



**Shahnoza SABOXIDDINOVA,**  
*University of business and science Toshkent filiali o'qituvchisi*  
*E-mail: Shahnozasabohiddinova@gmail.com*

*PhD G.Tursunova taqrizi asosida*

## OTA-ONA VA O'SMIRLARDA KOPING XULQ-ATVOR NAMOYON BO'LISHINING O'ZIGA XOS BOG'LIQLIKLARI

Annotatsiya

Mazkur maqolada ota-onalar va ularning o'smir farzandlarida koping xulq-atvorni namoyon bo'lishining o'ziga xos psixologik xususiyatlari empirik va nazariy tahlil asosida yoritiladi. Tadqiqotning nazariy-metodologik asosini R.Lazarus va S.Folkman tomonidan ishlab chiqilgan koping mexanizm modeli va metodikasi tashkil etadi. Tadqiqotda 165 nafar ota-ona va ularning o'smir farzandlari ishtirok etdi. Ota-ona va o'smirlarda koping xulq-atvor namoyon bo'lishining o'ziga xos psixologik jihatlari yosh, ijtimoiy tajriba, oilaviy munosabatlar va emotsional muhit bilan chambarchas bog'liq. Tadqiqotning statistik tahlil natijalari ota-ona va o'smirlarning koping xulq-atvorlari o'rtasida ahamiyatli bog'liqlik mavjudligini ko'rsatdi.

**Kalit so'zlar:** koping, o'smir, konfrontatsion koping, masofa, qochish, ma'suliyatni qabul qilish, ijtimoiy qo'llab-quvvatlash, muammoni yechimini rejalashtirish.

## SPECIFIC CORRELATIONS IN THE MANIFESTATION OF COPING BEHAVIOR IN PARENTS AND ADOLESCENTS

Annotation

This article presents a theoretical and empirical analysis of the psychological characteristics of coping behavior manifestation in parents and their adolescent children. The theoretical and methodological foundation of the study is based on the coping model and methodology developed by R.Lazarus and S.Folkman. The study involved 165 parents and their adolescent children. The findings indicate that the specific features of coping behavior manifestation in parents and adolescents are closely related to age, social experience, family relationships, and the emotional climate within the family. Statistical analysis revealed a significant correlation between the coping behaviors of parents and adolescents.

**Keywords:** coping, adolescent, confrontational coping, distancing, avoidance, acceptance of responsibility, social support, problem-solving planning.

## РОДИТЕЛИ И ПОДРОСТКИ: ОСОБЕННОСТИ ВЗАИМОСВЯЗИ ПРОЯВЛЕНИЯ КОПИНГ-ПОВЕДЕНИЯ

Аннотация

В данной статье на основе теоретического и эмпирического анализа раскрываются психологические особенности проявления копинг-поведения у родителей и их подростков. Теоретико-методологическую основу исследования составляет модель и методика копинг-механизмов, разработанная Р.Лазарус и С.Фолкмана. В исследовании приняли участие 165 родителей и их подростки. Установлено, что особенности проявления копинг-поведения у родителей и подростков тесно связаны с возрастом, социальным опытом, характером семейных отношений и эмоциональным климатом. Результаты статистического анализа показали наличие значимой взаимосвязи между копинг-поведением родителей и подростков.

**Ключевые слова:** копинг, подросток, конфронтационный копинг, дистанцирование, избегание, принятие ответственности, социальная поддержка, планирование решения проблемы.

**Kirish.** Zamonaviy psixologiyada stress va uni yengib o'tish mexanizmlarini o'rganish dolzarb ilmiy yo'nalishlardan biri hisoblanadi. O'smirlik davri esa psixologik jihatdan murakkab va inqirozli bosqich bo'lib, emotsional beqarorlik, identifikatsiya jarayonlari va ijtimoiy rol o'zgarishlari bilan tavsiflanadi. Shu sababli bu davrda koping xulq-atvorining shakllanishi va namoyon bo'lishi alohida ilmiy tahlilni talab etadi.

**Mavzuga oid adabiyotlar tahlili.** Koping xulq-atvorining ilmiy o'rganilishi XX asrning ikkinchi yarmida stress psixologiyasi doirasida boshlangan bo'lib, bu boradagi fundamental tadqiqotlar G.Selye nomi bilan bog'liq. Olim stressni organizmning tashqi talab va bosimlarga moslashuvchan umumiy javobi sifatida talqin qilgan [1].

Koping stressli hodisadan keyingi vositasi bilan moslashish jarayoni nazarda tutiladi. Atamadan birinchi bo'lib L.Merfi 1962 yili yosh krizisi bilan bog'liq bolalar qiynchiligini yengish usullarining tadqiqotida foydalandi.

Koping inglizcha "coping" so'zidan olingan bo'lib, "yengish" degan ma'noni anglatadi va stressli vaziyatni hal etishga, nizolarni bartaraf qilishga qaratilgan xulq-atvor ko'rinishlari yengib o'tuvchi xulq-atvor hisoblanadi.

Keyinchalik R.Lazarus va S.Folkman tomonidan ishlab chiqilgan transaksional nazariya koping tushunchasini yanada kengaytirib, uni shaxs va muhit o'rtasidagi o'zaro ta'sir jarayonida yuzaga keladigan kognitiv va xulq-atvoriy strategiyalar majmui sifatida izohladi [2]. Ularning fikriga ko'ra, koping stressli vaziyatni sub'ektiv baholash va mavjud psixologik resurslar asosida shakllanadi.

**Tadqiqot metodologiyasi.** Tadqiqotning nazariy asosini R.Lazarus va S.Folkmaning koping modeli tashkil etadi. Unga ko'ra, koping – shaxsning stressli vaziyatni kognitiv baholashi va unga mos ravishda amalga oshiradigan xulq-atvori hamda emotsional reaksiyalar tizimidir. Shuningdek, koping xulq-atvorni empirik o'lchashda R.Lazarus va S.Folkman tomonidan ishlab chiqilgan koping

mechanizm aniqlashga qaratilgan metodika tayanch sifatida olindi. Tadqiqot shuningdek, ijtimoiy o'rganish nazariyasi, oilaviy tizim yondashuvi va yosh davrlar psixologiyasi tamoyillariga tayanadi.

**Tahlil va natijalar.** Tadqiqotimiz sinalluvchilari sifatida jami 165 nafar o'smir va ularning 165 nafar ota-onalari ishtirok etdi. Tadqiqot metodikalaridan olingan natijalar sifat va miqdor tahlili qilinib o'rganildi.

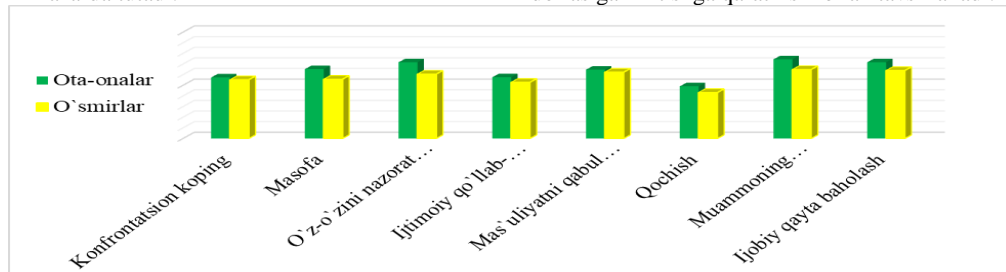
1-jadval

O'smirlar va ularning ota-onalarining koping xulq-atvor ko'rsatkichlari

		Ota-onalar	O'smirlar
1	Konfrontatsion koping	57,4 %	55,2 %
2	Masofa	65,1 %	55,7 %
3	O'z-o'zini nazorat qilish	71,7 %	60,5 %
4	Ijtimoiy qo'llab-quvvatlashni qidirish	57,6 %	52,9 %
5	Mas'uliyatni qabul qilish	64,7 %	62,3 %
6	Qochish	49 %	43,2 %
7	Muammoning yechimini rejalashtirish	74,4 %	64,8 %
8	Ijbiy qayta baholash	71,7%	63,9 %

Tadqiqot natijalari ko'ra ota-onalarda yuqori ko'rsatkich muammoning yechimini rejalashtirish kopingi 74,4%, o'smirlarda esa 64,8% ekanligi aniqlandi. Muammoning yechimini rejalashtirish kopingi vaziyatni va mumkin bo'lgan xatti-harakatlarni diqqat bilan tahlil qilish orqali muammoni bartaraf etish, muammoni hal qilish strategiyasini ishlab chiqish, obyektiv sharoitlar, o'tmish tajribasi va mavjud manbalar asosida o'z harakatlarini rejalashtirishni nazarda tutadi.

Keyingi o'rinda ijbiy qayta baholash kopingi ham yuqori darajada ota-onalarda 71,7 %, o'smirlarda 63,9% ekanligini tadqiqot natijalarimiz ko'rsatdi. Ijbiy qayta baholash kopingi muammoni qayta ko'rib chiqish tufayli muammoga bog'liq salbiy kechinmalarni yengib o'tish, uni shaxsiy o'sish uchun stimullar sifatida ko'rib chiqiladi. U muammoli vaziyatni transpersonal, falsafiy tushunish, uni shaxsning o'z-o'zini rivojlantirish bo'yicha ishlarni kengroq doirasiga kiritishga qaratilishi bilan tavsiflanadi.



1-rasm. Lazarusning "Koping xulq-atvor" metodikasi ota-ona va o'smirlar natijasining solishtirma ko'rsatkichi

O'z-o'zini nazorat qilish kopingi bo'yicha ota-onalarda yuqori 71,7%, farzandlarida esa 60,5% ko'rsatkich aniqlangan. O'z-o'zini nazorat qilish kopingi muammo bilan bog'liq salbiy kechinmalarni bartaraf etishda hissiyotlarni maqsadli bostirish va cheklash, vaziyatni idrok etish va xatti-harakatlar strategiyasini tanlashga ta'sirini minimallashtirish, xatti-harakatlarning yuqori nazorati, o'zini o'zi boshqarish istagi orqali bartaraf etishni taqozo etadi.

Mas'uliyatni qabul qilish kopingi o'smirlarda 62,3%ni, ota-onalarda esa 64,7%ni tashkil etgan. Ushbu shkala muammoning paydo bo'lishida o'z rolini subyekt tomonidan e'tirof etilishi va qaror qabul qilish uchun javobgarlik, ba'zi hollarda o'zini tanqid qilish va o'zini ayblashning o'ziga xos tarkibiy qismi hisoblanadi. Xatti-harakatlardagi ushbu strategiyaning jiddiyligi asossiz o'zini tanqid qilish va o'zini haqoratlash, aybdorlik hissi va o'ziga nisbatan surunkali norozilikka olib kelishi mumkin.

Masofa kopingi ota-onalarda 65,1%ni, o'smirlarimizda esa 55,7%ni tashkil etgan. Ushbu shkala muammo bilan bog'liq salbiy tajribalarni uning ahamiyatini subyektiv ravishda pasayishi va unga hissiy jalb qilish darajasi bilan bartaraf etishligi mumkin. Shkalaning xarakterli xususiyatiga ratsionalizatsiyaning intellektual usullari, diqqatni barqarorlashtirish, hazil qilish va boshqalarda foydalanishida ko'rinadi.

Ijtimoiy qo'llab-quvvatlashni qidirish kopingi ota-onalarda 57,6 %, o'smirlarda 52,8% ekanligi aniqlangan. Mazkur shkala muammoni tashqi (ijtimoiy) resurslarni jalb qilish, axborot, hissiy va samarali yordamni izlash orqali hal qilish tushuniladi. Shkalaning ahamiyatli tomoni boshqa

odamlar bilan hamkorlik qilish, qo'llab-quvvatlash, e'tibor, maslahat, hamdardlik, samarali yordamni kutishda ifodalanadi.

Konfrontatsion koping shkalasi ota-onalarda 57,4%ni, o'smirlarda esa 55,2% ko'rsatkichni tashkil etadi. Mazkur kopingda muammoni hal qilish doim ham maqsadga yo'naltirilgan xatti-harakatlar tizimi emas, balki aniq harakatlarni amalga oshirish orqali yuzaga chiqadi. Ko'pincha qarama-qarshilik strategiyasi noqulay deb qaraladi, ammo mo'tadil foydalanish bilan u shaxsning qiyinchiliklarga qarshilik ko'rsatish qobiliyatini, muammoli vaziyatlarni hal qilishda energiya va tadbirkorlikni, o'z manfaatlarini himoya qilish qobiliyatini ta'minlaydi.

Tadqiqot natijalariga ko'ra qochish kopingi ota-onalarda 49%, o'smirlarda 43,2%ni tashkil etadi. Mazkur shkala qiyinchiliklar bilan bog'liq shaxsning salbiy kechinmalarni yengib o'tadigan qochish turi: muammoni rad etish, fantaziya, asossiz taxminlar, chalg'itadigan narsalar va boshqalarni o'z ichiga oladi. Qochish strategiyasining alohida afzalligi bilan stressli vaziyatlarda bolalarcha (infantil) xatti-harakatlar kuzatilishi mumkin [3].

Ota-onalarning koping xulq-atvori farzandlarining koping xulq-atvori shakllanishiga ta'sir etishi mumkin degan farazimizni aniqlash uchun o'smirlar va ularning ota-onalarida Lazarusning "Koping xulq-atvorni aniqlashga qaratilgan psixologik metodikasini o'tkazdik. Psixologik metodikadan olingan natijalar Kolmogorov-Smirnov mezoni asosida normal taqsimlanish qonuniga mos kelmaganligi uchun noparametrik mezonlardan foydalanildi va koping xulq-atvorlar orasida quyidagi bog'liqliklar aniqlandi.

2-jadval

## Ota-onalar va o'smirlarning koping xulq-atvorlari orasidagi bog'liqliklar (Vilkokson mezon bo'yicha)

Ko'rsatkichlar	N	O'rtacha qiymat	Standart og'ish	Vilkokson mezon	Ishonch darajasi
Konfrontatsion koping	Ota-onalarda	10,3963	2,81673	-1,437	0,151
	O'smirlarda	9,9333	3,31871		
Masofa saqlash	Ota-onalarda	11,7988	2,94777	-5,367	0,000**
	O'smirlarda	10,0182	3,08314		
O'z-o'zini nazorat qilish	Ota-onalarda	15,1402	3,43902	-5,965	0,000**
	O'smirlarda	12,6970	3,71455		
Ijtimoiy qo'llab-quvvatlashni qidirish	Ota-onalarda	10,4329	3,20493	-2,804	0,005*
	O'smirlarda	9,5030	3,78641		
Mas'uliyatni qabul qilish	Ota-onalarda	7,8110	2,20309	-1,252	0,210
	O'smirlarda	7,4788	2,61932		
Qochish	Ota-onalarda	11,8354	3,69260	-3,787	0,000**
	O'smirlarda	10,3636	3,59045		
Muammoning yechimini rejalashtirish	Ota-onalarda	13,4756	3,30542	-4,758	0,000**
	O'smirlarda	11,6606	3,72450		
Ijoiy qayta baholash	Ota-onalarda	15,1463	3,22423	-4,151	0,000**
	O'smirlarda	13,4182	3,90446		

Izoh: \* -  $p < 0,05$ , \*\* -  $p < 0,01$

Tadqiqot natijalariga ko'ra, ota-onalar va o'smir farzandlari o'rtasidagi o'zaro koping xulq-atvor farqlar ko'rsatkichlari Vilkokson mezon bo'yicha psixologik tahlil qilindi. Bunda ota-onalar va o'smirlarning muammoli vaziyatlarda qo'llaydigan koping strategiyalari (moslashuv uslublari) o'rtasida farqlar aniqlandi. Natijalarga ko'ra ota-onalar va o'smirlar o'rtasida koping strategiyalarining deyarli barcha turlari bo'yicha statistik ahamiyatli farqlar aniqlandi ( $p < 0,05$ ;  $p < 0,01$ ), biroq konfrontatsion koping va mas'uliyatni qabul qilish ko'rsatkichlarida farq aniqlanmagan. Konfrontatsion koping ( $Z = -1,437$ ;  $p = 0,151$ ) tafovut mavjud emasligiga har ikki ko'rsatkichdagi stressli vaziyatlarda muammoga nisbatan faol, to'g'ridan-to'g'ri munosabatda bo'lishga teng darajada moyillikni asos qilib keltirish mumkin. Ya'ni, o'smirlar ham, ota-onalar ham stressni "kurashish" yo'li bilan hal etishga urinadi. Psixologik jihatdan bu strategiya himoya mexanizmlarining nisbatan reaktiv shakliga kiradi va yoshga xos sezilarli farq ko'rsatmaydi. Masofa saqlash ( $Z = -5,367$ ;  $p = 0,000$ ) shkalasida tafovut aniqlanmaganligi sababi sifatida ota-onalarda stressli holat vaqti vaziyatdan hissiy jihatdan uzoqlashish, muammoni ob'ektivroq ko'rishga moyillikda deb belgilash sabab bo'lsa, o'smirlar odatda vaziyatga bevosita hissiy javob qaytarishi bilan izohlash mumkin. Psixologik nuqtai nazardan, bu farq hayotiy tajriba, hissiy yetuklik va o'zini tuta bilish darajasining shakllanganligidan dalolat beradi.

O'z-o'zini nazorat qilish ota-onalarda sezilarli darajada yuqori ( $Z = -5,965$ ;  $p = 0,000$ ). Bu ularning stressli holatlarda o'z hissiyotlarini va xatti-harakatlarini boshqarish, ichki barqarorlikni saqlash qobiliyatining yuqoriligi bilan izohlanadi. O'smirlik davrida esa bu ko'nikma to'liq shakllanmaganligi, impulsivlik va hissiy o'zgaruvchanlik kuchli bo'lishi bilan ta'riflanadi. Shu sababli, o'z-o'zini nazorat qilishning yetuk darajasi shaxsiy o'sish va psixologik mustaqillikning belgisi sifatida talqin qilinadi.

Ijtimoiy qo'llab-quvvatlashni qidirish ( $Z = -2,804$ ;  $p = 0,005$ ) shkalasi ota-onalar stressli vaziyatlarda yaqinlari, do'stlari yoki oila a'zolari bilan muloqot qilish, maslahat va emotsional yordam izlashga nisbatan faolroqligi aniqlangan. O'smirlarda ushbu ko'rsatkich pastligiga o'z dunyosiga berilib, his-tuyg'ularini ichida saqlashga moyilligi sabab qilib ko'rsatishimiz mumkin. Natija asosida ijtimoiy qo'llab-quvvatlashni izlash kattalarda ijtimoiy adaptatsiya va empatik ehtiyojning shakllanganligini bildirdi, o'smirlikda ijtimoiy qo'llab-quvvatlashni qidirish ko'rsatkichi barqaror emas.

Mas'uliyatni qabul qilish shkalasida ahamiyatli darajada farq aniqlanmadi ( $Z = -1,252$ ;  $p = 0,210$ ). Olingan natijaga ko'ra, ota-onalar ham, o'smirlar ham stressli holatlarda muammoni o'z zimmasiga olish yoki vaziyat uchun

javobgarlikni sezish darajasida katta tafovut ko'rsatmaydi. Psixologik jihatdan bu, mas'uliyat hissining o'smirlikdan boshlab shakllanishi va ijtimoiy rollarning ta'siri bilan asta-sekin yetilishidan dalolat beradi.

Qochish shkalasi bo'yicha statistik jihatdan sezilarli farq aniqlandi ( $Z = -3,787$ ;  $p = 0,000$ ). Ota-onalarda "qochish" strategiyasi ko'proq uchraydi. Bu holat bir qarashda paradoks talqin tuyuladi, biroq kattalarda stressli vaziyatni vaqtincha kechiktirish yoki hissiy dam olish shaklida namoyon bo'ladi. O'smirlar esa ko'pincha bevosita reaksiya bildiradi. Shu jihatdan, qochish strategiyasi ota-onalarda ongli himoya mexanizmi sifatida, o'smirlarda esa ba'zan reaktiv himoya shaklida ifodalanadi.

Muammoning yechimini rejalashtirish shkalasi ko'rsatkichlari bo'yicha ota-onalar va o'smirlar o'rtasida juda sezilarli farq mavjud ( $Z = -4,758$ ;  $p = 0,000$ ). Ota-onalar muammoni hal qilishda tizimli fikrlash, rejalashtirish va oqibatlarni oldindan baholashga moyil. O'smirlar esa emotsional qarorlar qabul qilishga, impulsiv reaksiya ko'rsatishga moyillik saqlaydi. Bu holat kognitiv va emotsional yetuklik farqini aniq ifodalaydi. Ota-onalardagi yuqori ko'rsatkich ularning hayotiy tajribasi va barqaror qaror qabul qilish ko'nikmalariga asoslanadi.

Ijoiy qayta baholash shkalasida ham sezilarli farq kuzatildi ( $Z = -4,151$ ;  $p = 0,000$ ). Ota-onalar stressli holatlarni ijoiy ma'noda qayta talqin qilish, undan tajriba yoki saboq olishga ko'proq moyil. O'smirlar esa vaziyatni sub'ektiv, hissiy va dramatik tarzda baholashadi. Bu shaxsiy yetuklik, hayotiy falsafa va ruhiy moslashuvning natijasi sifatida talqin qilinadi. Psixologik jihatdan bu strategiya barqaror ruhiy holat bilan bevosita bog'liq.

**Xulosa va takliflar.** Ushbu ko'rsatkichlar asosida tahmin qilish mumkin-ki, Ota-onalar – stressli vaziyatlarda ko'proq ongli, rejalashtirilgan va ijoiy yo'l bilan moslashadilar. O'smirlar esa emotsional, spontan va impulsiv tarzda javob qaytarishga moyil. Bu holat shaxsiy yetuklik, ijtimoiy tajriba va emotsional barqarorlik darajasi bilan izohlanadi. Ushbu natija R.Lazarus va S.Folkman nazariyasiga ko'ra, koping strategiyalari shaxsning stressni idrok etish va unga moslashish qobiliyatini ifodalashi, yosh o'tgan sari muammoga yo'naltirilgan koping strategiyalari kuchayishi, o'smirlikda esa emotsional koping ustun bo'lishi bilan ilmiy izohlanadi.

Ota-ona va o'smirlarda koping xulq-atvor namoyon bo'lishining o'ziga xos psixologik jihatlari yosh, ijtimoiy tajriba, oilaviy munosabatlar va emotsional muhit bilan chambarchas bog'liq. O'smirlik davrida koping strategiyalari hali barqaror shakllanmagan bo'lib, ular ko'p jihatdan ota-onaning namunasiga asoslanadi.

Shu sababli oilaviy psixoprofilaktika, ota-onalar uchun psixologik treninglar va o'smirlar bilan individual ishlash koping kompetensiyalarini rivojlantirishda samarali vosita bo'lib xizmat qiladi.

#### ADABIYOTLAR

1. H. Selye. *The Stress of Life*. New York: McGraw-Hill. (1976).
2. R. S. Lazarus & S. Folkman. *Stress, Appraisal, and Coping*. New York: Springer Publishing Company 1984.
3. Saboxiddinova Sh.X. O'smirlar va ularning ota-onalarida koping xulq-atvorni namoyon bo'lishining o'ziga xos xususiyatlari. Volume 5 of Latin American journal of education. ISSN:2155-1596. October, 2025. p 356-360.
4. Lazarus, R. S., & Folkman, S. *Stress, Appraisal, and Coping*. - New York: Springer Publishing Company, 1988. p 456 .
5. S.Folkman, R.S.Lazarus "Coping as a mediator of emotion". *Journal of Personality and Social Psychology*. -1988. -Vol. 54. -p. 466-475
6. Kryukova, T. L., Kuftyak, E. V., & Zamishlyeva, M. S. (2004). *Psixologiya stressa i sovladayushchego povedeniya: Uchebnoe posobie*. - Kostroma: KGU im. N.A. Nekrasova, 124 s.
7. Saboxiddinova Sh.X. O'smirlar va ularning ota-onalarida koping xulq-atvorni namoyon bo'lishining o'ziga xos xususiyatlari. Volume 5 of Latin American journal of education. ISSN:2155-1596. October, 2025. p 356-360.
8. Saboxiddinova Sh.X. O'smirlar davri yosh kesimida koping xulq-atvorni shakllanishi. *Maktabgacha va maktab ta'limi. Pedagogika, psixologiya fanlariga ixtisoslashgan ilmiy jurnal*. 2025-yil №12. 1839-1842 b.
9. Saboxiddinova Sh.X. Koping xulq-atvorni psixologik xususiyatlarini fanda o'rganilganlik holati. "Yoshlar ta'lim-tarbiyasi jarayonida psixologik yetuklikni shakllantirish va rivojlantirishning ilmiy-amaliy asoslari" mavzusidagi Respublika ilmiy-amaliy anjumani. Toshkent-2023. 931-933 b.
10. Saboxiddinova Sh.X. Koping xulq-atvori tushunchasining psixologik adabiyotlardagi tavsifi. "Jamiyatning barqaror ijtimoiy-iqtisodiy rivojlanish yillarida zamonaviy shaxs rivojlanishining psixologik xususiyatlari" mavzusidagi xalqaro ilmiy konferensiya. 566-568 b.