



**Mahliyo YULDASHEVA,**  
Farg‘ona davlat universiteti katta o‘qituvchisi, PhD  
E-mail: myuldasheva229@gmail.com

Farg‘ona davlat universiteti dotsenti I.Siddiqov taqrizi asosida

### DIFFERENTIAL ANALYSIS OF LONELINESS

Annotation

In recent years, the phenomenon of loneliness has attracted psychological scientists as one of the pressing problems of our modern society. Statistics show that during the pandemic, the tendency to loneliness increased in young people compared to older people. The problem of loneliness is widely studied in foreign psychology, where it is studied on the basis of various theories, concepts, approaches, positions, directions. This article presents the analytical results of our research on the mechanisms of perception of loneliness by the youth of Uzbekistan. The degree of statistical reliability of the results obtained was confirmed by methods of mathematical statistics: the Mann-Whitney criterion, as well as the Spearman correlation coefficient.

**Key words:** loneliness, general loneliness, dependence in communication, positive loneliness, differential analysis, interpersonal relationships, behavior, empirical research.

### ДИФФЕРЕНЦИАЛЬНЫЙ АНАЛИЗ ОДИНОЧЕСТВА

Аннотация

В последние годы феномен одиночества привлекает ученых-психологов как одна из насущных проблем нашего современного общества. Статистические данные показывают, что во время пандемии склонность к одиночеству усилилась у молодых людей по сравнению с людьми старшего возраста. Проблема одиночества очень широко изучается в зарубежной психологии, где она исследуется на основе различных теорий, понятий, подходов, позиций, направлений. В данной статье излагаются аналитические результаты нашего исследования по изучению механизмов восприятия одиночества молодежью Узбекистана. Степень статистической достоверности полученных результатов подтверждалась методами математической статистики: критерием Манна-Уитни, а также коэффициентом корреляции Спирмена.

**Ключевые слова:** одиночество, общее одиночество, зависимость в общении, позитивное одиночество, дифференциальный анализ, межличностные отношения, поведение, эмпирическое исследование.

### YOLG‘IZLIK HISSINING DIFFERENSIAL TAHLILI

Аннотация

So‘nggi yillarda yolg‘izlik fenomeni zamonaviy jamiyatimizning dolzarb muammolaridan biri sifatida psixolog-olimlarni o‘ziga jalb qilmoqda. Statistik ma‘lumotlarga ko‘ra pandemiya davrida yolg‘izlikka moyillik katta yoshdagi insonlarga nisbatan yoshlarda kuchaygan. Yolg‘izlik muammosi xorij psixologiyasida juda keng o‘rganilgan bo‘lib, ular turlicha nazariyalar, konsepsiyalar, yondashuvlar, pozitsiyalar, yo‘nalishlarga asoslangan holda tadqiq qilingan. Mazkur maqolada O‘zbekiston yoshlarining yolg‘izlik kechinmasini idrok qilish mexanizmlarini o‘rganish bo‘yicha olib borilgan tadqiqotimizning tahliliy natijalari bayon qilinadi. Olingan natijalarning ishonchlik darajasi matematik statistika metodlaridan Mann-Uitni mezonini hamda Spirmenning korrelyatsiya koeffitsienti orqali tasdiqlandi.

**Kalit so‘zlar:** yolg‘izlik, umumiy yolg‘izlik, mulqotdagi tobelilik, pozitiv yolg‘izlik, differensial tahlil, shaxslararo munosabat, xulq-atvor, empirik o‘rganish.

**Kirish.** Nazariy tahlillarda yolg‘izlik psixologik muammo sifatida e‘tirof etiladi. Bu esa depressiya, xavotirlik va shaxslararo munosabatlardagi ziddiyatlarga moyillik, psixoaktiv moddalar iste‘moli va alkogolga ruju qo‘yish, suisidga moyillik kabi holatlarning yolg‘izlik bilan o‘zaro aloqadorlikdagi muammolar sifatida o‘rganiladi [1,2]. O‘zbek tilining izohli lug‘atida yolg‘izlik “yolg‘iz inson” ma‘nosida “yolg‘iz yashaydigan odam” tushunchasi bilan taqqoslanadi: “Yolg‘iz – birorta ham sherigi yo‘q, bir o‘zi, yakka, tanho” [8].

Mustaqil Davlatlar Hamdo‘stligi olimlaridan A.A.Artamonova, Yu.D.Babayeva, N.A.Berdyayev, S.A.Vetrov, T.I.Golman, O.B.Dolginova, Ye.N.Zavorotnix, I.A.Ilin, S.V.Kurtiyan, D.A.Mateyev, Ye.V.Neumoyeva, A.V.Nechayev, J.V.Puzanova, L.A.Pyankova, V.A.Sakutin, S.N.Solovoyov, Ye.N.Trubetskiy, S.G.Trubnikova, Ye.V.Filindash, G.R.Shagivaleyeva va boshqalar yolg‘izlik hissining ontogenetik va differensial masalalarini ilmiy tadqiq etishgan. Xorij olimlaridan D.Bernshteyn, K.Boumen, V.Veys, S.Grof, E.Dyurkgeym, G.Zilburg, A.Kamyu, E.Klyaynenberg, J.Lipovetski, A.Maslou, R.Merton, K.Mustakas, B.Miyuskovich, L.E.Pepla, D.Rassel, K.Rodgers, D.Rismen, Ye.Roy, G.S.Sullivan, U.Sadler, K.Solano, Z.Freyd, E.Fromm, R.Fridmen, F.Fromm-Reyxman, Dj.Flanders, Dj.Yang va boshqalarning ilmiy tadqiqotlarida yolg‘izlik muammosi tadqiq etilgan [1, 7].

Respublikamizda talabalarda yolg‘izlik hissini o‘rganish masalasiga bag‘ishlangan tadqiqotlar salmog‘i kam bo‘lsa-da, mazkur muammoga muayyan darajada e‘tibor qaratilgan. Jumladan, Sh.A.Inakov, V.M.Karimova, N.Sh.Mullaboyeva, N.Z.Rasulova, N.A.Sog‘inov, T.G.Suleymanova, A.B.Sabirova, G.Q.To‘laganova, B.M.Umarov, U.D.Qodirov, G‘.B.Shoumarov va boshqalar tomonidan yolg‘izlik hissining suitsidal xulq-atvorning omili sifatidagi psixologik xususiyatlari tadqiq etilgan, lekin talabalarining yolg‘izligi alohida psixologik muammo sifatida o‘rganilmagan [7].

**Tadqiqot metodologiyasi.** Tadqiqotimiz ilmiy tahlil qilishga tayangan holda nazariy va metodologik asos sifatida ijtimoiy-psixologik yo‘nalishda shakllantirildi. Muammo tarixiylik usuli orqali o‘rganildi, bu esa yolg‘izlik tushunchasining mazmun-mohiyati borasidagi g‘oyalar xilma-xilligini tahlil qilishga imkon berdi.

Biz talabalar guruhida yolg‘izlik hissining differensial tahlilini amalga oshirishga harakat qildik. Talabalarda yolg‘izlik kechinmasini empirik tahlil qilish E.N.Osin va D.A.Leontyevlarning “Yolg‘izlik hissini differensial o‘rganish” so‘rovnomasi orqali amalga oshirildi [3]. Tadqiqotimizda Farg‘ona davlat universitetining “Pedagogika va psixologiya” fakulteti talabalaridan 124 nafari (64 nafar yigitlar va 60 nafar qizlar) ishtirok etdi. Tanlov maqsadli reprezentativ tarzda amalga oshirildi. Tadqiqotda grant va to‘lov-shartnoma asosida kunduzgi

ta'lim shaklida tahsil olayotgan bakalavriatning birinchi va uchinchi bosqich talabalari ishtirok etdilar.

Yolg'izlik hissining differensial tahlilini amalga oshirish talabalarining xulq-atvorlari, bilish sohalari va hissiy-emotsional sohalari xususiyatlarini tushunish uchun muhim ahamiyatga ega.

**Tahlil va natijalar.** Metodika bo'yicha talabalarining ko'rsatkichlarini qanday statistik mezon bo'yicha tahlil qilish masalasi respondentlarning natijalarini normal taqsimlanishga mosligini tekshirishga olib keldi.

## 1-jadval

“Yolg'izlik hissini differensial o'rganish” so'rovnomasini normal taqsimlanishga mosligini tekshirish natijalari

	Min.	Maks.	o'rtacha	stan. og'ish	z	p
Umumiy yolg'izlik kechinmasi	15,00	46,00	25,30	6,245	2,783	0,000
Muloqotdagi tobellilik	24,00	54,00	37,44	6,91	1,873	0,002
Pozitiv yolg'izlik	16,00	37,00	28,11	5,28	2,676	0,000

Izoh: \*\*\*p<0,001

“Umumiy yolg'izlik” (Z=2,783; p<0,001), “Muloqotdagi tobellilik” (Z=24,00; p<0,001), “Pozitiv yolg'izlik” (Z=2,676; p<0,001) shkalalarining natijalari normal taqsimlanish qonuniga mos kelmasligi aniqlandi. Bundan kelib chiqadiki, tadqiqotning keyingi bosqichlarida “Yolg'izlik hissini differensial o'rganish” so'rovnomasini shkalalari noparametrik mezonlar asosida tahlil qilinishi maqsadga muvofiq bo'lishi aniqlandi. Buning uchun

Mann-Uitni mezoniga ko'ra natijalarning o'rtacha ko'rsatkichlari va Spirmen bo'yicha korrelyatsiya tahlili amalga oshirilishi ko'zda tutildi.

Talabalardagi yolg'izlik hissining xususiyatlarini umumiy, jinsiy va ijtimoiy tajribalari nuqtai nazaridan tahlil qilishga e'tibor qaratildi.

## 2-jadval

“Yolg'izlik hissini differensial o'rganish” so'rovnomasini shkalalari bo'yicha ko'rsatkichlarining jins tafovutlari bo'yicha tahlili (Mann-Uitni mezon)

Shkala	Jins	N	O'rtacha rang	U	p*
Umumiy yolg'izlik kechinmasi	Yigitlar	64	204,45	19643,5	0,799
	Qizlar	60	215,16		
Muloqotdagi tobellilik	Yigitlar	64	234,64	19462,5	0,684
	Qizlar	60	209,63		
Pozitiv yolg'izlik	Yigitlar	64	224,40	17732,0	0,042*
	Qizlar	60	211,50		

Izoh: \* p<0,05.

Metodikaning xususiyatiga ko'ra talabalarining yolg'izlik hissiga munosabatini differensiasiyasi yigitlar bilan qizlarda kuzatilmadi.

“Umumiy yolg'izlik kechinmasi” shkalasi bo'yicha yuqori ballar izolyatsiya tajribasining haqiqiy vazni, hissiy yaqinlik yoki odamlar bilan aloqalarning yetishmasligi va respondentning o'zini yolg'iz, izolyatsiya qilingan odam sifatida bilishi bilan bog'liq. Shkalaning past ko'rsatkichlari respondentning yaqinlik yoki aloqa yetishmasligi bilan bog'liq bo'lgan og'riqli yolg'izlik tajribasini boshdan kechirmasligini va o'zini yolg'iz odam, deb hisoblamasligini ko'rsatadi.

“Umumiy yolg'izlik kechinmasi” shkalasi haqiqiy yolg'izlik hissi darajasini aks ettirishi, boshqa odamlar bilan yaqin aloqaning yetishmasligini ifodalaydi. Talabalar jinsiga ko'ra umumiy yolg'izlik hissi bo'yicha natijalarda ishonch darajasidagi jins bo'yicha farq aniqlanmadi (204,45 va 215,16; U=19643,5). Bunga ko'ra talaba-yigitlar bilan talaba-qizlarda umumiy yolg'izlikka munosabat farqqa ega emas ekan. Talabalarining yolg'izlikka munosabati yolg'izlikni ekzistensial fakt sifatida qabul qilishlari, insonga yolg'izlik holatlarini qadrlash va ularni o'z-o'zini aloqa qilish va shaxsiy o'sish uchun manba sifatida foydalanish imkoniyatini aks ettirmoqda, deyish mumkin. O'z navbatida talabalar orasidan yuqori yolg'izlikka ega talabalar ham uchrashi, shubhasiz. Ular esa yolg'izlikdan voz kechish yoki qo'rqish, aksincha, yolg'izlikdan qochishga, ijtimoiy aloqalarni doimiy izlashga olib keladi, bu shaxsning o'zini tartibga solishga va shaxsiy o'sishga to'sqinlik qiladigan holatlarga duch keladiganlar ham mavjuddir. Demak, talabalarining jinsiga ko'ra umumiy yolg'izlik bilan bir qatorda muloqotga tobellilik shkalasi bo'yicha ko'rsatkichlarida ham hech qanday tafovut kuzatilmadi

(234,64 va 209,63; U=19462,5). Ammo talabalarining ko'rsatkichlari har ikkala jins vakillarida yolg'izlikni rad etish va yolg'iz qolmaslikni aks ettirmoqda. Ushbu miqyosdagi yuqori ko'rsatkichlar respondentlarning yolg'izlikka salbiy qarashlarini va yoqimsiz yoki og'riqli tajribalar bilan bog'liq bo'lgan yolg'izlik holatlaridan qochish uchun har qanday darajada muloqotga kirishishga moyilligini ko'rsatadi. O'z navbatida talabalarining bir toifasi esa yolg'izlik tajribasiga, yolg'izlik holatlariga va yolg'iz odamlarga nisbatan xotirjam, tolerant munosabatga egadirlar.

Talabalarining pozitiv yolg'izlik bo'yicha jinsga ko'ra o'rtacha rang ko'rsatkichlarida tafovut kuzatildi (224,64 va 211,50; U=17732,0; p <0,05). Mazkur shkala insonning yolg'izlikdan resurs topish, uni o'z-o'zini bilish va o'zini rivojlantirish uchun ijodiy ishlatish qobiliyatini baholaydi. Talabalarining shkala bo'yicha o'rtacha rang tafovutini quyidagicha tahlil qilish mumkin: talaba-yigitlarning qiymatlari (224,64) respondentning tanholik vaziyatlarida ijobiy his-tuyg'ularni boshdan kechirishini, ularni qadrlashni bilishini va o'z hayotida ongli ravishda o'zi bilan yolg'iz vaqt o'tkazishga intilishini ko'rsatadi. Talaba - qizlarda esa shaxsiy hayoti bilan bog'liq tanholik vaziyatlarda ijobiy his-tuyg'ularning yetishmasligi holatlarida imkoniyat topa olmasligini aks ettiradi. Ular yolg'izlikni pozitiv baholashda har doim ham imkoniyat topa olmas ekan.

Navbatdagi bosqichda talabalarining yolg'izlik hissiga munosabatidagi differensiasiyani tadqiq etishda ularning ijtimoiy tajribalari (ta'lim bosqichlari)ga ko'ra qirralarga e'tibor qaratildi (3-jadval).

## 3-jadval

“Yolg'izlik hissini differensial o'rganish” so'rovnomasini shkalalarini talabalarining ta'lim bosqichlari bo'yicha tafovutlari tahlili (Mann-Uitni mezon asosida)

Shkala	Jins	N	O'rtacha rang	U	p*
Umumiy yolg'izlik	1-kypc	62	254,19	14461,5	0,000***
	3-kypc	62	177,49		
Muloqotdagi tobellilik	1-kypc	62	234,50	18400	0,001***
	3-kypc	62	194,92		
Pozitiv yolg'izlik	1-kypc	62	249,65	15370	0,000***
	3-kypc	62	181,51		

Izoh: \*\*\*p<0,001

Tadqiqotda talabalar ta'lim bosqichlarining ularni ijtimoiy tajribasi sifatida ifodalashimizga to'g'ri keladi. Talabalar har bir ta'lim bosqichida yangi sotsial munosabatlarni

o'zlashtiradi, har xil toifa insonlar bilan munosabat o'rnatishga ega bo'ladi, yangi hayotiy maqsadlar qo'yadi va hayotiy tajribalar to'plab boradi. Shu mazmunda talabalarining ijtimoiy tajribalari

ortib borishi hisobida yolg'izlikka munosabatlarida differentsiatsiya kuzatilishini o'rganishga erishildi. Yolg'izlik hissi borasidagi talabalar munosabatlarining jinsiy holatidan farqli ravishda ijtimoiy tajribalari bo'yicha qiyosiy holat anchagina ahamiyatli natijalarni taqdim etdi. 1-3-bosqich talabalarining umumiy yolg'izlik hissi (254,19 va 177,549  $U=14461,5$ ;  $p<0,001$ ); muloqotdagi tobelilik (234,50 va 194,92;  $U=18400$ ;  $p<0,001$ ) va pozitiv yolg'izlik (249,65 va 181,54;  $U=15370$ ;  $p<0,001$ ) shkalalari bo'yicha yolg'izlikka munosabatlarida statistik ahamiyatga ega bo'lgan tafovutlar aniqlandi.

**Xulosa.** Metodikaning tatbiqidan olingan natijalar quyidagicha psixologik xulosalarni ilgari surishga sabab bo'ldi: 1-bosqich talabalarida 3 – bosqich talabalariga nisbatan umumiy yolg'izlik hissigina munosabatlari anchagina og'riqli ekan. Ularning umumiy o'rta ta'lim, o'rta maxsus ta'lim muhiti yoki yangi sosial munosabat subyektlari bilan muloqotga kirishayotganliklari tufayli yolg'izlikni kuchli his etishlari, o'zga insonlar bilan yaqin munosabatda ilqlikning yetishmayotganligi, o'zlarini ajralib qolgandek his etishlari, insonlar bilan emotsional iliq munosabatlarga erisha olmaganlik kechinmalari yolg'izlikni kuchli boshdan kechirayotganliklaridan dalolat bermoqda. Uchinchi bosqich talabalarida esa o'tgan o'quv yillari davomida ta'lim muhitiga to'liq moslashganlar, munosabat muhitidagi to'siqlarni bartaraf etishga erishganlar, ular yolg'izlikni og'riqli qabul qilmaydilar va o'zlarini yolg'iz inson, deb baholamasliklaridan dalolat bermoqda (254,19 va 177,549

$U=14461,5$ ;  $p<0,001$ ). Shu sababli ham ularning umumiy yolg'izlik hissigina munosabatlari bo'yicha ko'rsatkichlarida farqlar kuzatildi.

O'z navbatida talabalarining muloqotga tobelilik shkalasi bo'yicha ko'rsatkichlarda ham statistik ahamiyatli farq aks etdi. Ushbu holat talabalarining ta'lim bosqichiga ko'ra quyidagicha izohlash mumkin: 1-bosqich talabalariga yolg'izlikni yoqimsiz va og'riqli kechinmasidan qochish uchun har xil darajadagi muloqot muhitini izlashlari xos bo'lgan-da, 3-bosqich talabalarida esa yolg'izlik hissigina, yolg'iz qolgan sharoitlar va yolg'izlikni boshdan kechirishga, yolg'iz odamlarga va vaziyatlarga tolerant va xotirjamlik munosabatiga ega bo'lar ekanlar (234,50 va 194,92  $U=18400$ ;  $p<0,001$ ).

Talabalarining ta'lim bosqichida pozitiv yolg'izlik shkalasi ko'rsatkichlarida statistik tafovut kuzatildi. Bunda talabalarining yolg'izlik hissigina munosabatidagi tafovutlar 1-bosqich talabalarida hisobiga ijobiy tus oldi. Pozitiv yolg'izlik bo'yicha 1-bosqich talabalarida 3-bosqich talabalariga nisbatan yolg'izlikdan samarali foydalanishga xayrixohlikning o'sishiga sabab bo'lmoqda. Yolg'izlik hissigina munosabatlarning ta'lim bosqichiga ko'ra tahlili kechinmalarining ijobiy tus olishida ijtimoiy tajribalarning ta'siri mavjudligini tasdiqlamoqda. Bizningcha, 1-bosqich talabalarining umumiy yolg'izlik va muloqotga tobelilik shkalalari bo'yicha ko'rsatilgan yolg'izlikka salbiy munosabatlari ularda ijtimoiy tajriba to'plash vazifasini o'taydi.

#### ADABIYOTLAR

1. Корчагина, С.Г. Психология одиночества: учебное пособие.- М.:Московский психолого-социальный институт, 2008.- 228 с.
2. Косоротова, Ю. Краткий курс одиночества. Как быть счастливым наедине с собой. Питер: Санкт-Петербург. 2016. - 220 с.
3. Осин, Е. Н., & Леонтьев, Д. А. Дифференциальный опросник переживания одиночества: структура и свойства. Психология. Журнал Высшей школы экономики, 2013, 10 (1), 55-81.
4. Юлдашева, М. Б., & Эргашова, З. Экспериментальное изучение чувства одиночества. Universum: психология и образование, 2021. (5 (83)), 31-33.
5. Юлдашев, Ф. А., & Юлдашева, М. Б. Экзистенциальные проблемы изучения одиночества. Материалы международной конференции "Проблемы психологического благополучия". УРГПУ Екатеринбург. 2021. Стр (pp. 281-284).
6. Юлдашева, М. Б. ИССЛЕДОВАНИЕ ЛИЧНОСТНЫХ ДЕТЕРМИНАНТОВ ОДИНОЧЕСТВА. Oriental renaissance: Innovative, educational, natural and social sciences, 2022, 2(10-2), с. 422-428.
7. Yuldasheva M.B. Talabalarda yolg'izlik hissining ijtimoiy-psixologik determinantlari. Psixologiya fanlari bo'yicha falsafa doktori (PhD) dissertatsiyasi. 19.00.05 / Yuldasheva Mahliyo Baxtiyorovna. – Toshkent, 2022. – 121 b.
8. O'zbek tilining izohli lug'ati: 2 tomli./S.F.Akabirov, T.A.Aliqulov, S.I.Ibragimov va boshq.; Z.M.Magrufov tahriri ostida.- M.:Rus.yaz..1981. 1 tom. A-R. 632 b.