



UO‘T: 159.923.2

Nafosat Sh. SHAKAROVA,
Mustaqil tadqiqotchi, ISFT instituti, Toshkent, O‘zbekiston
E-mail:shakarovanafosat@gmail.com

PhD G.Ziyavitdinova taqrizi asosida

TALABALARNING OLIY TA'LIM MUASSASASIGA MOSLASHUVI VA XAVOTIRLANISH DARAJASINING O'ZARO BOG'LIQLIGI: IJTIMOYIY-PSIXOLOGIK TAHLIL

Аннотация

Mazkur maqolada talabalarning oliy ta'lim muassasasiga moslashuvi va xavotirlanish darajasi o'rtasidagi bog'liqlik ijtimoiy-psixologik nuqtai nazardan tahlil qilingan. Tadqiqotda 515 nafar talaba ishtirok etib, ularning akademik, ijtimoiy va emotsional moslashuv darajalari hamda o'quv motivatsiyasi o'rganildi. Tadqiqot jarayonida Rodjers va Daymondning ijtimoiy-psixologik moslashuv so'rovnomasi, Spilberger–Xaninning xavotirlanish darajasini aniqlash metodikasi, Teylorning bezovtalanish darajasini aniqlash metodikasi hamda Dubovitskaya va Krilovning moslashuvchanlik metodikalaridan foydalanildi. Natijalar talabalarda akademik va ijtimoiy moslashuv ko'rsatkichlari yuqori ekanligini, biroq emotsional moslashuv nisbatan past darajada ekanligini ko'rsatdi. Shuningdek, xavotirlanish darajasi va moslashuv ko'rsatkichlari o'rtasida statistik jihatdan ahamiyatli bog'liqlik mavjudligi aniqlandi. Olingan natijalar oliy ta'lim muassasalarida talabalarning psixologik salomatligini qo'llab-quvvatlash hamda moslashuv jarayonlarini optimallashtirish bo'yicha amaliy tavsiyalar ishlab chiqish uchun muhim ilmiy asos bo'lib xizmat qiladi. **Kalit so'zlar:** talaba, moslashuv, ijtimoiy-psixologik moslashuv, xavotirlanish, emotsional moslashuv, akademik moslashuv, o'quv motivatsiyasi, oliy ta'lim, universitet muhiti, psixologik salomatlik.

ВЗАИМОСВЯЗЬ АДАПТАЦИИ СТУДЕНТОВ К ВЫСШЕМУ УЧЕБНОМУ ЗАВЕДЕНИЮ И УРОВНЯ ТРЕВОЖНОСТИ: СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКИЙ АНАЛИЗ

Аннотация

В данной статье рассматривается взаимосвязь между адаптацией студентов к условиям высшего учебного заведения и уровнем тревожности с социально-психологической точки зрения. В исследовании приняли участие 515 студентов, у которых были изучены показатели академической, социальной и эмоциональной адаптации, а также учебной мотивации. В качестве диагностического инструментария использовались методика социально-психологической адаптации Роджерса–Даймонда (модификация Снегиревой), шкала тревожности Спилбергера–Ханина, методика диагностики уровня тревожности Тейлора (модификация Т.А. Немчинова), а также методика изучения адаптации студентов Т.Д. Дубовицкой и А.В. Крылова. Полученные результаты показали высокий уровень академической и социальной адаптации студентов при сравнительно низких показателях эмоциональной адаптации. Также выявлена статистически значимая взаимосвязь между уровнем тревожности и показателями адаптации. Результаты исследования могут быть использованы при разработке программ психологического сопровождения студентов и совершенствовании условий их адаптации в системе высшего образования.

Ключевые слова: студент, адаптация, социально-психологическая адаптация, тревожность, эмоциональная адаптация, академическая адаптация, учебная мотивация, высшее образование, университетская среда, психологическое здоровье.

THE RELATIONSHIP BETWEEN UNIVERSITY STUDENTS' ADAPTATION AND ANXIETY LEVELS: A SOCIO- PSYCHOLOGICAL ANALYSIS

Annotation

This article examines the relationship between university students' adaptation and anxiety levels from a socio-psychological perspective. The study involved 515 students whose academic, social, and emotional adaptation as well as learning motivation were assessed. The research employed the Rogers–Diamond Social-Psychological Adaptation Questionnaire (Snegirova's modification), the Spielberger–Khanin Anxiety Scale, Taylor's Anxiety Scale (T.A. Nemchinov's modification), and the student adaptation methodology developed by T.D. Dubovitskaya and A.V. Krylov. The findings revealed high levels of academic and social adaptation among students, while emotional adaptation was found to be relatively lower. Furthermore, statistically significant relationships were identified between anxiety levels and adaptation indicators. The results provide an important scientific basis for developing psychological support programs and improving adaptation processes within higher education institutions.

Keywords: student, adaptation, socio-psychological adaptation, anxiety, emotional adaptation, academic adaptation, learning motivation, higher education, university environment, psychological well-being.

Kirish. Yangi O'zbekistonda zamonaviy ta'lim tizimini takomillashtirish jarayonida talaba shaxsiga qo'yiladigan obyektiv talablarni qayta ko'rib chiqish, uning o'z ustida mustaqil ishlash faoliyatini rivojlantirish hamda professional pedagogning zamonaviy modelini shakllantirishga qaratilgan me'yoriy-huquqiy asoslar izchil yaratilmoqda. Bu

jarayon ta'lim sifatini oshirish, talabalarning kasbiy va shaxsiy kompetensiyalarini rivojlantirishga xizmat qilmoqda. Mamlakatni modernizatsiya qilish, ilmiy-tadqiqot va innovatsion faoliyatni samarali tashkil etish uchun zarur bo'lgan huquqiy-me'yoriy shart-sharoitlarni yaratish, ijtimoiy-iqtisodiy barqaror rivojlanishni ta'minlash maqsadida yuqori

malakali kadrlar tayyorlash sifatini oshirish hamda inson kapitalini mehnat bozori talablariga mos ravishda rivojlantirish ustuvor vazifalar sifatida belgilangan. Ta'lim yo'nalishlari va mutaxassisliklarning o'ziga xos xususiyatlarini inobatga olgan holda, o'quv rejalarini va fan dasturlarining mazmunini yangilash, mutaxassislik fanlari bo'yicha soatlar taqsimotini kadrlar buyurtmachilari bilan hamkorlikda, fan va texnologiyalarning so'nggi yutuqlariga tayangan holda shakllantirish muhim ahamiyat kasb etmoqda. Bu esa ta'lim jarayonini amaliyot bilan integratsiyalash, bitiruvchilarning raqobatbardoshligini oshirishga xizmat qiladi.

Mavzuga oid adabiyotlar tahlili. Talabalarining oliy ta'lim muassasasiga moslashuvi va xavotirlanishi o'zaro uzviy bog'liq bo'lib, bu bog'liqlik shaxsning ijodiy faolligi, ichki motivatsiyasi, individual-psixologik xususiyatlari hamda ta'lim muhitining ijtimoiy-psixologik sharoitlari bilan belgilanadi. Mazkur omillarni kompleks tarzda o'rganish talabalarining moslashuv darajasini oshirish va xavotirlanishni kamaytirishga qaratilgan samarali psixologik yondashuvlarni ishlab chiqish imkonini beradi [1].

V.V.Rubsov o'quv jarayonida ijtimoiy munosabatlarning to'g'ri tashkil etilishi muhim psixologik shartlardan biri ekanligini alohida ta'kidlaydi. Uning fikricha, ta'lim samaradorligi nafaqat bilim mazmuniga, balki o'quv jarayonida shakllanadigan ijtimoiy-psixologik muhitga ham bevosita bog'liqdir. Rubsov o'quv jarayonida yuzaga keladigan qator muammoli jihatlarini ajratib ko'rsatadi. Jumladan, individual va guruhviy o'quv faoliyatining o'zaro uyg'unligini ta'minlash masalasi, o'quv guruhlarini psixologik jihatdan to'g'ri shakllantirish hamda talabalar o'rtasida samarali hamkorlikni yo'lga qo'yish dolzarb vazifa sifatida qaraladi[2].

A.V. Tishkovskiy kasbiy tanlov muammosini tahlil qilish jarayonida ushbu sohada uchraydigan terminologik noaniqliklarga alohida e'tibor qaratadi hamda kutish, niyat, tanlov, afzallik, xohish va kasbiy yutuq kabi tushunchalar o'rtasidagi mazmuniy farqlarni asoslab beradi[3]. T.P. Borisovning dissertatsiya tadqiqotida kasbiy kutishlar bilan oliy ta'lim muassasasining ijtimoiy-ta'lim muhiti o'rtasida uzviy bog'liqlik mavjudligi ilmiy asoslangan[4].

A.F. Lazurskiy tomonidan ishlab chiqilgan shaxs klassifikatsiyasida o'z ustida mustaqil ishlashni namoyon etish darajasi shaxs rivojlanishining asosiy mezonlaridan biri sifatida talqin qilinadi. Olim shaxsni tasniflashda asab-psixik quvvat miqdori va faollik darajasini yetakchi omil deb hisoblaydi hamda shaxsning tashqi muhit bilan o'zaro munosabatini asosiy mezon sifatida ko'rsatadi[5].

L.V. Zankov ta'lim jarayonini tashkil etishda yangi pedagogik metodlarni ta'lim oluvchilarning individual psixologik xususiyatlarini namoyon etish va rivojlantirishga yo'naltirish zarurligi haqidagi g'oyani ilgari surgan. Uning ta'kidlashicha, ta'lim usullari va texnologiyalarini o'quvchilarning individual qobiliyatlari, ehtiyojlari va rivojlanish sur'atlariga mos holda ishlab chiqish ularning o'quv faoliyatiga bo'lgan qiziqishini oshiradi hamda o'quv samaradorligining ortishiga xizmat qiladi[6].

L.V. Zankovning g'oyalari ko'ra, ta'lim jarayonida turli shaxsiy rivojlantiruvchi metod va texnikalarni ishlab chiqish hamda ularni amaliyotga joriy etish zarur. Bu metodlar orqali talabalarining iqtidorini alohida namoyon qilish, ularning qobiliyat va individual sifatlarini bir xil ijtimoiy-psixologik muhitda rivojlantirish imkoniyati yaratiladi. Shu bilan birga, o'quv guruhidagi ijtimoiy-psixologik muhitning sifati ham muhim omil hisoblanadi, chunki turli darajadagi qobiliyatga ega talabalar mazkur muhitda o'zlarini erkin namoyon qilish jarayonida ma'lum psixologik to'siqlarga duch kelishlari mumkin. L.V. Zankov tomonidan ilgari surilgan shaxsiga yo'naltirilgan ta'lim konsepsiyasi talabalarining o'quv

faoliyatini samarali tashkil etish, oliy ta'lim muassasasiga moslashuvini tezlashtirish va xavotirlanish darajasini kamaytirishning muhim psixologik sharti sifatida qaralishi mumkin [6].

Talabalarining moslashuvi masalasi psixologik adabiyotlarda keng yoritilgan mavzulardan biri bo'lib, uning dolzarbligi jahon miqyosida ta'lim jarayonlarining internatsionallashuvi va akademik mobillikning kuchayishi bilan yanada ortib bormoqda. Ta'lim tizimining globallasuvi, talabalarining turli hudud va madaniy muhitlarda tahsil olishga bo'lgan qiziqishi, shuningdek, akademik almashinuv dasturlarining kengayishi ushbu masalani nafaqat pedagogik, balki psixologik nuqtayi nazardan ham chuqur o'rganishni talab qiladi. O'zbekiston ta'lim tizimi sharoitida talabalarining moslashuvi muammosini tahlil qilishda madaniy, ijtimoiy va psixologik omillarning o'zaro uyg'unligi hamda birgalikdagi ta'sir mexanizmlarini kompleks yondashuv asosida o'rganish zarur.

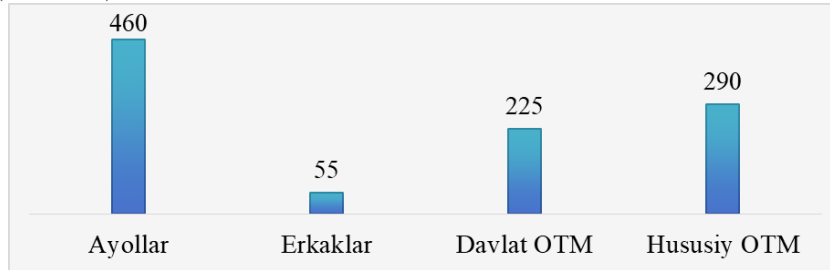
Psixologik adabiyotlarda talabalarining moslashuvi ko'pincha madaniy muhitga ko'nikish, shaxslararo munosabatlarni yo'lga qo'yish, stressni boshqarish, emotsional barqarorlik va motivatsion resurslar orqali izohlanadi. Ushbu yo'nalishdagi tadqiqotlarda yangi muhitga kirish jarayonida yuzaga keladigan psixologik qiyinchiliklar, xususan, "madaniy shok", begonalik hissi, ijtimoiy ajralish, kommunikativ to'siqlar va noaniqlik bilan bog'liq xavotir holatlari muhim determinanta sifatida talqin qilinadi. Mazkur omillar talabalarining psixologik farovonligiga, ijtimoiy moslashuv tezligiga hamda akademik faoliyat samaradorligiga sezilarli ta'sir ko'rsatishi qayd etiladi.

Talabalarining oliy ta'lim muassasasiga moslashuvi jarayoni ularning kasbiy shakllanishi va kelajak faoliyatiga oid psixologik holatlari bilan uzviy bog'liq bo'lib, mazkur jarayon kasbiy xavotirlanishning paydo bo'lishi va rivojlanishiga sezilarli ta'sir ko'rsatadi. Ushbu jarayonni T. Kazanseva tomonidan taklif etilgan kasbiy rivojlanishning bosqichli modeli asosida tahlil qilish talabalarining moslashuv mexanizmlarini chuqurroq anglash imkonini beradi. Moslashuvning boshlang'ich bosqichida, ya'ni talabaning oliy ta'lim muhitiga kirib kelish davrida, kasbga oid niyat va kutilmalar shakllana boshlaydi. Bu davrda talabalar o'z kasbiy tanlovining to'g'riligiga shubha qilishlari, akademik talabalar va ijtimoiy muhitga moslashish zarurati tufayli kasbiy va o'quv faoliyatiga oid xavotirlanish holatlarini boshdan kechiradilar. Ayniqsa, oila va jamiyat tomonidan qo'yilgan kutilmalar bilan shaxsiy intilishlar o'rtasidagi nomuvofiqlik xavotir darajasining oshishiga olib kelishi mumkin[7].

Tadqiqot metodologiyasi. Tadqiqot usullari sifatida nazariy va empirik tadqiqot usullaridan foydalanildi. Nazariy usullar sifatida ilmiy adabiyotlarni tahlil qilish, umumlashtirish, taqqoslash va tizimlashtirish usullari qo'llanildi. Empirik usullar sifatida Ijtimoiy-psixologik moslashuvni o'rganish so'rovnomasi (Rodgers va Daymondning Snigrova modifikatsiyasi), Spilberger-Xanning xavotirlanish darajasini aniqlash metodikasi, Teylarning bezovtalanish darajasini aniqlash metodikasi (T.A. Nemchinov modifikatsiyasi), T.D. Dubovitskaya va A.V. Krilovning talabalarining oliy ta'lim muassasasiga moslashuvchanligini o'rganish metodikasi qo'llanildi. Olingan natijalarning ishonchligi matematik-statistik usullar, jumladan, Styudentning t-mezone, Pearson korrelyatsiya koeffitsiyenti hamda tavsifiy statistika ko'rsatkichlari yordamida tahlil qilindi.

Tadqiqot ishimizda jami 515 nafar talabalar ishtirok etgan bo'lib, shundan, 460 nafar ayol va 55 nafar erkaklardan iborat. Sinaluvchilarning 225 nafari davlat oliy ta'lim

muassasalari, 290 nafari esa hususiy oliy talim muassasalari talabalaridan iborat (2.1.1-rasm).



2.1.1-rasm. Tadqiqot ishtirokchilarining birlamchi statistikasi.

Birlamchi statistik natijalar tahlili orqali sinaluvchilarning umumiy yoshiga ko'ra uch toifaga ajratildi, bular: 18-25 yoshlilar, 26-35 yoshlilar va 36-46 yoshlilar toifasiga ajratildi (2.1.2-rasm). Tanlanmadagi jinsiy tarkib (ayollar - 89,3%, erkaklar - 10,7%) pedagogika ta'lim

yo'nalishining real demografik tuzilmasini aks ettiradi va O'zbekiston oliy ta'lim statistikasi bilan hamohangdir. Shu sababli ushbu nomutanosiblik tadqiqot cheklovi sifatida emas, balki o'rganilayotgan kontingentning obyektiv xususiyati sifatida talqin etiladi.



2.1.2-rasm. Respondentlarning yosh guruhi haqida birlamchi statistik ma'lumot.

Ijtimoiy-psixologik so'rovnoma orqali talabalarining akademik, ijtimoiy, emotsional, o'quv va universitetga moslashuvini o'rganish maqsadida birlamchi statistik ma'lumotlar olindi (2.1.1-jadval). Tadqiqotda ishtirok etgan sinaluvchilar kunduzgi ta'lim shaklida tahsil oluvchi talabalar

bo'lib, kunduzgi ta'limda katta yoshli talabalarining moslashuv va xavotirlanish xususiyatlarini o'rganish O'zbekiston sharoiti uchun bugungi kunda yangilik bo'lib, bu dissertatsiyangizning ilmiy yangilik qismini mustahkamlashga xizmat qiladi.

Ijtimoiy-psixologik so'rovnomaning birlamchi statistik natijalari

2.1.1-jadval

T/R	Ko'rsatkichlar (% foiz hisobida)	past	o'rta	yuqori
1	Akademik moslashuv darajasi	1	19,4	79,6
2	Ijtimoiy moslashuv darajasi	1	18,4	80,6
3	Emotsional moslashuv	31,1	57,3	11,7
4	O'quv motivatsiyasi	2,9	8,7	88,3
5	Universitetga moslashuv	2,9	24,3	72,8

2.1.1-jadval natijalariga ko'ra, talabalar orasida akademik va ijtimoiy moslashuv ko'rsatkichlari nisbatan yuqori ekanligi kuzatildi. Jumladan, respondentlarning 79,6 foizida akademik moslashuv darajasi yuqori ekanligi aniqlangan bo'lsa, 19,4 foizida o'rta va atigi 1 foizida past daraja qayd etildi. Mazkur natijalar talabalarining aksariyati oliy ta'lim muassasasidagi o'quv jarayoniga, ta'lim talablari va akademik yuklamaga muvaffaqiyatli moslashayotganligini ko'rsatadi.

Ijtimoiy moslashuv ko'rsatkichlari ham shunga yaqin natijalarni namoyon etdi. Xususan, talabalarining 80,6 foizida ijtimoiy moslashuv yuqori darajada ekanligi aniqlangan bo'lib, bu ularning guruhdoshlar bilan samarali muloqot o'rnatishi, jamoaga integratsiyalashuvi hamda universitet ijtimoiy muhitiga moslashganligini anglatadi. Shu bilan birga, 18,4 foiz talabalarda o'rta, 1 foizida esa past darajadagi ijtimoiy moslashuv kuzatildi.

Emotsional moslashuv natijalari boshqa ko'rsatkichlarga nisbatan farqliroq holatni ko'rsatdi. Talabalarining 57,3 foizida emotsional moslashuv o'rta darajada ekanligi aniqlangan bo'lsa, 31,1 foizida past, faqat 11,7 foizida yuqori daraja qayd etildi. Ushbu natijalar talabalar orasida emotsional barqarorlik va psixologik komfort yetarli darajada shakllanmaganligini ko'rsatishi mumkin. Ayniqsa, emotsional moslashuvning past ko'rsatkichlari ayrim talabalarda ichki

xavotir, psixologik zo'riqish va stress holatlarining mavjudligini taxmin qilish imkonini beradi.

O'quv motivatsiyasi natijalari esa respondentlarning katta qismida ijobiy ko'rsatkichlarni namoyon etdi. Jumladan, 88,3 foiz talabalarda o'quv motivatsiyasi yuqori darajada ekanligi aniqlangan bo'lib, bu ularning ta'lim olishga bo'lgan ichki ehtiyoji, kasbiy maqsadlari va akademik rivojlanishga intilishi yuqori ekanligini ko'rsatadi. Faqatgina 8,7 foiz respondentlarda o'rta va 2,9 foizida past motivatsiya qayd etilgan.

Universitetga umumiy moslashuv natijalariga ko'ra esa respondentlarning 72,8 foizida yuqori moslashuv darajasi kuzatildi. Bu talabalar oliy ta'lim muassasasining akademik va ijtimoiy muhitiga muvaffaqiyatli integratsiyalashayotganligini ko'rsatadi. Shu bilan birga, 24,3 foiz talabalarda moslashuvning o'rta darajasi qayd etilgan bo'lib, ular bilan psixologik-pedagogik qo'llab-quvvatlash ishlarini olib borish maqsadga muvofiq hisoblanadi. Past moslashuv ko'rsatkichi esa 2,9 foiz respondentlarda kuzatildi.

Tadqiqot natijalari talabalar orasida akademik va ijtimoiy moslashuv hamda o'quv motivatsiyasi yuqori ekanligini ko'rsatgan bo'lsa-da, emotsional moslashuv ko'rsatkichlari nisbatan pastroq ekanligi aniqlanib, bu yo'nalishda psixologik profilaktika va korreksion ishlarni kuchaytirish zarurligini ko'rsatadi.

Xulosa. Xulosa qilib aytganda, tadqiqotning nazariy va empirik tahlillari talabalarning oliy ta'lim muassasasiga moslashuvi ko'p komponentli psixologik jarayon ekanligini ko'rsatdi. O'rganilgan ilmiy manbalar hamda xalqaro tadqiqotlar natijalari talabalarda akademik moslashuv, ijtimoiy

integratsiya va psixomotsional holat o'rtasida uzviy bog'liqlik mavjudligini tasdiqladi. Ayniqsa, xavotirlanish darajasi ortishi moslashuv jarayonining murakkablashuvi, emotsional zo'riqish va psixologik diskomfort bilan bog'liq ekanligi ilmiy jihatdan asoslandi.

ADABIYOTLAR

1. Лейтес Н.С. Психология одаренности детей и подростков / Под ред. Н. С. Лейтеса. - М: Изд. Центр Академия, 1996. - 416 с
2. Рубцов В. В. Совместная учебная деятельность в контексте проблемы соотношения социальных взаимодействий и обучения. //Вопросы психологии. – 1998 . -№5.
3. Тышковский Александр Владимирович. Социально-психологические основы формирования и реализации ожиданий в профессиональном выборе и карьере: Дис. ... д-ра психол. наук: 19.00.05: Москва, 1999 481 с. РГБ ОД, 71:00-19/25-5.
4. Прихожан А.М. К построению коррекционных программ по преодолению тревожности у подростков и юношей // Научные основы прикладной психологии. М. 1989. С. 145-146
5. Лазурский, А. Ф. А. Ф. Лазурский. Избранные труды по общей психологии. К учению о психической активности. Программа исследования личности / А.Ф. Лазурский. - М.: Алетейя, 2001. - 192 с.
6. Занков Л. В. Избранные педагогические труды. М.: Дом педагогики, 1999. С. 452.
7. Hartung, P. J., Porfeli, E. J., & Vondracek, F. W. (2005). Child vocational development: A review and reconsideration. *Journal of Vocational Behavior*, 66(3), 385–419. <https://doi.org/10.1016/j.jvb.2004.05.006>