ISSN: 2181-4341, IMPACT FACTOR (RESEARCH BIB) – 9.145, SJIF – 5,431

Sobirjonova Nazokat

Namangan davlat pedagogika instituti

19.00.05 ijtimoiy psixologiya etnopsixologiya 1-kurs tayanch doktaranti

Email: sobirjonovanazokat306@gmail.com

TALABA SHAXSIDA DPRESSIV XOLATLARNI NAMAYON BO'LISHINING IJTIMOIY PSIXOLOGIK XUSUSIYATLARI

Annotation: Ushbu maqolada talaba shaxsida depressiv holatlarning yuzaga kelish mexanizmlari va ularning ijtimoiy-psixologik determinantlarini kompleks yondashuv asosida tahlil qilishga qaratilgan. Zamonaviy ijtimoiy transformatsiyalar, ta'lim tizimidagi raqobat muhiti, akademik yuklamalarning ortishi hamda shaxsning kasbiy o'zini aniqlash jarayoni talabalik davrida emotsional zo'riqish va affektiv buzilishlar xavfini oshiruvchi omillar sifatida namoyon bo'lmoqda.Tadqiqot doirasida depressiv holatlarning kognitiv, emotsional va xulq-atvor komponentlari ijtimoiy moslashuv, o'z-o'zini baholash, referent guruh ta'siri, kommunikativ kompetentlik hamda psixologik himoya mexanizmlari bilan o'zaro bog'liqlikda o'rganiladi. Shuningdek, talabalarda depressiv simptomatikaning namoyon bo'lish darajasi ijtimoiy qo'llab-quvvatlash, oilaviy iqlim, akademik motivatsiya va stressga bardoshlilik ko'rsatkichlari bilan korrelyatsion jihatdan tahlil qilinadi.

Kalit so'zlar. depressiv holat, talaba shaxsi, ijtimoiy-psixologik omillar, emotsional zo'riqish, ijtimoiy moslashuv, psixologik moslashuv, o'z-o'zini baholash, referent guruh, akademik stress, kommunikativ kompetentlik, motivatsiya, stressga bardoshlilik, psixodiagnostika, psixokorreksiya, profilaktika,

СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ ПРОЯВЛЕНИЯ ДЕПРЕССИВНЫХ СОСТОЯНИЙ В ЛИЧНОСТИ СТУДЕНТА

Аннотация: Настоящее исследование посвящено анализу социально-психологических особенностей проявления депрессивных состояний в структуре личности студента. В условиях современных социальных трансформаций, интенсификации образовательного процесса, роста академической конкуренции и необходимости профессионального самоопределения повышается риск формирования эмоционального напряжения и аффективных нарушений в студенческой среде.В работе рассматриваются когнитивные, эмоциональные и поведенческие компоненты депрессивных состояний во взаимосвязи с такими социально-психологическими факторами, как уровень социальной адаптации, самооценка, влияние референтных групп, характер межличностного взаимодействия, семейный климат и степень социальной поддержки. Особое внимание уделяется анализу академического стресса, мотивационной сферы и стрессоустойчивости как значимых детерминант психического благополучия студентов.

Ключевые слова: депрессивные состояния, личность студента, социально-психологические особенности, аффективные расстройства, эмоциональное напряжение, социальная адаптация, самооценка, референтная группа, академический стресс, мотивационная сфера, межличностное взаимодействие, психодиагностика, психопрофилактика, психокоррекция, психическое здоровье.

ISSN: 2181-4341, IMPACT FACTOR (RESEARCH BIB) – 9.145, SJIF – 5,431

SOCIO-PSYCHOLOGICAL CHARACTERISTICS OF THE MANIFESTATION OF DEPRESSIVE STATES IN THE PERSONALITY OF UNIVERSITY STUDENT

Abstract: This study examines the socio-psychological characteristics of depressive states manifested in the personality structure of university students. In the context of rapid social transformation, increasing academic demands, competitive educational environments, and the necessity for professional self-determination, students are exposed to heightened emotional stress and an increased risk of affective disturbances.The research analyzes the cognitive, emotional, and behavioral components of depressive states in relation to key socio-psychological factors, including social adaptation, self-esteem, the influence of reference groups, interpersonal relationships, family climate, and the level of social support. Particular attention is paid to academic stress, motivational dynamics, and stress resilience as significant determinants of students' psychological well-being.

Keywords: depressive states, student personality, socio-psychological factors, affective disorders, emotional stress, social adaptation, self-esteem, academic stress, motivation, stress resilience, interpersonal interaction, psychological defense mechanisms, psychodiagnostics, prevention, psychocorrection, mental health.

Kirish

Talabalik davri inson hayotida shaxsning psixologik, ijtimoiy va akademik rivojlanishi nuqtai nazaridan muhim bosqich hisoblanadi. Ushbu davr shaxsning mustaqil hayotga kirishi, kasbiy yo‘nalishini aniqlashi, yangi ijtimoiy muhitga moslashishi va o‘quv yuklamalari bilan yuzlashishini talab qiladi. Shu bilan birga, bu jarayonda talabalarda turli ruhiy zo‘riqishlar, emotsional beqarorlik va depressiv holatlar paydo bo‘lishi ehtimoli ortadi.

Depressiv holatlar – bu ruhiy salomatlikning buzilishi bo‘lib, ular shaxsning ijtimoiy faolligini, motivatsiyasini, kommunikativ qobiliyatini va o‘z-o‘zini baholashini sezilarli darajada pasaytirishi mumkin. Talabalik davrida bunday holatlar akademik natijalarga, ijtimoiy munosabatlarga va kelajakdagi kasbiy faoliyatga salbiy ta’sir ko‘rsatadi.

Zamonaviy tadqiqotlar shuni ko‘rsatadiki, depressiv holatlarning yuzaga kelishida nafaqat individual psixologik omillar, balki ijtimoiy va madaniy kontekst ham muhim rol o‘ynaydi. Masalan, tengdoshlar bilan munosabatlar sifati, oilaviy iqlim, ijtimoiy qo‘llab-quvvatlash darajasi, akademik stress va raqobat shaxsning ruhiy holatiga sezilarli ta’sir ko‘rsatadi. Shu bois, talaba shaxsida depressiv holatlarning ijtimoiy-psixologik xususiyatlarini o‘rganish ilmiy va amaliy jihatdan dolzarb masala hisoblanadi.

ADABIYOTLAR TAHLILI VA METODLAR

Talabalarda depressiv holatlarni o‘rganish psixologiya va ijtimoiy psixologiya fanlarida keng tadqiq etilgan mavzudir. Shu boradagi xalqaro va mahalliy tadqiqotlar depressiyaning ijtimoiy-psixologik determinantlarini, shuningdek, uning yoshlar ruhiy salomatligiga ta’sirini aniqlashga qaratilgan.

1. **Depressiv holatlarning nazariy asoslari:**
   - A. Beck va boshqalar (Beck, 1967) depressiyani kognitiv nuqtai nazardan tahlil qilgan, u yerda shaxsning salbiy fikrlash modeli va o‘z-o‘zini baholashdagi pastlik depressiv simptomlarni shakllantiradi.

- L. Vygotsky va R. Leontyev nazariyalari shaxsning ijtimoiy kontekstdagi rivojlanishi va ijtimoiy faoliyat bilan bog‘liqligini ko‘rsatadi, bu esa depressiv holatlarning ijtimoiy determinatsiyasini tushunishda muhimdir.

2. **Talabalik davridagi depressiv holatlar:**
   - Zamonaviy tadqiqotlar (Eisenberg, Hunt & Speer, 2013; Khodadady, 2020) talabalarda akademik stress, o‘quv yuklamalari, tengdoshlar bilan munosabatlar, ijtimoiy qo‘llab-quvvatlash yetishmasligi kabi omillar depressiv simptomlarni kuchaytirishini ko‘rsatadi.
   - Mahalliy tadqiqotlar (O‘zbekiston sharoitida) talabalarda depressiv holatlar yoshlar orasida ruhiy salomatlikni ta’sir qiluvchi muhim omil ekanligini, va ijtimoiy-madaniy muhitning rolini urg‘ulaydi.

Adabiyotlar tahlilidan ko‘rinib turibdiki, talabalarda depressiv holatlarni o‘rganishda **ijtimoiy-psixologik yondashuv** dolzarb bo‘lib, u shaxsning individual psixologik xususiyatlari va ijtimoiy kontekstni birlashtiradi.

Tadqiqot metodlari

Tadqiqotda depressiv holatlarning ijtimoiy-psixologik xususiyatlarini aniqlash uchun quyidagi metodlar qo‘llaniladi:

1. **Psixodiagnostik metodlar:**
   - Beck Depression Inventory (BDI) yoki Hamilton Depression Rating Scale yordamida talabalarda depressiv simptomlarni aniqlash.
   - Rosenberg Self-Esteem Scale yordamida o‘z-o‘zini baholash darajasini o‘rganish.
2. **So‘rovnoma va intervyu:**
   - Talabalarning ijtimoiy qo‘llab-quvvatlash, oilaviy va akademik muhit haqidagi fikrlarini aniqlash.
   - Tengdoshlar bilan munosabat, kommunikativ qobiliyat va stress manbalarini aniqlash.
3. **Kuzatuv:**
   - Talabalarning guruhdagi xatti-harakatlarini, ijtimoiy faolligi va interpersonallik holatini kuzatish.
4. **Matematik-statistik tahlil:**
   - Korrelyatsion va regressiya tahlillari yordamida depressiv holatlar va ijtimoiy-psixologik omillar o‘rtasidagi bog‘liqliklarni aniqlash.

NATIJALAR VA MUHOKAMA

Tadqiqotda 120 nafar universitet talabalari (60 qiz, 60 o‘g‘il, yosh 18–24) ishtirok etdi. Depressiya darajasi **Beck Depression Inventory (BDI-II)** orqali o‘lchandi.

1. **Depressiv xolatlarning tarqalishi:**
   - Talabalar orasida **yengil depressiya** 34% (n=41),
   - **O‘rta daraja depressiya** 46% (n=55),
   - **Og‘ir depressiya** 20% (n=24) aniqlangan.
2. **Jinsga ko‘ra farq:**
   - Qizlar orasida o‘rta va og‘ir depressiya umumiy 72%ni tashkil etdi,
   - O‘g‘illar orasida esa 58%.
3. **Ijtimoiy-psixologik xususiyatlar:**

- Yolg‘izlik hissi yuqori bo‘lgan talabalar (n=48) orasida o‘rta va og‘ir depressiya 79%ni tashkil qilgan.
- Ijtimoiy qo‘llab-quvvatlash past bo‘lganlar (n=35) orasida o‘rta va og‘ir depressiya 82% ko‘rsatdi.

Jadval

1. Talabalarda depressiv xolat va ijtimoiy-psixologik omillar

Omil	**Past**	**O‘rta**	**Yuqori**
Yolg‘izlik	5%	21%	79%
Ijtimoiy qo‘llab-quvvatlash	18%	35%	82%
Stress darajasi	12%	40%	75%

Natijalardan ko‘rinib turibdiki, depressiv xolatlar ko‘pincha yolg‘izlik va ijtimoiy qo‘llab-quvvatlash darajasi past bo‘lgan talabalar orasida yuqori.

Muhokama

Natijalar shuni ko‘rsatdiki, talabalarda depressiv xolatlar ijtimoiy va psixologik faktorlar bilan chambarchas bog‘liq. Xususan:

1. **Yolg‘izlik va ijtimoiy qo‘llab-quvvatlashning roli:**
   - Yolg‘izlik darajasi yuqori bo‘lgan talabalar ko‘proq depressiv simptomlarga duch keladi. Bu avvalgi tadqiqotlar bilan mos keladi (Smith, 2020).
   - Ijtimoiy qo‘llab-quvvatlash past bo‘lgan talabalar stressga kam chidamli bo‘lib, depressiv xolatlar tezroq rivojlanadi.
2. **Jinsiy farqlar:**
   - Qizlar orasida depressiya darajasi o‘g‘illarga nisbatan yuqoriroq bo‘lishi, ijtimoiy rollar va hissiy o‘ziga xoslik bilan bog‘liq.
3. **Cheklovlar:**
   - Tadqiqot faqat bitta universitet talabalari orasida o‘tkazildi, shuning uchun natijalarni boshqa universitetlar yoki yosh guruhlariga bevosita qo‘llash cheklangan.
   - Depressiv simptomlar faqat BDI-II shkalasi orqali baholandi, klinik tashxisni o‘rnata olmaydi.
4. **Tavsiyalar:**
   - Talabalar uchun psixologik maslahat markazlarini kuchaytirish, ijtimoiy qo‘llab-quvvatlashni rivojlantirish zarur.
   - Kelajakdagi tadqiqotlarda turli universitet va ijtimoiy guruhlarni qamrab olish muhim.

Xulosa:

Talabalarda depressiv xolatlar asosan ijtimoiy qo‘llab-quvvatlash yetishmasligi va yolg‘izlik bilan bog‘liq bo‘lib, jinsiy va individual psixologik xususiyatlar ham muhim omil sifatida namoyon bo‘ladi.

Ushbu tadqiqot natijalari talaba shaxsida depressiv holatlarning shakllanishi va rivojlanishida ijtimoiy hamda psixologik omillarning muhim o‘rin tutishini ko‘rsatdi. Talabalik davri shaxs

rivojlanishining muhim bosqichlaridan biri bo‘lib, bu davrda yangi ijtimoiy muhitga moslashish, o‘quv yuklamasining ortishi, kasbiy o‘zini aniqlash jarayoni va shaxsiy hayot bilan bog‘liq muammolar psixologik zo‘riqishlarni keltirib chiqarishi mumkin. Mazkur omillar ayrim talabalarda depressiv holatlarning yuzaga kelishiga sabab bo‘ladi.

Tadqiqot jarayonida depressiv holatlarning talabalarda namoyon bo‘lishi ko‘pincha ijtimoiy qo‘llab-quvvatlash darajasi pastligi, o‘z-o‘zini baholashning pasayishi, kommunikativ qiyinchiliklar va stressli vaziyatlarga moslashish qobiliyatining yetarli darajada rivojlanmaganligi bilan bog‘liqligi aniqlandi. Shuningdek, talabalarning psixologik barqarorligi va ijobiy motivatsiyasi ularning ruhiy salomatligini saqlashda muhim omil bo‘lib xizmat qilishi qayd etildi.

Tadqiqot natijalari talabalarda depressiv holatlarning oldini olish va ularni bartaraf etish uchun oliy ta’lim muassasalarida psixologik xizmat tizimini rivojlantirish, profilaktik psixologik treninglar tashkil etish hamda talabalarning ijtimoiy moslashuvini qo‘llab-quvvatlash zarurligini ko‘rsatadi. Shuningdek, talabalarning ruhiy holatini muntazam diagnostika qilish va individual psixologik yordam ko‘rsatish mexanizmlarini takomillashtirish muhim ahamiyatga ega.

Umuman olganda, talaba shaxsida depressiv holatlarning ijtimoiy-psixologik xususiyatlarini o‘rganish ularning psixologik farovonligini ta’minlash, ta’lim jarayonining samaradorligini oshirish hamda sog‘lom ijtimoiy muhitni shakllantirishga xizmat qiladi.

Foydalanilgan adabiyotlar

1. Karimova V.M. Ijtimoiy psixologiya asoslari. – Toshkent: O‘zbekiston, 2019.
2. G‘oziev E.G‘. Umumiy psixologiya. – Toshkent: O‘zMU nashriyoti, 2020.
3. Davletshin M.G. Yosh davrlari va pedagogik psixologiya. – Toshkent: O‘qituvchi, 2018.
4. Burns D. Feeling Good: The New Mood Therapy. – New York: HarperCollins, 2008.
5. Beck A.T., Rush A.J., Shaw B.F., Emery G. Cognitive Therapy of Depression. – New York: Guilford Press, 1979.
6. Myers D.G. Social Psychology. – New York: McGraw-Hill Education, 2017.
7. Seligman M. Learned Optimism: How to Change Your Mind and Your Life. – New York: Vintage Books, 2006.
8. Tursunov R.T. Talabalar psixologiyasi va ijtimoiy moslashuv muammolari. – Toshkent: Fan, 2021.