

ЁЛГИЗЛИК ҲИССИГА ОИД ПСИХОЛОГИК ИЗЛАНИШЛАРНИНГ ИЛМИЙ-НАЗАРИЙ МЕТА-ТАҲЛИЛИ

*Юлдашева Маҳлиё Бахтиёровна,
Психология кафедраси ўқитувчиси*

*Эргашова Зарнигор Тўхтамурот қизи,
Амалий психология йўналиши I-босқич магистранти, Фаргона давлат
университети*

Аннотация. XXI асрда ўзининг шиддаткорлиги билан инсонлар ҳаётида намоён бўлаётган психологик ҳодиса бу ёлғизликдир. Ёлғизлик инсон мавжудлигининг бир қисми сифатида муайян сабабийлик натижасида рўй бериши табиий ҳодиса. Шундай экан, ёлғизлик кечинмасини илмий жиҳатдан ўрганиши ва тадқиқ қилиши замонавий фанлар силсиласида долзарб масалалардан бири ҳисобланади. Мазкур мақолада ёлғизлик тушунчаси, ёлғизлик феномени ва унинг ўзига хос хусусиятлари, омиллари ва жиҳатлари манбаларда тадқиқ этилганлигини назарда тутган ҳолда, унинг ижтимоий-психологик табиати масаласига оид қирраларнинг илмий-назарий мета-таҳлили баён қилинган.

Калит сўзлар: ёлғизлик, танҳолик, яқкаланиши, бегоналашиши, антиномик ҳодиса, ихтиёрий ёлғизлик, мажбурий ёлғизлик, яратувчанлик, вайронкорлик, шахслараро муносабатлар

НАУЧНО-ТЕОРЕТИЧЕСКИЙ МЕТА-АНАЛИЗ ПСИХОЛОГИЧЕСКИХ ИССЛЕДОВАНИЙ ЧУВСТВА ОДИНОЧЕСТВА

*Юлдашева Маҳлиё Бахтиёровна,
Преподаватель кафедры психологии*

*Эргашова Зарнигор Тохтамурот қизи,
Магистр направления прикладная психология Ферганский государственный
университет*

Аннотация. Одиночество это психологический феномен XXI века, который проявляется в жизни людей с особой интенсивностью. Следует отметить, что одиночество как естественное явление возникает в результате определенной причинно-следственной связи проявляя часть человеческого существования. Поэтому научное изучение переживания одиночества является одним из наиболее актуальных вопросов в современном мире наук. В данной статье описан научно-теоретический мета-анализ исследований по проблеме понятия одиночества, феномена одиночества и его особенностей, факторов и аспектов, со ссылкой на исследования в источниках.

Ключевые слова: одиночество, уединение, изоляция, отчуждение, антиномическое явление, добровольное одиночество, вынужденное одиночество, творчество, разрушение, межличностные отношения

SCIENTIFIC AND THEORETICAL META-ANALYSIS OF PSYCHOLOGICAL STUDIES OF LONELINESS

*Yuldasheva Makhliyo Bakhtiyorovna
Lecturer of Psychology Department*

*Ergashova Zarnigor Tokhtamurot kizi
Master of Applied Psychology Ferghana State University*

Abstract. Loneliness is a psychological phenomenon of the XXI century, which manifests itself in peoples' lives with special intensity. It should be noted that loneliness as a natural

phenomenon arises as a result of a certain causal relationship, manifesting a part of human existence. Therefore, the scientific study of the experience of loneliness is one of the most pressing issues in the modern world of sciences. This article describes a scientific and theoretical meta-analysis of research on the problem of the concept of loneliness, the phenomenon of loneliness and its features, factors and aspects, with reference to research in the sources.

Keywords: loneliness, solitude, isolation, alienation, antinomic phenomenon, voluntary loneliness, forced loneliness, creativity, destruction, interpersonal relationships

Ёлғизлик муаммоси социология, фалсафа, психология, маданиятшунослик, педагогика, тиббиёт ва диншунослик каби инсоният тараққиётини ифодалайдиган фанларнинг ўрганиш объектига кириди. Уларнинг ҳар бири ёлғизлик ҳодисасини ўз фанининг тадқиқот доирасидан келиб чиққан ҳолда таҳлил қилади ва янгидан-янги концептуал жиҳатлар билан бойитишга уринади. Шу билан бир қаторда таъкидлаш жоизки, мазкур муаммонинг назарий ҳамда амалий томондан ишлаб чиқилиши ижтимоий психология доирасида долзарблиликни касб этади, чунки ёлғизлик инсонлар ўртасидаги шахслараро муносабатларга бевосита тааллуқли ҳодиса ҳисобланади.

“Ижтимоий-психологик ёлғизлик” тушунчасининг тадқиқ қилиниши “ёлғизлик” атамасининг мазмун-моҳиятини тўла очиб бериш муҳимлигини кўрсатади. Назарий жиҳатдан ушбу муаммонинг асосланиши қадимий илдизларга эга. Ёлғизлик мавзуси барча даврда ҳар бир инсоният вақилининг диққат марказида бўлган. Бундан қадимги дунё мифлари, диний матнлар, теологларнинг ёзма манбалари далолат беради [1]. Қадим даврларда инсониятнинг жамоавий яшаш тарзида энг қаттиқ жазо сифатида қувғинлик белгиланар эди. Яъни, ёлғизлик инсонни ўз яқинларидан узоқлаштирган ҳолда дезадаптация ва десоциализациянинг ёрқин кўриниши сифатида майдонга чиқарди. Мазкур анъана бизнинг замонамизда ҳам сақланиб қолган. Сургун қилиш тушунчасининг замонавий таҳлили ҳар доим индивиднинг жамиятдан жисмоний яққаланишини англатмайди. Жамиятда психологик яққалаш усулларидан мулоқотдан четлаштириш, менсимаслик, бефарқ муносабатда бўлиш кабилар ҳам кенг тарқалган. Америкалик ёзувчи Томас Вульфнинг таъкидлашича, ёлғизлик – инсоният жамиятининг универсал ҳолати бўлиб, у ҳар бир индивид ҳаётидаги синов ҳисобланади [13].

Ёлғизлик мазмун жиҳатдан серқирра ҳодиса бўлиб, ҳаммада турли шаклларда ва кўринишларда ҳис қилинади ҳамда инсон психикаси томонидан мажозий тарзда идрок қилинади – бу эса мазкур муаммонинг илмий англанилишининг мураккаблигини намоён қилади. Ушбу тадқиқот мавзусининг мураккаблиги яна шуниси билан ифодаланадики, турли цивилизация тизимлари ёлғизликнинг тарихан шаклланган ижтимоий-психологик кўринишлари ва уларнинг ҳис қилиниш усулларини пайдо қилади.

Даставвал “Ёлғизлик” атамасига берилган таърифларни таҳлил қилиб чиқайлик. Ушбу тушунчага таъриф беришнинг мураккаблиги ёлғизлик ижтимоий-психологик ҳодиса сифатида аниқ ифодаланадиган мезоний чегараларга эга эмаслиги натижасида индивидуал акс эттириладиган кечинма сифатидаги психик омилларни мураккаблаштиришидан келиб чиқади. Ўзбек тилининг изохли луғатида ёлғизлик тушунчасига қисқа ифодаланган таъриф берилган: “ёлғизлик – бирорта ҳам шериги йўқ, бир ўзи, яққа, танҳо”. Психологик луғатда кенгрок тавсифни учратишимиз мумкин: “Ёлғизлик – психоген омиллардан бири бўлиб, инсоннинг ўзгалардан яққаланган вазиятидаги ноодатий шароитда намоён бўладиган эмоционал ҳолатидир”. Энг мақбул тарздаги изохни Википедияда кўришимиз мумкин: “Ёлғизлик – ижтимоий-психологик ҳодиса, инсоннинг эмоционал ҳолати бўлиб, яқинларнинг

йўқлиги, ижтимоий яккаланишнинг мавжуд психологик сабаблари натижасида юзага келадиган ижобий муносабатларнинг ёки уларни йўқотишдан қўрқув билан боғлиқ. Унинг таркибида иккита турли кўринишдаги феномен – ижобий (танҳолик) ва салбий (яккаланиш) ёлғизлик мавжуд. Бироқ ёлғизлик атамаси кўпинча салбий мазмунга эга” . Мазкур таъриф ёлғизлик ҳодисасини ижтимоий психология нуқтаи назаридан кўриб чиқишга, инсоннинг эмоционал ҳолатларининг турлича юзага келишининг сабаблари ва моҳиятини англашга, ёлғизлик феноменини ижобий ва салбий кўринишларда таҳлил қилиш аънасини ажратиш кўрсатиш имконини беради. Бундан ташқари келтирилган таъриф “ёлғизлик” атамаси билан бир қаторда “танҳолик” ва “яккаланиш” атамаларининг ҳам қўлланилиши лозимлигини эътироф этади. Улар ўртасидаги мазмуний чегараларни янада аниқлаштириш учун этимологиясига (сўзларнинг келиб чиқишига) эътиборингизни қаратамиз.

Ёлғизлик “ёлғиз инсон” маъносида “ёлғиз яшайдиган одам” тушунчаси билан корреляция қилинади. Е.Н.Климентьева бу атамага куйидагича таъриф беради: “Ёлғиз одам ижтимоий категория сифатида нафақат шахслараро мулоқотнинг етишмаслигидан азият чекади, балки унга паст даражадаги ижтимоий идентиклик ва шахслараро ишонч хос бўлиб, у жамиятдаги шарт-шароитларга мослашиши паст бўлган, ўз шахсий ҳаётидан қониқмайдиган, интернал локус-назоратдаги инсондир” . Ушбу таърифни таҳлил қилар эканмиз, ундаги давлатдан ижтимоий ҳимоя борасида фойдалана олмаслик таъбири ижтимоий бошқариш соҳасига тааллуқли эканлигини кўрсатади ва бу бизнинг назарий мета-таҳлил доирамиздан четга чиқади.

Агар ўзбек тилининг изоҳли луғатидаги таърифдан келиб чиқсак, ёлғизлик инсоннинг жисмоний мавжудлиги бўлса, унинг маънодоши сифатида танҳоликни олиш мумкин. Яъни, танҳолик ёлғизликда қолиш маъносида, онтологик мазмунда эса жисмонан ёлғиз мавжудлик, ижтимоий ҳаётнинг моддий шакли сифатида инсоннинг ўз-ўзи билан қолишини билдиради – иккала тушунчалар шак-шубҳасиз айнан ўхшаш мазмунга эга.

“Яккаланиш” сўзи француз тилидаги “isolation”, “isoler” феълидан, яккаланиш, итальян тилидан “isolato” “алоҳида, якка”, isola “орол”, лотин тилидан “insula” орол маъноларини беради. Бундан яққол кўриниб турибдики, яккаланиш мазмунан келиб чиқиш жиҳатидан ёлғизлик ва танҳолик сўзлари билан айнан [18].

Ёлғизликни ижтимоий ва психологик феномен сифатида талқин қилиш борасида баъзи тадқиқотчилар унинг танҳолик ва яккаланиш тушунчаларидан фарқли томонини ёлғизлик махсус ички ҳиссий табиатга хос маънони англаувчи эканлигини, баъзи тадқиқотчилар эса ушбу тушунчалар эса унга синоним сифатида қўлланилишини таъкидлайдилар. Ёлғизлик танҳолик ва яккаланиш тушунчалари билан синоним эмас, деб ҳисоблайди С.Г.Трубникова. У шундай изоҳлайди: “Яккаланиш инсоннинг ижтимоий борлиққа нисбатан муносабатидаги жисмоний, фазовий ва давомли жойлашувига боғлиқ, ташқи намоён бўладиган ҳодиса, ички психик кечинма эмас” . У.Садлер ва Т. Джонсларнинг таъкидлашича, жисмоний яккаланишни аниқлаш учун кўз билан кўриш кифоя, лекин ёлғизликни англаш учун уни ҳис қилиб кўриш лозим [5, 124-6].

Яккаланиш ҳақида сўз кетар экан, “инсоннинг жамиятдан, оиласидан яккаланиши” иборасини қўллашимиз мумкин, лекин ёлғизлик атамасини изоҳлашда бундай дейиш ноўрин. Ёлғизлик билан доимо ижтимоий яккаланиш ҳамнафас эмас. Ёлғизликни ҳис қилиш одамлар ичида бўлиб ҳам рўй бериши мумкин. Ташқи ижтимоий яккаланиш ёлғизликни англашмайди, балки мазкур ҳиснинг пайдо бўлиши учун замин яратиши ёки унинг аломатларини чуқурлаштириш мумкин. Ёлғизлик ташқи яккаланишдан фарқли равишда инсоннинг жамият билан, ўз-ўзи билан ички муносабатларини акс

эттиради ва стресс, қониқмаслик, азобланиш, инқироз каби салбий эмоциялар билан биргаликда намоён бўлади. Бошқача қилиб айтганда, ёлғизлик ва яккаланиш идентик (айнан, ўхшаш) тушунча эмас [12].

Ёлғизлик ҳисси мавжуд бўлмаган яккаланишга қамоқда бўлишни мисол қилишимиз мумкин. С.Г.Трубникова изланишларидан келиб чиқиб шундай хулосаларни берган, ўз ғояларининг тўғрилигига амин бўлган сиёсий маҳкумлар якка камераларда туриб ҳам маслакдошларининг қўллаб-қувватлашлари туфайли ёлғизлик ҳиссини туймаганлар [9].

Кўнгилли яккаланишга диний таркидунёчиликни ҳам олишимиз мумкин. Зоҳидлик бевосита инсоннинг ихтиёрий равишда аллоҳ билан маънавий мулоқотда бўлиш учун ёлғиз қолиши билан чегараланади ва бу уларга хотиржамлик, бахт ва хузур-ҳаловатни беради [10].

Рус тадқиқотчиларидан Г.М.Тихонов “ёлғизлик-танҳолик” каби жуфт тушунчаларни феноменологик тарзда, кутбий мазмунда таҳлил қилган. “Ёлғизлик” атамаси таҳқирланган, ташлаб кетилган, бир-бирдан ажралган, коммуникатив ожизликни билдиради, яъни жамиятдан истисно қилинган шароитда субъектив кечинмалар белгисидир. Танҳолик атамасини субъектив ҳис-туйғу сифатида инсоннинг объектив тарздаги ўзгалардан жисмонан узоклашиши, деб урғу беради муаллиф [14, 98-б].

Д.А.Матеев икки жуфтлик тушунчалар “яккаланиш-ёлғизлик” ва “танҳолик-ёлғизлик” тушунчаларини антиномиялар, яъни тўғри деб қабул қилинган икки ҳолат ўртасидаги зиддият ва қарама-қаршилик, деб атайди [6, 85-87-б]. Олимнинг ёзишича, яккаланиш субъектнинг атрофдаги қуршовдан мажбуран узилиши, ўзгалардан жисмоний узоклашиши. Агар яккаланиш ташқи томондан намоён бўладиган мажбурият бўлса, ёлғизлик – ички субъектив кечинма. Танҳолик эса вақтинчалик юзага келадиган коммуникациянинг узилиши ва у жамиятнинг бир қисми сифатидаги индивиднинг муайян мақсадларини амалга оширишдаги муваффақиятини белгилайди. Ёлғизлик – доимий мулоқотнинг бузилиши, инсоннинг атроф-муҳитдан оғриқли узилиши, ўз оламга ўхшамаслигини англашдир. Мазкур таҳлил фанга Г.И.Колесникова томонидан киритилган бўлиб, у ёлғизликни экзистенциал мазмун-моҳиятдан йироқ бўлган оғриқли ҳолат, деб атайди [4], яъни олима ёлғизлик тушунчасига семантик жиҳатдан таъриф берган.

Психоаналитик мактабнинг намояндаси Ф.Фромм-Рейхман, ёлғизлик ва танҳолик тушунчаларини инсоннинг характерологик сифатларига боғлайди. Танҳолик меъёрдаги ўтиб турувчи аклий йўналиш бўлиб, у салбий кўринишдаги, енгиш мураккаб бўлган, ҳамини ҳис қилинадиган, улуғлик васвасаси ва душманлик воситасида намоён бўладиган, шахсий инфантил куч-қудратлилик ҳис-туйғусини сақлаб қолишга интилишдир [17].

Ёлғизлик тушунчасига яқин бўлган яна бир тушунча бегоналашиш бўлиб, у мутахассислар томонидан жамиятдаги қадриятлар, меъёрларни қабул қилмаслик каби шахснинг маънавий установакалари қаторига киритилади ва индивиднинг ички руҳий оламидаги эркинликнинг чегараланиши, деб қаралади.

Тадқиқотчилар ёлғизлик феноменини таҳлил қилишда иккита аънанани: бири салбий йўналишдаги, иккинчиси ижобий йўналишдаги ёлғизликни ажратишади. Инсон турмуш тарзига ёлғизлик ҳиссининг таъсири масаласини аниқлаштириш ёлғизликни антиномик кўринишда таҳлил қилишга имкон беради, яъни у бир томондан шахснинг деструктив босқичи сифатида, иккинчи томондан яратувчанлик сифатидаги ўз-ўзини англаш босқичини намоён қилади. Қарашлардаги турли-туманлик эса ҳозирги кунда ёлғизлик феноменологияси ва психологик механизмларининг етарли даражада

ўрганилмаганлигидан далолат беради.

Е.Н.Заворотных ижтимоий-психологик ёлғизликни турли ижобий ва салбий ҳиссиётлар, эмоцияларни юзага келтирадиган субъектив кечинма, деб атайдди. Муаллиф ёлғизликнинг аниқлаштирувчи мезонларини кўрсатиб ўтади: ижтимоий-психологик ёлғизлик ҳиссининг намоён бўлиш кучининг субъектив баҳоси, индивид томонидан ёлғизликнинг тан олинмиш даражаси, ёлғизликнинг эмоционал кўриниши сифатида ифодаланади. Тадқиқотчи ижтимоий-психологик ёлғизлик ҳиссининг турларини ҳам фарқлайди: инкор қилинувчи ёлғизлик - шахс ёлғизлик кечинмасини эътибор қилмайди; шинам ёлғизлик – шахс ҳаётда муваффақиятга эришади; деструктив ёлғизлик – инсон ёлғизлик кечинмасини тиклашга ҳаракат қилади [11].

Баъзи тадқиқотчилар танҳолик тушунчаси доирасига ёлғизлик тушунчасига ҳам тааллуқли бўлган тавсифларни киритишади. Ихтиёрий ёки мажбурий ёлғизлик мавқелари мутлақо ижтимоий йўналишга эга ва тузилиш жиҳатидан антиномик бўлади. Ихтиёрий ёлғизлик ижобий йўналишга эга бўлган ҳолда танҳолик атамасини ифодалайди. Танҳолик тушунчаси тузилишининг типологиясини Т.И.Гольман қуйидагича тавсифлаган: биринчидан, ёлғизлик ижтимоий аҳамиятли инсонлар тоифасининг мажбурий жисмоний ёки ижтимоий яққаланиши; иккинчидан, ташқи алоқаларнинг маънавий такомиллашув мақсадидаги онгли чегараси; учинчидан, ғам-ғусса мулоқотдаги эҳтиёжнинг қониқмаслиги, тушунилмаслиги, руҳий ва маънавий яққаланишнинг машаққатли кечинмасининг ҳис қилиниши [3, 27-б.].

Шундай қилиб, танҳоликни инсон томонидан онгли равишда ўз-ўзини такомиллаштириш мақсадида коммуникатив алоқаларнинг чегараланиши, яъни бунёдкор ёлғизлик деб атасак бўлади. Истисно тариқасида танҳолик мулоқотдан қониқмаслик ва рад этилганлик ҳисси, деб ҳам баҳоланади.

Социологик ҳамда психологик очерклар муаллифлари Н.Е.Покровский ва Г.В.Иванченколлар, ёлғизлик тушунчасини серқирра таърифу-тавсифларга эга бўлган атама сифатида унга “ўта экзистенциал моддий характерга эга” бўлганлиги учун универсал таъриф бериш мумкин эмас, деб тан оладилар. Шундай ҳулосадан келиб чиқиб улар ёлғизликка хос бўлган учта постулатни ажратиб кўрсатишади: 1) ёлғизлик – мулоқот ва сифатли ижтимоий муносабатларнинг етишмаслиги натижасидир; 2) ёлғизлик – объектив ижтимоий яққаланиш билан ўхшамайдиган ички, субъектив ҳолатдир; 3) ёлғизлик одатда психиканинг салбий, стресс кўринишидаги ҳолатлари билан ҳамоҳанг тарзда ифодаланади ва камдан-кам ҳолатлардагина ижобийликни кашф этади [7].

Баъзи тадқиқотчилар ёлғизлик ҳиссининг ижтимоий ҳодиса сифатидаги талқини ҳозирги кунда етарли даражада асосланмаганлигини уқтиришади. Хўш, бунинг сабаби нимада? Албатта, замонавий жамият ижтимоий-маданий тараққиётнинг нотекис ривожланишидаги шарт-шароитларда ёлғизлик ҳиссининг ўрганилиши биров мураккабликни туғдиради. Жамиятимиздаги бир ҳолатдан бошқа ҳолатга ўтиш жараёнида ёлғизлик бир қатор омиллар таъсирига тушиб қолади. Булар шахсиятпарастликнинг кучайиши, ижтимоий мобиллик, тарқоқлик ва ҳ.к. Бундан ташқари ижтимоий ёлғизлик тенгликликнинг инқирози, ижтимоий ва шахслараро ишончнинг паст даражаси билан изоҳланади.

Ёлғизлик ҳиссини тушунтиришдаги қарама-қаршилик табиати, унинг кўпқиррали ифодаланиши, ижтимоий-психологик ҳодиса сифатидаги ўлчовининг мураккаблиги, ишлаб чиқилган методикалар қамровининг камлиги мазкур муаммонинг ечимини топишда мураккабликни туғдирмоқда. Шу муносабат билан тан олиш лозимки, ёлғизлик тушунчаси кам миқдорда ўрганилган ижтимоий тушунчалар қаторига қиради.

Г.М.Тихонов ёлғизлик тушунчасининг таҳлилидаги мураккаблик унинг бинарлилигидан, яъни икки томонламалигидан, бир томондан инсон мавжудлигининг индивидуаллиги бўлса, иккинчи томондан шахслараро муносабатларга эҳтиёж

сезадиган жамият аъзоси сифатидаги қарама-қаршиликларнинг мавжудлигидан, деб билади [16]. Бир қатор олимлар мазкур тадқиқот ишининг мураккаблигини таъкидлаган ҳолда, ёлғизлик – ўз таркибига кўплаб шакллар ва шу шаклларнинг ҳар бир инсонда турлича ҳис қилинишини намоён қиладиган феномен, деб аташади.

Социологияга оид изоҳли луғатда ёлғизлик яккаланиш ва ижтимоий муносабатларнинг мавжуд эмаслиги, деб таърифланади. Социологик мактаблар ёлғизликни турли ҳолат, муносабат, жараён, натижа каби нуктаи назарлардан таҳлил қилишади. Таърифларни бир тизимга солиш Т.И. Гольман томонидан амалга оширилган. Ёлғизлик ҳолат сифтида жисмоний, ижтимоий-психологик ва жамиятдан ижтимоий жиҳатдан бегоналашиш ҳамда инсоннинг эҳтиёжлари ва шахсий қизиқишларини инкор этадиган ҳиссиёт. Ёлғизлик муносабат сифатида ўзгалар билан мулоқотга киришиш ва хатти-ҳаракатларни амалга оширишдан бегоналашиш, ҳеч кимга ўхшамаслигини англаш. Ёлғизлик жараён сифатида жамиятда ёки гуруҳда умумэтироф этилган анъаналар, меъёрлар ва кадриятларнинг қабул қилинмаслигидан шахсий бузилиш (вайронкорлик). Ёлғизлик натижа сифатида шахс ижтимоий мавқеининг онгли ёки мажбурий танлови, ўз дунёқарашига боғлиқ равишда ижтимоий гуруҳнинг бошқа аъзолари билан мулоқот ва шахсий дунёқараши даражасида айнан бир хил, деб қарашдан бош тортиш [3].

Бир қатор тадқиқотчилар, ёлғизлик индивиднинг ташқи оламдан яккаланиш ҳолати деб урғу беришади. Бунда ёлғизлик ҳисси инсоннинг ижтимоий борликка бирлашмаслиги ва мослашмаслигининг кўрсаткичи ҳисобланади. Ёлғизлик ҳолат сифатида таъриф берилганда иккита ўзига хослик фарқланади: субъектив ва объектив. Субъектив ҳолатга ғам-ғусса, хавотирлик, тўлиқсизлик ҳисси, ташлаб қўйилганлик, депривация кўринишларидан – ишонч ва ўзаро тушунишнинг етишмаслиги киради. Объектив ҳолат эса мажбурий, жисмоний ёки ижтимоий яккаланишдан, шахслараро муносабатларнинг тўхтатилиши билан боғлиқ вазиятлар сабабли юзага келади. Шунингдек Т.И. Гольман ижтимоий ёлғизлик атамасини ҳам ажратиб, унга ижтимоий фаоллик ва ўзаро ҳамкорлик омилларининг мавжуд эмаслигини таъкидлаган ҳолда қуйидагича таъриф беради: “Ижтимоий ёлғизлик – жамиятдаги биргаликдаги ижтимоий эҳтиёжлардан келиб чиқадиган ва ҳамкорликда намоён бўладиган ижтимоий фаолликка йўналтирилган гуруҳлараро, индивидлараро ўзаро ижобий муносабатларнинг мавжуд эмаслигини ифодаладиган объектив ва субъектив омилларни намоён қиладиган ҳолат”.

Ёлғизлик феноменини талқин қилишдаги илмий-назарий мета-таҳлилимизга оид хулосаларимиз қуйидагича бўлди: биринчидан, ёлғизлик мазмун-моҳият жиҳатидан серкирра ҳодиса бўлиб, уни талқин қилишнинг мураккаблиги инсоннинг бинар, қарама-қарши (индивидуал ва ижтимоий) моҳияти, ёлғизлик рефлексиясининг турлитуманлигидан келиб чиқади.

Иккинчидан, ёлғизлик феноменини таҳлил қилишда иккита асосий йўналиш фарқланади, яъни салбий ва ижобий. Бу эса ёлғизликни антиномик тарзда кўриб чиқилишини тақозо этади. Буни яратувчанлик ва вайронкорлик сифатида талқин қилиш мақсадга мувофиқ. Ёлғизлик “танҳолик” ва “яккаланиш” атамалари билан корреляция қилинадик, ушбу тушунчаларнинг келиб чиқиши айнан, ўхшаш, лекин мазмунан ҳар хиллигидан далолат беради.

Учинчидан, ихтиёрий ва мажбурий ёлғизлик ҳисси тамоман ижтимоий йўналишга эга, аммо моҳиятан антиномик (тўғри деб қабул қилинган икки ҳодиса ўртасидаги зиддият). Ихтиёрий ёлғизлик ижобий йўналишга эга бўлиб “танҳолик” тушунчаси билан бирлашади. Ҳамда индивиднинг ҳаётий стратегияси олдидаги танловни билдиради. Бу эса экзистенциал ва когнитив характерга эга.

Тўртинчидан, ижтимоий-психологик ёлғизлик – кичик гуруҳларда шахслараро таъсирларнинг хусусиятларини акс эттирадиган мураккаб феномен бўлиб, у мулоқот субъектида ўзига хос кечинмаларни юзага келтиради.

Фойдаланилган адабиётлар:

1. Акутагава, Р. Ад одиночества / Р. Акутагава. - М.: Азбука-классика, 2004. - 416 с.
2. Википедия [Электронный ресурс] - 2015. - Режим доступа: <https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%9E%D0%B4%D0%B8%D0%BD%D0%BE%D1%87%D0%B5%D1%81%D1%82%D0%B2%D0%BE>
3. Гольман, Т.И. Социальное одиночество студенческой молодежи в транзитивном обществе: управленческий аспект: дис. ... канд. соц. наук: 22.00.08 / Гольман Татьяна Ивановна. - Новосибирск, 2008. - 190 с.
4. Колесникова, Г.И. Феномен одиночества: понятие, классификация, экзистенциальный смысл / Г.И. Колесникова // *Фундаментальные исследования*. - 2015. - N 2. - С. 20-21
5. Корчагина, С.Г. Психология одиночества / С.Г. Корчагина. - М.: Московский психолого-социальный институт, 2008. - 228 с
6. Матеев, Д.А. Феномен одиночества и проблема нарушения коммуникации: социально-философский аспект: дис. ... канд. философ. наук: 09.00.11 / Матеев Даниел Андреев. - Новосибирск, 2008. - 190 с
7. Покровский, Н.Е. Универсум одиночества: социологические и психологические очерки / Н.Е. Покровский, Г.В. Иванченко. — М.: Логос, 2008. - 424 с. 299-300 бетлар
8. Психология общения. Энциклопедический словарь. // под ред. А.А.Бодалева.- М.: Когито-центр. 2011. 267 с.
9. Трубникова, С.Г. Психология одиночества: генезис, виды, проявления: дис. . канд. псих. наук: 19.00.01 / Трубникова Светлана Геннадьевна. - Москва, 1999. - 124 с.
10. Фахриддин, А. Ю., & Махлиё, Б. Ю. (2021). Экзистенциальные проблемы изучения одиночества. In *проблемы психологического благополучия* (pp. 281-284).
11. Эргашова, З., & Юлдашева, М. (2021). Этимология термина «одиночество» в рамках социальной психологии. *Ответственный редактор*, 354.
12. Юлдашева, М. Б., & Эргашова, З. Экспериментальное изучение чувства одиночества.
13. Юлдашева, М.Б. Ёлғизлик психологияси. // *Монография*. – Фарғона, 2020. – 122 б
14. Юлдашева, М. Б. (2022). Талабалардаги ёлғизлик ҳисси ва ҳаётга бардошлилигининг ўзаро муносабати: <https://doi.org/10.53885/edinres.2022.8.08.043>
Юлдашева Махлиё Бахтиёровна, Психология кафедраси ўқитувчиси Саминжонова Зулайҳо Иброҳимжон қизи, Амалий психология йўналиши талабаси, Фарғона давлат университети. *Образование и инновационные исследования международный научно-методический журнал*, (8), 300-306.
15. Ўзбек тилининг изоҳли луғати: 2 томли./С.Ф.Акабиров, Т.А.Аликулов, С.И.Ибрагимов ва бошқ.; З.М.Магруфов таҳрири остида.- М.:Рус.яз.,1981. 1 том. А-Р. 632 б. 256-бет
16. Bakhtiyorovna, Y. M. (2019). Socio-psychological features of feeling loneliness among students. *European Journal of Research and Reflection in Educational Sciences* Vol, 7(12).
17. Fromm-Reichmann // *Notable American Women: The Modern Period : a Biographical Dictionary* / edited by Barbara Sicherman, Carol Hurd Green, with Ilene Kantrov, Harriette Walker. — Cambridge, Mass.: Belknap Press of Harvard University Press, 1980. 773 p
18. Yuldashev, F., Yuldasheva, M., & Djalolova, M. (2022). SOCIO-PSYCHOLOGICAL DETERMINANTS OF FEELING STUDENTS' LONELINESS (case of Uzbekistan). *INTERNATIONAL JOURNAL OF EARLY CHILDHOOD SPECIAL EDUCATION*, 10116-10122.