



Chinnigul LATIPOVA,

Tayanch doktorant, Buxoro davlat universiteti, Buxoro, O'zbekiston

E-mail: gulilatipova91@gmail.com, <https://orcid.org/0009-0007-3851-7581>

BuxDPI professori, p.f.d. J.Dj.Ramazonov taqrizi asosida

PSYCHOLOGICAL CHARACTERISTICS OF ANXIETY AND NEUROTICISM MANIFESTATION IN ADOLESCENTS WITHIN THE VIRTUAL ENVIRONMENT

Annotation

The article provides a systematic analysis of the psychological changes occurring in the personality traits of adolescents growing up in an information society due to their attachment to the virtual world. The study examines the relationship between online activity characteristics and the levels of emotional stability and anxiety among school students aged 14-16 (N = 92). The empirical findings reveal that adolescents with increased signs of internet dependence exhibit higher levels of neuroticism and chronic anxiety, with a predominant tendency toward virtual avoidance of real-world problems. The obtained results are statistically substantiated using Student's t-test and Pearson correlation analysis.

Key words: Virtual space, adolescent crisis, emotional lability, neuroticism, trait anxiety, state anxiety, determinism, internet addiction, avoidance strategy, Student's t-test.

ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ ПРОЯВЛЕНИЯ ТРЕВОЖНОСТИ И НЕВРОТИЗМА У ПОДРОСТКОВ В ВИРТУАЛЬНОЙ СРЕДЕ

Аннотация

В статье представлен системный анализ психологических изменений личностных свойств подростков, взрослеющих в информационном обществе, обусловленных их привязанностью к виртуальному миру. В исследовании изучается взаимосвязь между характеристиками онлайн-активности и уровнем эмоциональной стабильности и тревожности у учащихся школ в возрасте 14–16 лет (N = 92). Эмпирические результаты показывают, что у подростков с повышенными признаками интернет-зависимости наблюдаются более высокие показатели невротизма и хронической тревожности с преобладающей тенденцией к виртуальному избеганию проблем реального мира. Полученные результаты статистически обоснованы с использованием t-критерия Стьюдента и корреляционного анализа Пирсона.

Ключевые слова: Виртуальное пространство, подростковый кризис, эмоциональная лабильность, невротизм, личностная тревожность, ситуативная тревожность, детерминизм, интернет-зависимость, стратегия избегания, t-критерий Стьюдента.

VIRTUAL MUHITDA O'SMIRLAR XAVOTIRLIGI VA NEVROTIZMI NAMOYON BO'LISHINING PSIXOLOGIK XUSUSIYATLARI

Annotatsiya

Maqolada axborotlashgan jamiyat sharoitida voyaga yetayotgan o'smirlarning virtual olamga bog'lanib qolishi va buning oqibatida ularning shaxsiy xususiyatlarida yuzaga kelayotgan o'zgarishlar tizimli tahlil qilingan. Tadqiqotda 14-16 yoshli maktab o'quvchilarining (N = 92) onlayn muhitdagi faollik xususiyatlari hamda ularning emotsional barqarorlik, xavotirlik darajalari o'rtasidagi bog'liqlik o'rganilgan. Empirik o'rganishlar davomida internetga tobeklik alomatlarini kuchaygan o'smirlarda nevrotizm va surunkali xavotirlik ko'rsatkichlarining yuqoriligi, muammolardan virtual qochish (avoidance) tendensiyasi ustunligi aniqlangan va olingan natijalar Styudent t-kriteriysi hamda Pirson korrelyatsiyasi yordamida statistik jihatdan asoslangan.

Kalit so'zlar: Virtual makon, o'smirlik inqirozi, emotsional labillik, nevrotizm, shaxsiy xavotirlik, vaziyatli xavotirlik, determinizm, internet-addiksiya, qochish strategiyasi, Styudent t-kriteriysi.

Kirish. Bugungi kunda raqamli texnologiyalar o'smirlar hayotining shunchaki texnik qismiga emas, balki ularning dunyoqarashi, qadriyatlarini va ijtimoiy rollarini belgilab beruvchi subyektiv makonga aylandi. Milliy sotsiumimizda internet tezligining ortishi va ijtimoiy tarmoqlarning (xususan, Telegram, Instagram, TikTok kabi platformalarning) ommalashishi o'smirlar o'rtasida "virtual hayot" fenomenini yuzaga keltirdi.

O'smirlik yoshi o'zining psixologik tabiati bilan nihoyatda beqaror, gormonal va emotsional portlashlarga boy davr hisoblanadi. Aynan shu pallada nazoratsiz vizual va axborot oqimi o'smir asab tizimiga kuchli yuklama beradi. Real hayotdagi ziddiyatlar, maktabdagi tushunmovchiliklar yoki otana bilan emotsional masofa o'smirni virtual dunyoga yetaklaydi. Biroq, ekran ortidagi anonim muloqot va virtual muvaffaqiyat illyuziyasi shaxsning real sotsiumga

moslashuvini qiyinlashtirib, ichki xavotirlik va hissiy zaiflikni chuqurlashtiruvchi yashirin determinant vazifasini o'tamoqda. Ushbu tadqiqot aynan o'zbek o'smirlari misolida onlayn vaqt davomiyligi va ularning ruhiy barqarorligi o'rtasidagi bog'liqlikni aniqlashga qaratilgan.

Mavzuga oid adabiyotlar tahlili. Raqamli sotsializatsiya va uning shaxs shakllanishiga ta'siri masalasi so'nggi yillarda psixolog olimlarning diqqat markazida bo'lib kelmoqda. G.U. Soldatova va A.E. Voiskunsky ishlarida qayd etilishicha, zamonaviy o'smirlar "gibrid reallik" sharoitida yashamoqdalar [3]. Bu muhitlarda kognitiv funksiyalarni o'zgartirib (klipli fikrlash, diqqat tarqoqligi), affektiv sohaning mo'rtlashishiga zamin yaratadi.

E.V. Volkova hamda A.V. Chistyakovlar o'z tadqiqotlarida muhim bir jihatga e'tibor qaratishadi: oilada emotsional yaqinlik yetishmaganda, o'smir virtual olamdan

o'ziga "muqobil sotsium" qidiradi va soxta profillar (avatar) ortiga yashirinadi [4, 6]. A.I. Luchinkina modeliga ko'ra esa, onlayn xulq-atvor shakllari o'smiring psixik sog'lomligi bilan bevosita bog'liq [5].

Internet-tobellikning klinik va psixologik asoratlari o'rgangan I. Goldberg va K. Yang asarlarida virtual olamga obsessiv bog'lanib qolish nevroitik reaksiyalar va affektiv buzilishlarni keltirib chiqarishi ko'rsatilgan [1]. L.A. Regush guruhining xulosalariga ko'ra, kundalik hayotdagi qiyinchiliklarga dosh berolmagan o'smir himoya mexanizmi sifatida "qochish" (avoidance coping) strategiyasini ishga tushiradi va kiberfazoga chekinadi [2]. Mazkur nazariy qarashlar gipotezalarimizni shakllantirishda xizmat qildi.

Tadqiqot metodologiyasi. Tadqiqotimiz 14-16 yoshli maktab o'quvchilarini qamrab oldi. Dastlabki so'rovnoma elakdan o'tkazilib, diagnostik jihatdan to'liq va ishonchli bo'lgan 92 nafar o'smiring (N = 92) natijalari yakuniy statistik tahlil bazasiga kiritildi.

Sinaluvchilar virtual makonda o'tkazadigan vaqtlari va emotsional bog'liqlik darajasiga ko'ra uchta guruhga ajratib o'rganildi:

1-jadval. Sinaluvchi o'smirlarda xavotirlik darajalarining umumiy foizlarda taqsimlanishi (N = 92)

Xavotirlik darajasi	Foiz ko'rsatkichi (%)	Psixologik holat tavsifi
O'rta daraja	66.3%	Mo'tadil emotsional holat, yoshga doir tabiiy xususiyatlar.
Yuqori daraja	16.3%	Psixologik xavf guruhi, yuqori distress va affektiv labillik.
Past daraja	17.4%	Emotsional rigidlik yoki to'liq psixologik himoyalanganlik.

Olingan ma'lumotlar shuni ko'rsatadiki, o'smirlarning aksariyati o'rta me'yorda turibdi. Biroq, 16.3% sinaluvchida xavotirlikning yuqori ekanligi diqqatga sazovordir.

2-jadval. Ajratilgan guruhlarining diagnostik ko'rsatkichlari bo'yicha qiyosiy tavsifi (N = 92)

Metodikalar va shkalalar	EG1 (n=30) M±σ	EG2 (n=32) M±σ	CG (n=30) M±σ	Simptomatik xulosa
Ekstraversiya (Eyzenk)	13.5 ± 2.6	9.9 ± 3.1	14.6 ± 2.4	EG2 guruhida introversiyaga chekinish
Neyrotizm (Eyzenk)	14.1 ± 2.9	18.8 ± 2.7	10.1 ± 2.3	EG2 guruhida yuqori asabiylik
Vaziyatli xavotirlik (Spilberger)	41.2 ± 4.6	51.5 ± 5.1	33.9 ± 4.0	EG2 guruhida emotsional kuchlanish
Shaxsiy xavotirlik (Spilberger)	44.5 ± 4.9	53.9 ± 4.5	36.2 ± 3.7	EG2 guruhida surunkali fobiya

EG2 guruhida nevrotizm (18.8) va xavotirlik ko'rsatkichlari (51.5 va 53.9) o'ta yuqori hududda joylashgan. Guruhlar o'rtasidagi ushbu tafovutlar tasodifiy emasligini

3-jadval. EG2 va CG guruhlar natijalarining Styudent t-kriteriysi bo'yicha farqlanish ko'rsatkichlari

Diagnostik shkalalar	EG2 o'rtacha (M1)	CG o'rtacha (M2)	Hisoblangan t-qiymat	Statistik ahamiyatlilik (p)
Ekstraversiya	9.9	14.6	6.66	p < 0.001 (Farq yuqori ishonchli)
Neyrotizm	18.8	10.1	13.63	p < 0.001 (Farq yuqori ishonchli)

EG1 guruhi (n = 30): Internetdan kuniga 1-3 soat foydalanadigan, onlayn faolligi mo'tadil va tobeklik belgilari yuqori bo'lmagan o'smirlar.

EG2 guruhi (n = 32): Kuniga 3-5 soatdan ko'p vaqtini ijtimoiy tarmoqlar va onlayn o'yinlarga sarflaydigan, virtual muhitga hissiy bog'lanib qolgan va asabiylik alomatlari sezilarli bo'lgan o'smirlar.

Nazorat guruhi (CG, n = 30): Tarmoqdan faqat dars va ma'lumot qidirish uchun maqsadli foydalanadigan, onlayn vaqti ota-onasi tomonidan nazorat qilinadigan o'smirlar.

Shaxs xususiyatlarini va affektiv holatlarini tashxis qilishda G. Eyzenkning shaxs so'rovnoma (EPI — Nevrotizm va Ekstra-introversiya shkalalari) hamda Ch. Spilbergerning xavotirlik so'rovnoma (STAI — Vaziyatli va Shaxsiy xavotirlik) qo'llanildi. Statistik hisob-kitoblarni SPSS 26.0 dasturi yordamida Styudent t-kriteriysi va Pirson korrelyatsiyasi (r) asosida bajarildi.

Tahlil va natijalar. O'smirlarning umumiy tanlanmasida dastlab internet muhiti ta'sirida yuzaga keladigan xavotirlik darajalarining taqsimlanish holatini ko'rib chiqdik.

Guruhlararo o'rtacha qiymatlar tahlil qilinganda farqlar yanada yaqqol ko'zga tashlandi.

tasdiqlash uchun o'tkazilgan Styudent t-kriteriysi hisoblari quyidagicha natija berdi.

Diagnostik shkalalar	EG2 o'rtacha (M1)	CG o'rtacha (M2)	Hisoblangan t-qiyamat	Statistik ahamiyatlilik (p)
Vaziyatli xavotirlik	51.5	33.9	15.11	$p < 0.001$ (Farq yuqori ishonchli)
Shaxsiy xavotirlik	53.9	36.2	16.92	$p < 0.001$ (Farq yuqori ishonchli)

Erkinlik darajasi $df = 60$ bo'lganda, Student mezonining kritik qiymatlari $t_{\text{crit}} = 2.00$ ($p = 0.05$ da) va $t_{\text{crit}} = 3.46$ ($p = 0.01$ da) ni tashkil etadi. Biz aniqlagan

empirik t -qiymatlar kritik nuqtalardan bir necha barobar yuqoridir.

4-jadval. Onlayn vaqt, nevrozizm va shaxsiy xavotirlik ko'rsatkichlari o'rtasidagi korrelyatsiya matrisasi (r , $N = 92$)

Ko'rsatkichlar	1.Onlayn vaqt	2.Neyrotizm	3.Shaxsiy xavotirlik
1. Onlayn faollik vaqti	1.00		
2. Neyrotizm (Eyzenk)	0.61*	1.00	
3. Shaxsiy xavotirlik (Spilberger)	0.69*	0.65*	1.00

Izoh: asteriks (*) belgisi bo'lgan ko'rsatkichlar $p < 0.01$ darajada korrelyatsiya statistik jihatdan ishonchli ekanini bildiradi.

Korrelyatsiya matrisasidan ko'rinib turibdiki, onlayn vaqt miqdori va shaxsiy xavotirlik o'rtasida kuchli to'g'ri bog'liqlik ($r = 0.69$) mavjud. Onlayn vaqtning nevrozizm bilan bog'liqligi ($r = 0.61$) esa virtual faollik asab tizimining umumiy qo'zg'aluvchanligini oshirishini isbotlaydi.

Xulosa va takliflar. O'tkazilgan empirik va statistik tahlillar quyidagi tizimli ilmiy xulosalarga kelish imkonini berdi:

Virtual makon zamonaviy o'smir shaxsi hissiy sohasining muvozanatiga bevosita ta'sir o'tkazuvchi salbiy determinant bo'lib xizmat qilmoqda.

Matematik-statistik hisoblar (Student t-kriteriyasi bo'yicha $p < 0.001$) tarmoqqa tobe o'smirlar va sog'lom

foydalanuvchilar o'rtasida ruhiy ko'rsatkichlar bo'yicha prinsipial farqlar mavjudligini tasdiqladi.

Pirson korrelyatsiyasi ($r = 0.69$) o'smirlarning internetga sho'ng'ishi ko'p hollarda "virtual qochish" (avoidance strategy) modeliga asoslanishini ko'rsatdi.

Amaliy tavsiyalar:

Maktab psixologlari uchun: O'smirlarda "raqamli gigiyena" ko'nikmalarini shakllantirishga qaratilgan korreksion-profilaktik treninglar tizimini yo'lga qo'yish lozim.

Ota-onalar uchun: Oiladagi emotsional iqlimni yaxshilash, o'smirlar real hayotda (sport, to'garaklar, jonli muloqot) o'zini namoyon etishi uchun muqobil qiziqarli maydonlar yaratib berish tavsiya etiladi.

ADABIYOTLAR

- Goldberg I. Internet Addiction Disorder // Psychological Issues on the Net. – 1996. – No. 4. – P. 12-22.
- Regush L. A. Psixologicheskie problemi sovremennix podrostkov v tsifrovoy srede // Jurnal SPbGU. – 2021. – T. 11, № 2. – S. 115-128.
- Soldatova G. U., Voiskunsky A. E. Tsifrovaya sotsializatsiya: sotsio-kognitivnaya konsepsiya // Voprosi psixologii. – 2021. – № 3. – S. 112-124.
- Volkova E. V. Transformatsiya institutov sotsializatsii v epoxu tsifrovizatsii // Psixologicheskie issledovaniya. – 2021. – № 5. – S. 44-53.
- Luchinkina A. I. Psixologiya internet-povedeniya lichnosti. – Simferopol: Arial, 2019. – 204 s.
- Chistyakov A. V. Sotsializatsiya podrostkov v prostranstve setevix kommunikatsiy. – Moskva: Flinta, 2022. – 168 s.