart og'ish = 4,74) esa individual tafovutlar — ba'zilar juda yolg'iz hiss etsa, boshqalar bu hissiyotni deyarli boshdan kechirmasligini bildiradi.

Xulosa qilib aytganda, hududiy jihatdan sezilarli farq aniqlanmagan, ammo shahar yoshlari orasida yolg'izlik hissi biroz yuqori bo'lishi mumkin. Qishloq yoshlari esa mustahkam ijtimoiy rishtalar tufayli bu hissiyotdan nisbatan himoyalangan. Tadqiqotda “Yolg'izlikni his qilish darajasi” metodikasidan olingan natijalar foiz diagrammalari orqali tahlil qilindi.



1-rasm. “Yolg'izlikni his qilish darajasi” metodikasidan olingan natijalar

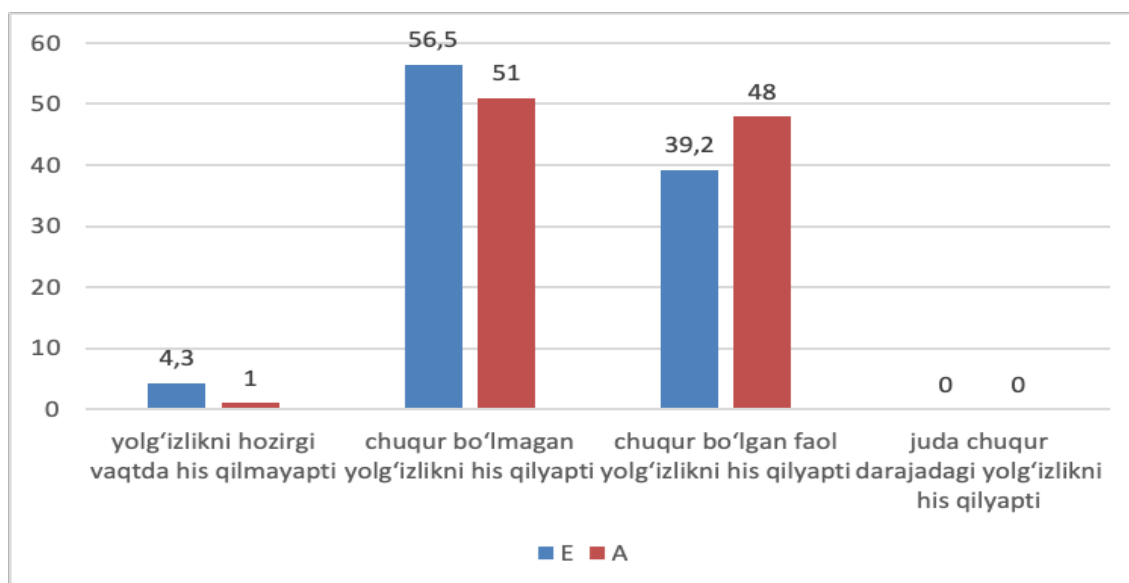
Diagramma ma'lumotlariga ko'ra, o'smirlarning 52,1 % chuqur bo'lmagan yolg'izlikni his qilmoqda, 46,2 % esa chuqur darajadagi faol yolg'izlikni boshdan kechirmoqda. Hozirgi vaqtda yolg'izlikni umuman his qilmayotgan o'smirlar ulushi esa 1,7 % ni tashkil etadi.



2-rasm. "Yolg'izlikni his qilish darajasi" metodikasidan olingan natijalar

Diagrammada shahar va qishloq hududlari bo'yicha yolg'izlik darajasi taqsimoti aks ettirilgan. Natijalarga ko'ra, qishloq hududida yashovchi o'smirlarning 54,6 % chuqur bo'lmagan yolg'izlikni his qilsa, shahar hududidagi o'smirlarning 41,7 % shunday his-tuyg'uni boshdan kechirmoqda. Chuqur darajadagi faol yolg'izlikni his qilayotganlar orasida esa 58,3 % shahar, 43,3 % qishloq hududi o'smirlari mavjud. Qishloqda yashovchi o'smirlarning 2,1 % hozirgi vaqtda yolg'izlikni umuman his qilmaydi.

Demak, shahar hududidagi o'smirlar yolg'izlikni chuqur darajadagi iztirobli hissiy holat sifatida boshdan kechirishga moyil ekan.



3-rasm. "Yolg'izlikni his qilish darajasi" metodikasidan olingan natijalar

Diagrammadagi ma'lumotlarga ko'ra, yolg'izlik darajasining jinslar bo'yicha taqsimoti quyidagicha: chuqur bo'lmagan yolg'izlikni 56,5 % o'smir-yigitlar va 51 % o'smir-qizlar his qilgan, chuqur darajadagi yolg'izlikni esa 48 % o'smir-yigit va 39,2 % o'smir-qiz boshdan kechirgan. Shuningdek, 4,3 % o'smir-yigit va 1 % o'smir-qiz hozirgi vaqtda yolg'izlikni his qilmayotgani aniqlangan (4-rasm).

O'smir-yigitlar o'smir-qizlarga nisbatan yolg'izlikni chuqurroq darajada boshdan kechiradilar. Bu farq, asosan, o'g'il bolalarning hissiy holatlarini tashqi tomondan kamroq ifodalab, psixik jarayonlarni ichkariga yo'naltirish xususiyatlari bilan izohlanadi. Qizlar esa o'z hissiy-emotsional kechinmalarini ochiq ifodalashga moyil bo'lib, chuqur darajadagi hissiy yukni tashqi muloqot orqali yengillashtiradilar.

XULOSA VA TAKLIFLAR

O'smirlik davrida yolg'izlik hissining kuchayishi shaxsning psixologik holati, ijtimoiy moslashuvi va umumiy rivojlanishiga sezilarli ta'sir ko'rsatadi. Tadqiqot natijalari shuni ko'rsatadiki, o'smirlar orasida yolg'izlikka olib keluvchi asosiy omillar qatoriga ijtimoiy qo'llab-quvvatlashning yetishmasligi, o'zaro muloqotdagi muammolar, oilaviy munosabatlardagi sovuqlik hamda shaxsning o'ziga ishonchsizligi kiradi.

Empirik ma'lumotlarga ko'ra, yuqori darajadagi yolg'izlik hissi bilan yashayotgan o'smirlar tengdoshlariga nisbatan emotsional beqarorlik, ijtimoiy izolyatsiya va past motivatsiya bilan ajralib turadi. Bu holat ularning o'qishdagi faoliyati, o'zini anglash jarayoni va ijtimoiy moslashuvchanligiga salbiy ta'sir qiladi.

Tadqiqot asosida quyidagi xulosalar chiqarildi:

O'smirlar orasida yolg'izlik hissini erta aniqlash va unga qarshi psixoprofilaktik chora-tadbirlar ko'rish zarur.

Maktab psixologlari, ota-onalar va tarbiyachilar o'smirlarning emotsional ehtiyojlariga befarq bo'lmasligi, ularning muloqotga bo'lgan ehtiyojlarini qondirishda faol ishtirok etishi kerak.

Art-terapiya, biblioterapiya, guruhiy treninglar va psixologik suhbatlar kabi korreksion vositalar yolg'izlik hissini kamaytirishda samarali.

Shu bois o'smirlarda yolg'izlikni o'rganish va unga qarshi tizimli yondashuvni shakllantirish psixologik xizmat faoliyatining ustuvor yo'nalishlaridan biri bo'lishi lozim.

Psixoprofilaktik tavsiyalar:

Ijtimoiy faollikni rivojlantirish – guruhli ishlar, to'garaklar, jamoaviy loyihalar va sport musobaqalariga jalb etish orqali ijtimoiy munosabatlarni kengaytirish.

Muloqot ko'nikmalarini shakllantirish – maxsus treninglar yordamida ochiq, ishonchli va madaniyatli muloqotni o'rgatish.

Empatiya va hissiy ongini rivojlantirish – o'z hissiyotlarini tan olish va boshqalarning his-tuyg'ulariga e'tiborli bo'lishni o'rgatish.

Oilaviy qo'llab-quvvatlashni mustahkamlash – ota-onalar bilan ishlash orqali mehr va ishonch muhitini yaratish.

Internetda sog'lom muhit yaratish – onlayn va oflayn muloqotda muvozanatni ta'minlash.

Korreksion tavsiyalar:

Art-terapiya – rasm chizish, kollaj, haykalchalar yasash orqali o'smirlarning ichki kechinmalarini ifodalash.

Biblioterapiya – yolg'izlik va o'zini anglash mavzusidagi badiiy kitoblarni tahlil qilish, qahramonlar taqdiri orqali hissiy refleksiya.

Ertakterapiya – terapiya davomida o'smir o'z hissiyotlarini ertak qahramonlariga yuklaydi va holatini metafora orqali anglaydi.

Psixodrama va rolli o'yinlar – hayotdagi muammoli vaziyatlarni sahnalashtirish, turli rollarda o'ynash orqali ijtimoiy ko'nikmalarni mustahkamlash.

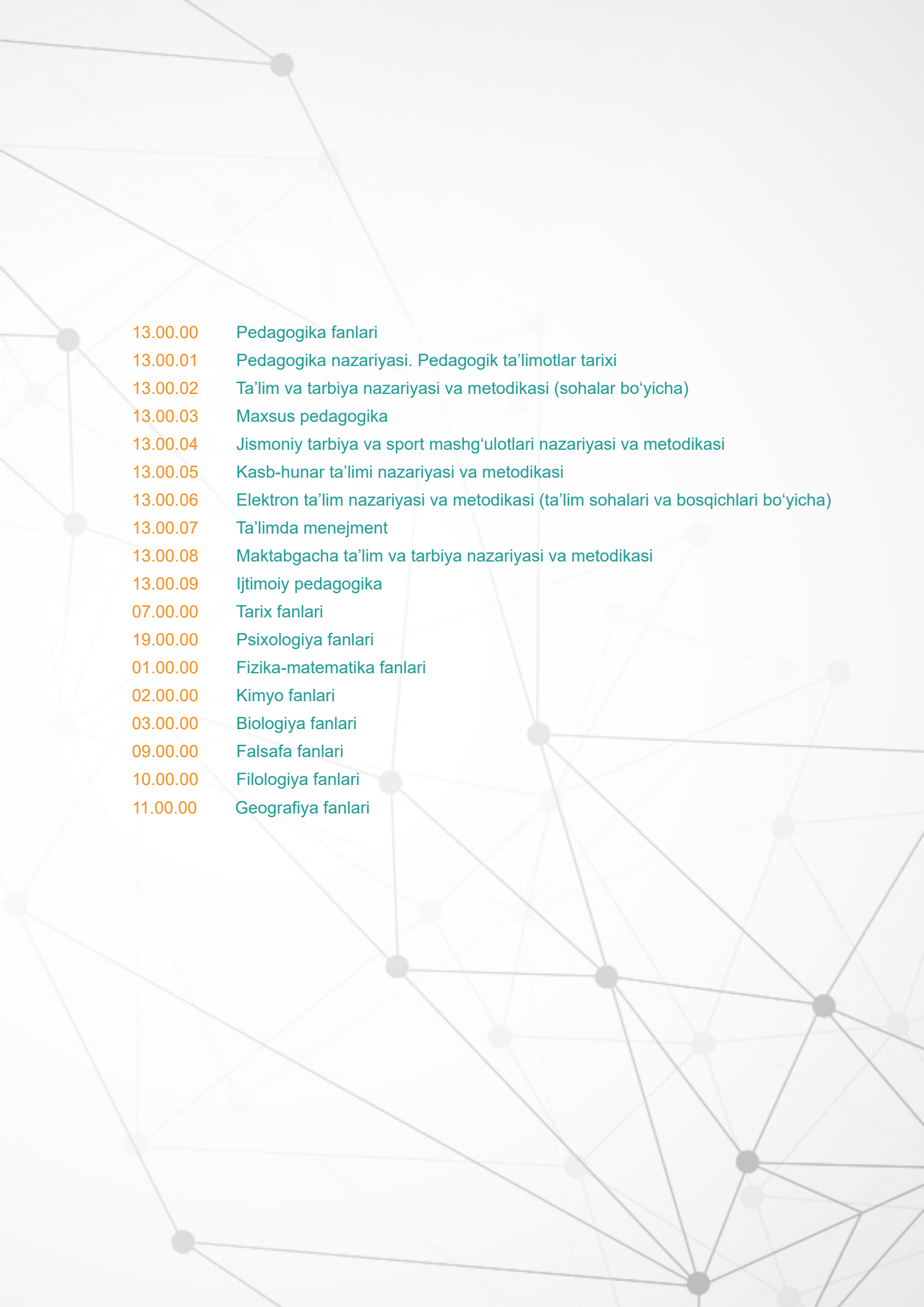
Individual va guruhiy psixologik maslahatlar – yakkama-yakka suhbatlar, emotsional holat tahlili va savol-javob texnikalari yordamida o'smirni tushunishga ko'maklashish.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati:

1. Karimova V.M. Ijtimoiy psixologiya. Darslik. Toshkent: Fan va texnologiya. 2012. - 172 b.
2. Mullaboyeva N.Sh. O'smirlarda yolg'izlik hissi shakllanishining psixoprofilaktikasi va psixokorreksiyasi. Psixologiya fanlari bo'yicha falsafa doktori (PhD) dissertatsiyasi avtoreferati. 19.00.06 / Mullaboyeva Nargiza Sharopaliyeva. – Toshkent, 2019. – 53 b.
3. Nishonova Z.T., Kamilova N.G., Abdullayeva D.U., Xolnazarova M.K. Rivojlanish psixologiyasi. Pedagogik psixologiya. // Bakalavriatning pedagogika-psixologiya yo'nalishi uchun darslik. T.: 2017. – 466 b.
4. Rasulova N.Z. Qayta nikohga kirish motivatsiyasining ijtimoiy va etnopsixologik xususiyatlari 19.00.05 / Rasulova Naima Ziyautdinovna. Psixologiya fanlari bo'yicha falsafa doktori (RhD) dissertatsiyasi avtoreferati. Toshkent. 2020, 23 b.
5. Suleymanova T.G., O'smirlik davriga xos suitsidal xulqning psixologik korreksiyasi xususiyatlari. Psixologiya fanlari nomzodi ilmiy darajasini olish uchun taqdim etilgan dissertatsiya avtoreferati. 19.00.07. / Suleymanova To'xtaxon Gaynazarovna. - Toshkent, 2011.- 18 b.
6. Swan, T. The Anatomy of Loneliness. / Watkins Publishing. 2018, 256 p.
7. Shoumarov G'.B., Sog'inov N.A., Qodirov U.D., Paluanova Z.D. Suisid holatlarini tadqiq etish: muammo va yechimlar / Uslubiy qo'llanma. O'zbekiston Respublikasi mahalla va oilani qo'llab-quvvatlash vazirligi huzuridagi «Mahalla va oila» ilmiy-tadqiqot instituti. – Toshkent: "Ilmziyo-zakovat", 2020. –144 b.



8. Yuldasheva M.B. Talabalarda yolg'izlik hissinging ijtimoiy-psixologik determinantlari. Psixologiya fanlari bo'yicha falsafa doktori (PhD) dissertatsiyasi avtoreferati. 19.00.05-ijtimoiy psixologiya. etnopsixologiya – Toshkent, 2022. – 54 b.
9. Корчагина, С.Г. Психология одиночества / С.Г. Корчагина. - М.: Московский психолого-социальный институт, 2008. - 228 с.
10. Маслоу, А.Г. Мотивация и личность. / 3-е издание. СПб.: Питер, 2008. – 352 с.
11. Сабилова А.Б. Особенности субъективности и эмоциональной сферы человека на поздних этапах онтогенеза: Автореф. дис. ... канд. психол. наук. – Т., ТГПУ. 2009. – 22 с



13.00.00	Pedagogika fanlari
13.00.01	Pedagogika nazariyasi. Pedagogik ta'limotlar tarixi
13.00.02	Ta'lim va tarbiya nazariyasi va metodikasi (sohalar bo'yicha)
13.00.03	Maxsus pedagogika
13.00.04	Jismoniy tarbiya va sport mashg'ulotlari nazariyasi va metodikasi
13.00.05	Kasb-hunar ta'limi nazariyasi va metodikasi
13.00.06	Elektron ta'lim nazariyasi va metodikasi (ta'lim sohalar va bosqichlari bo'yicha)
13.00.07	Ta'limda menejment
13.00.08	Maktabgacha ta'lim va tarbiya nazariyasi va metodikasi
13.00.09	Ijtimoiy pedagogika
07.00.00	Tarix fanlari
19.00.00	Psixologiya fanlari
01.00.00	Fizika-matematika fanlari
02.00.00	Kimyo fanlari
03.00.00	Biologiya fanlari
09.00.00	Falsafa fanlari
10.00.00	Filologiya fanlari
11.00.00	Geografiya fanlari



AKTABGACHA VA AKTAB TA'LIMI

Mas'ul muharrir: Ramzidin Ashurov

Ingliz tili muharriri: Murod Xoliyorov

Musahhih: Alibek Zokirov

Sahifalovchi va dizayner: Sobit Qayumov

2025. № 7

© Materiallar ko'chirib bosilganda "Maktabgacha va maktab ta'limi" jurnali manba sifatida ko'rsatilishi shart. Jurnalda bosilgan material va reklamalardagi dalillarning aniqligiga mualliflar ma'sul. Tahririyat fikri har vaqt ham mualliflar fikriga mos kelamasligi mumkin. Tahririyatga yuborilgan materiallar qaytarilmaydi.

"Maktabgacha va maktab ta'limi" jurnali 26.09.2023-yildan O'zbekiston Respublikasi Prezidenti Adminstratsiyasi huzuridagi Axborot va ommaviy kommunikatsiyalar agentligi tomonidan №C-5669363 reyestr raqami tartibi bo'yicha ro'yxatdan o'tkazilgan.
Litsenziya raqami: № 136361.

Manzilimiz: Toshkent shahar, Yunusobod tumani
19-mavze, 17-uy.