

19.00.00 – PSIXOLOGIYA FANLARI

TALABALARDA UCHROVCHI DESTRUKTIV EMOTSIONAL HOLATLAR VA SHAXS XUSUSIYATLARI ALOQADORLIGI

Abdug'aniyeva Diyora Abdurashid qizi

O'zbekiston xalqaro islom akademiyasi

Din psixologiyasi ixtisosligi 1-bosqich tayanch doktoranti

<https://doi.org/10.53885/edinres.2024.04.2.045>

Annotatsiya: Zamonaviy hayot sharoitlari har bir insondan mustaqil qarorlar qabul qilishni, tashabbus ko'rsatishni va atrofdagi dunyoga moslashish qobiliyatini talab qiladi. Shu bilan birga, hayotning ijtimoiy-iqtisodiy va siyosiy sohalaridagi o'zgarishlar, oilaviy munosabatlarning beqarorligi va shaxslararo muloqot sohasidagi psixologik keskinlik, shaxslarda noaniqlik, ishonchsizlik, tashvish, umidsizlik, tajovuzkorlik kabi ruhiy holatlarni keltirib chiqaradi va hu bilan birga shaxsiy muammolarning paydo bo'ladi. Hayotni qabul qilish jarayonida eng kattaqiyinchiliklar yoshlar orasida kelib chiqadi. Talabalar va ilm bilan shug'ullanuvchi shaxslar destruktiv emotsional holatlarga boshqalarga qaraganda ko'proq duch keladilar.

Kalit so'zlar: Talabalar, pedagogik faoliyat, destruktiv emotsiyalar, ta'lim muhiti, ta'lim muhitining psixologik xususiyatlari, depressiya, xavotirlanish, shaxs xususiyatlari.

ВЗАИМОСВЯЗЬ ТЕКУЩИХ ДЕСТРУКТИВНЫХ ЭМОЦИОНАЛЬНЫХ СОСТОЯНИЙ И ЛИЧНОСТНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК СТУДЕНТОВ

Абдуганиева Диёра Абдурашид кизи

Базовый докторант по специальности «Психология религии»

Международной исламской академии Узбекистана

Аннотация: Условия современной жизни требуют от каждого человека принятия самостоятельных решений, проявлений инициативности и умения адаптироваться к окружающему миру. В то же время, трансформации социально-экономических и политических сфер жизни, нестабильность семейных отношений и психологическое напряжение в сфере межличностного общения обуславливающие возникновение у людей психических состояний неопределенности, неуверенности, тревожности, фрустрированности, агрессивности, в свою очередь, приводит к появлению у них личностных проблем. Наибольшие трудности процессы жизнеутверждения вызывают у молодого поколения. Студенты и люди, занимающиеся наукой, чаще других сталкиваются с деструктивными эмоциональными состояниями.

Ключевые слова: Студенты, педагогическая деятельность, деструктивные эмоции, образовательная среда, психологические характеристики образовательной среды, депрессия, тревожность, личностные качества.

INTERRELATION OF CURRENT DESTRUCTIVE EMOTIONAL STATES AND PERSONALITY CHARACTERISTICS OF STUDENTS

Abduganieva Diyora Abdurashid kizi

Basic doctoral student of the 1st stage of the specialty "Psychology of Religion" of International Islamic Academy of Uzbekistan

Abstract: The conditions of modern life require each person to make independent decisions, take initiative and be able to adapt to the surrounding world. At the same time, transformations of socio-economic and political spheres of life, instability of family relations and psychological

tension in the sphere of interpersonal communication causing the emergence of people's mental states of uncertainty, insecurity, anxiety, frustration, aggressiveness, in turn, leads to the emergence of personal problems. The greatest difficulties in life-affirmation processes are caused by the younger generation. Students and people engaged in science, more often than others face destructive emotional states.

Key words: Students, pedagogical activity, destructive emotions, educational environment, psychological characteristics of educational environment, depression, anxiety, personal qualities.

Kirish (Introduction). Shaxs faoliyati va xatti-harakati har doim unda konstruktiv yoki destruktiv emotsiyalar va his-tuyg'ularning paydo bo'lishiga sabab bo'ladi. Voqelikka munosabat miyada aks etadi va zavq yoki qoniqmaslik, xursandchilik, qayg'u sifatida boshdan kechiriladi. Emotsiyalar organizmning funksional holatini va shaxs faoliyatini tartibga solishning asosiy mexanizmlaridan biridir. Psixologiyada bir qator kuchli, chuqur emotsional holatlarga oid tavsif va tadqiqotlar mavjud: qayg'u, affekt, umidsizlik, tashvish, tajovuz, qo'rquv, vahima, apatiya va boshqalar. Bu emotsional holatlar ko'pincha shaxs ongining faoliyatiga va muvaffaqiyatiga salbiy ta'sir qiladi, shuning uchun ular destruktiv emotsional holatlar sifatida tasniflanadi.

Destruktiv emotsional holat – bu qiyin hayotiy vaziyatni individual idrok etish, shaxsiy moslashish jarayonining mutanosib kelmasligi natijasida yuzaga keladigan ehtiyojlarni qondirishning buzilishi tajribasidir. Destruktiv emotsional holatlar nevrotik, psixosomatik kasalliklarning rivojlanishiga va koping strategiyaning o'ziga xos usullariga olib kelishi mumkin [2]. “Destruktiv emotsional holatlar” ta'rif bilan biz dunyoning adekvat qiyofasini shakllantirishda qiyinchiliklarga olib keladigan, dunyo bilan faol munosabatda bo'lish, o'ziga va dunyoga nisbatan barqarorlik va harakatchanlikni keltirib chiqaradigan, somatik rivojlanishiga olib keladigan affektiv kasalliklarni tushunamiz. Asab tizimi bilan bog'liq kasalliklar, noto'g'ri adaptatsiya va deviant xatti-harakatlarning namoyon bo'lishi ham shular jumlasidandir [6]. Shaxs xususiyatlarini determinatsiya qiluvchi destruktiv emotsional holatlar (tashvish, zo'riqish, neyrotizm) shaxs somatik va ruhiy salomatlik holatiga, qiyin hayotiy vaziyatni yengish uchun koping strategiyalarni tanlashga ham salbiy ta'sir qiladi [1].

Talabalar va ilm bilan shug'ullanuvchi shaxslar destruktiv emotsional holatlarga boshqalarga qaraganda ko'proq duch keladilar. Har yili oliy ta'lim muassasalari talabalar va xodimlarning ruhiy salomatligini saqlash uchun millionlab mablag' sarflaydi. Ota-onalar va tadqiqotchilar vaqti-vaqti bilan o'zlariga savol berishadi: ta'lim sog'lom ruhiy holatga zararli mi? Universitet talabalari bakalavriat kursining bir qismi sifatida boshdan kechirgan stresslar (ma'lumotlarning haddan tashqari yuklanishi, pedagog talablari, bo'sh vaqt yo'qligi, oilaviy stresslar, moliyaviy muammolar) tufayli yengil bo'lsa ham depressiya belgilari rivojlanishiga moyil bo'lgan aholining bir qismidir.

Metodlar (Methods). Tadqiqot mazmuniga ko'ra olib borilgan eksperiment natijalari quyidagi alomatlardan ba'zilar odatda talabalarda kuzatilishini ko'rsatdi: o'z-o'zini hurmat qilishning pastligi, hayotga va odatiy faoliyatga qiziqishning yo'qolishi, noadekvat aybdorlik hissi, pessimizm, konsentratsiyaning buzilishi, charchoq yoki energiya yetishmasligi, uyqu va ishtahaning buzilishi, o'z joniga qasd qilish tendensiyalari. Depressiyaning og'ir shakllari “Depressiv triada” quyidagi xususiyatlar bilan tavsiflanadi: kayfiyatning pasayishi, aqliy zaiflik va harakatlanishdagi muammolar.

Depressiv kayfiyat ba'zi hollarda hayotiy voqealarga, masalan, yaqin odamni yo'qotishga odatiy vaqtinchalik reaksiya shaklida bo'lishi mumkin. Depressiya ba'zi tibbiy holatlarning alomati, ba'zi dorilar va muolajalarning yon ta'siri bo'lishi ham mumkin; depressiya sababi aniq bo'lmasa va depressiv buzilish tashqi ta'sirlarsiz sodir bo'lsa, bunday tushkunlik endogen deb ataladi. Ba'zi hollarda, ruhiy tushkunlik bilan azoblanayotgan shaxs psixoaktiv moddalarni

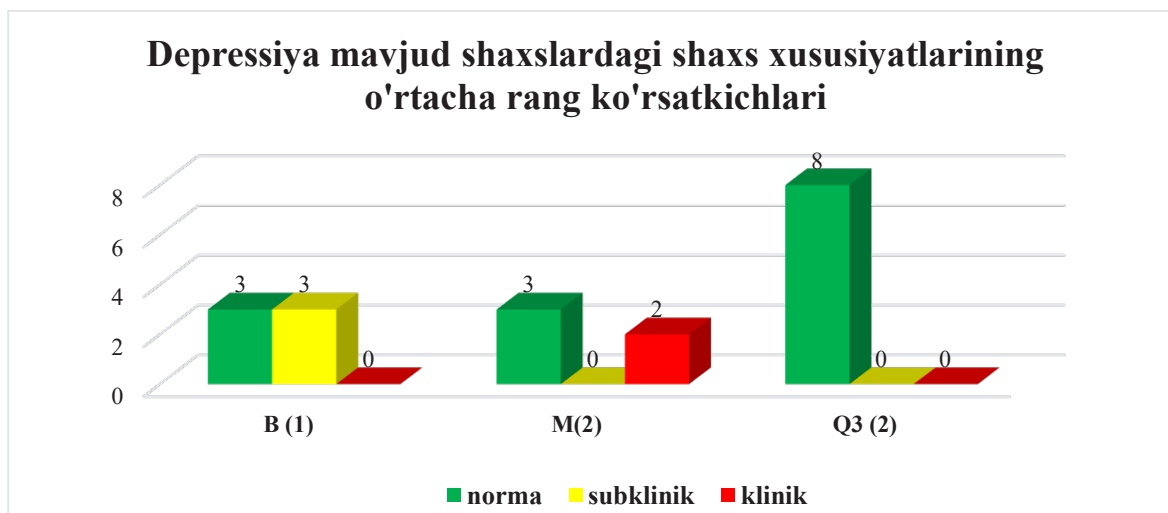
iste'mol qila boshlaydi.

Yana bir talabalarda eng ko'p uchrovchi emotsional holat bu – xavotirlanish hissidir. Xavotirlanish – bu shaxsning nisbatan kichik sabablarga ko'ra ko'pincha qattiq tashvishlanishga moyilligida namoyon bo'ladigan individual psixologik xususiyatdir. Ba'zi hollarda tashvish shaxs muammolarining subyektiv ko'rinishidir. Zamonaviy tadqiqotlar ma'lum bir tashqi vaziyat bilan bog'liq vaziyatli va barqaror shaxs xususiyati bilan bog'liq bo'lgan shaxsli tashvish o'rtasidagi farqni aniqlashga qaratiladi.

Talabalarning ta'lim faoliyatidagi muvaffaqiyatiga ta'sir qiluvchi omillarni o'rganadigan turli xil tadqiqotlar mavjud. Shuni hisobga olish kerakki, bu alomatlar erta bosqichda aniqlanganda, bu depressiya va xavotirlanish kabi destruktiv emotsional holatlarning oldini olish va tashxis qo'yish imkonini beradi.

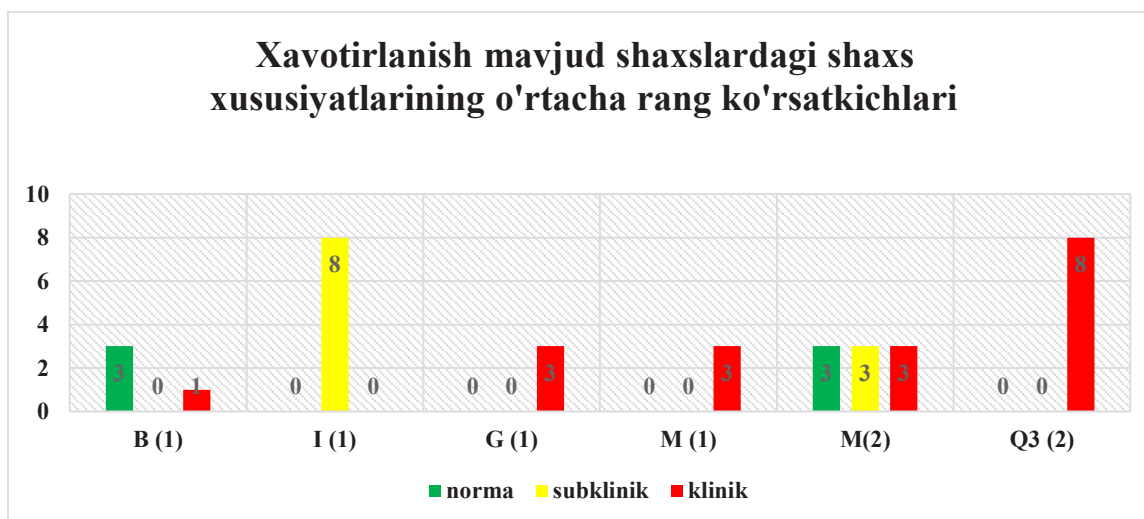
Aynan yuqorida keltirilgan ma'lumotlarni hisobga olgan holda biz tadqiqotimizning amaliy qismida respondentlarning ayni vaqtdagi psixologik holatini va ulardagi emotsional holat shaxs xususiyatlari bilan qay darajada aloqador ekanligini aniqladik. Bunda depressiya darajasini baholashga qaratilgan U. Tsung shkalasi, xavotirlanish va depressiyani o'rganishga mo'ljallangan Hads shkalasi [4] metodikalaridan foydalanildi. Olingan natijalar qayta ishlangach respondentlar shkalalar ko'rsatkichlari bo'yicha norma, subklinik va klinik darajadagi guruhlarga ajratildi. Shularni inobatga olib, oliy ta'lim muassasasi talabalarining shaxs xususiyatlarini tahlil qilishni R.B. Kettelning “Kattalar shaxsini o'rganish 16 PF (A variant)” metodikasi [5] orqali amalga oshirdik. Tadqiqot natijalari bizga depressiya va xavotirlanish mavjud bo'lgan shaxslarda qanday shaxs xususiyatlari ustunbo'lishini aniqlashga yordam berdi. Bunda quyidagi holatni ko'rishimiz mumkin.

Natijalar (Results). “Hads” metodikasi interpretatsiyasiga ko'ra respondentlarning natijalari tahlil qilinib, ular mavjud depressiya darajasiga ko'ra “Norma”, “Subklinik” va “Klinik” darajadagi guruhlarga ajratildi. So'ng aynan bu guruhdagi shaxslar uchun qanday shaxs sifatleri xos ekanligi diagramma ko'rinishida ishlab chiqildi.



1-rasm. “Hads” metodikasidagi “Depressiya shkalasi” va “Kettel” metodikasi shkalalari o'rtasidagi bog'liqlik (OTMLar misolida)

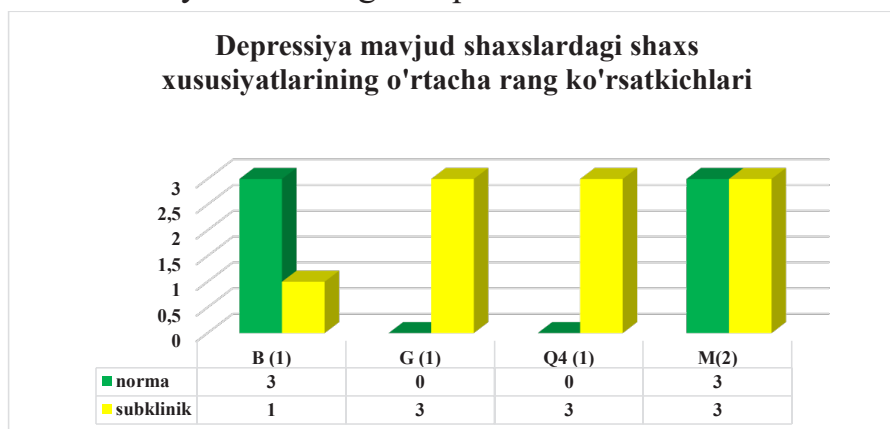
Olingan natijalarning diagramma ko'rinishidagi tahlilidan ham ma'lum bo'ladiki, birinchi oliygoh talabalarida “Depressiya shkalasi” norma va subklinik darajalarda. R.B. Kettelning “Kattalar shaxsini o'rganish 16 PF (A variant)” metodikasiga ko'ra ularga B (intellekt) faktor xususiyati xos. Keyingi oliygoh misolida esa “Depressiya shkalasi” norma va klinik darajada bo'lgan talabalarga M (xayoliy timsollari boy) faktor xususiyati, shuningdek, “Depressiya shkalasi” norma darajada bo'lgan talabalarga esa Q3 (yuqori darajada o'zini-o'zi nazorat qilish) faktor xususiyati xosligi aniqlandi (1-rasm).



2-rasm. “Hads” metodikasidagi “Xavotirlanish shkalasi” va “Kettel” metodikasi shkalalari o’rtasidagi bog’liqlik (OTMLar misolida)

“Hads” metodikasining “Xavotirlanish shkalasi” bo’yicha respondentlarning natijalari tahlil qilinib, ushbu shkala mavjudlik darajasiga ko’ra eksperiment ishtirokchilari “Norma”, “Subklinik” va “Klinik” darajadagi guruhlariga ajratildi va ularga xos bo’lgan quyidagi shaxs xususiyatlari aniqlandi. Unga ko’ra birinchi oliy ta’lim muassasasi talabalarida xavotirlanish darajasi normada bo’lganlar uchun B (intellekt) faktor, subklinik darajadagilar uchun I (yuqori darajada ta’sirchanlik) faktor xususiyatlari xosligi aniqlangani holda, klinik darajadagilar uchun B (intellekt), G (quyi darajada ijtimoiy me’yorlarga rioya qilish) va M (xayoliy timsollari boy) faktor xususiyatlari xosligi aniqlandi. Ikkinchi oliygoh talabalari misolida esa xavotirlanish uchala darajada ham mavjud bo’lgan respondentlar uchun M (xayoliy timsollar boyligi), shuningdek, subklinik darajada xavotirlanish mavjud bo’lganlar uchun Q3 (yuqori darajada o’zini-o’zinazorat qilish) faktor xususiyati xosligi aniqlandi (2-rasm).

Talabalarda mavjud depressiya darajasini aniqlashda shuningdek Hads metodikasiga ekvivalent sifatida Tsung metodikasiga ham murojaat qilindi (3-rasm). Olingan natijalar tahliliga ko’ra depressiya mavjudlik holatiga ko’ra respondentlar ikki guruhga ajratildi. Bular: “Norma” va “Subklinik” darajadagilardir. Birinchi oliygoh misolida depressiya norma va subklinik darajada mavjud bo’lganlar uchun B (intellekt), faqat subklinik darajada mavjud bo’lganlar uchun esa G (quyi darajada ijtimoiy me’yorlarga rioya qilish) va Q4 (past emotsionallik) faktor xususiyatlari xosligi aniqlandi.



3-rasm. “Tsung” metodikasidagi “Depressiya shkalasi” va “Kettel” metodikasi shkalalari o’rtasidagi bog’liqlik (OTMLar misolida)

Ikkinchi oliygoh talabalari natijalari tahlil qilinganda esa “Depressiya shkalasi” norma va subklinik darajada bo‘lganlar har ikkalasi uchun ham M (xayoliy timsollari boy) faktor xususiyatlari xosligini ko‘rishimiz mumkin.

Muhokama (Discussion). Tadqiqot natijalari tahliliga ko‘ra birinchi oliygoh talabalari emotsional holati boshqa oliy ta’lim muassasalari talabalarinikiga nisbatan barqaror ekanligi farazi o‘zini oqladi. Biroq ularda shaxsdan xavotirlanish darajasi boshqa OTM talabalari natijasiga qaraganda yuqoriligi aniqlandi.

Emotsional holatlar va shaxs xususiyatlari profilini shakllantirishdagi natijalar OTMlararo tahlil qilinganda, birinchi oliy ta’lim muassasasi talabalarida B (Quyil intellekt) shkalasi boshqa faktorlarga qaraganda respondentlarni ajratib turuvchi shaxs xususiyati ekanligi aniqlandi. Demak ushbu respondentlarga fikrlash samaradorligi, o‘zining bilimlarini faollashtira olmaslik, past umumiy madaniyat, konservatizm va yangi intellektual bilimlarni qabul qilishga nisbatan tanqidiylik, past intellektual qiziqishlar, tasavvurning aniqligi, amaliy, aniq faoliyatga e’tibor qaratish xos.

Ikkinchi oliygoh talabalarida M (Realist) shkalasi boshqa faktorlarga qaraganda respondentlarni ajratib turuvchi shaxs xususiyati ekanligi aniqlandi. Demak ushbu respondentlarga operativlik, fikrlashning harakatchanligi, yuqori umumiy madaniyat darajasi, bilimdonlik kabi sifatlar xos. Bunday shaxs o‘ziga xos aniq tasavvur, yangilikni qabul qilishda tanqidiy tahlil qilish va konservativ qarashlarga ega, aniq amaliy tafakkurga yo‘nalgan.

Xulosa (Conclusion). Bizning tadqiqotlarimiz shuni ko‘rsatdiki, o‘quv faoliyatining noaniq va ekstremal vaziyatlarida talabalarda destruktiv emotsional holatlar yaqqol namayon bo‘ladi: xavotirlanish (34%), depressiya (36%) darajasi oshib boradi. Demak ta’lim jarayonida talabalarining salbiy ruhiy holatlarini o‘rganish va o‘quv faoliyatining noaniq va ekstremal vaziyatlariga (test, imtihon va boshqalar) tayyorgarlik ko‘rish lozim.

Boshqa tomondan, qayg‘u, affekt, umidsizlik, tashvish, tajovuz, qo‘rquv, vahima kabi destruktiv emotsional holatlar ta’lim jarayoni va o‘quv motivatsiyasiga xalaqit berishi va samarali o‘zlashtirish qobiliyatini rivojlanishiga to‘sqinlik qilishi mumkin. Agar talaba tahdidni sezsa, uning diqqati bo‘linadi, bilim olish qobiliyati pasayadi. Ta’lim muhitida tahdid muvaffaqiyatsizlik, tayyorgarlik ko‘rmaslik yoki boshqa talabalar yoki pedagog bilan aloqani uzish shaklida namoyon bo‘lishi mumkin [3]. Samarali bo‘lmagan destruktiv emotsiyalar past motivatsiya yoki xohishning yo‘qolishiga olib kelishi mumkin, bu o‘quv jarayoniga salbiy ta’sir ko‘rsatishi va pedagoglar dars davomida murakkab muhit va dinamikani yaratishi mumkin. Ushbu holatlar oldini olish uchun ma’lum bir profilaktik choralar ko‘rilishi lozim.

Foydalanilgan adabiyotlar ro‘yxati (References):

1. D.A.Abdug‘aniyeva. Shaxs xususiyatlari va koping-strategiya aloqadorligi. Psixologiya, 2023/4. ISSN 2181-5291. B. 243-249
2. Березин Ф.Б. Психическая и психофизиологическая адаптация человека / Ф.Б. Березин. – Л.: Наука, 1988. – 270 с.
3. Ковалев А. Г. Психология личности / А.Г.Ковалев. - 3-е изд., перераб и доп. – М.: Просвещение, 1970. – 391 с
4. Расулов А.И. Психодиагностический тест как метод изучения личности //Сфера знаний: процессы развития современной научной мысли. - 2018. - С. 95-100.
5. Расулов А.И. Талабалар тадқиқотчилиқ қобилияти мезонлари ва диагностикаси // Academic research in educational sciences. - 2021. - Т. 2. - №. NUU Conference 1. - С. 369-374.
6. Статин Х. Психологическая ситуация в исследованиях личности // Психология социальных ситуаций / Сост. Н.В. Гришина. СПб., 2001.С. 101 - 112.