

## СТРЕССДАН ЧИҚИШДА КОПИНГ ХУЛҚ-АТВОР НАМОЁН БЎЛИШИНИНГ ГЕНДЕР ФАРҚЛАРИНИ ПСИХОЛОГИК ХУСУСИЯТЛАРИ

<https://doi.org/10.5281/zenodo.8040793>

**Сабохиддинова Шаҳноза Хожиакбар қизи**

*“Оила ва хотин-қизлар” илмий тадқиқот институтининг таянч докторанти*

### **Аннотация.**

*Мазкур мақола ўсмирлик даврида coping хулқ-атвори ўрганиш учун ўтказилган тадқиқот натижалари асосида ёзилган. Мақолада стрессли вазиятларда coping хулқ-атвор намоён бўлишининг гендер тафовутлари кўрсатиб таҳлил қилинган.*

### **Калит сўзлар.**

*ўсмир, coping хулқ-атвор, муаммони ечиш, эмоционал coping, қочиш, чалғиш, социал чалғиш.*

### **Annotation.**

*This article is based on the results of a study conducted to study coping behavior in adolescence. The article analyzes gender differences in the manifestation of coping behavior in stressful situations.*

### **Key words.**

*adolescent, coping behavior, problem solving, emotional coping, avoidance, distraction, social distraction.*

### **Аннотация.**

*Данная статья написана по результатам исследования, проведенного с целью изучения coping-поведения в подростковом возрасте. В статье анализируются гендерные различия в проявлении coping-поведения в стрессовых ситуациях.*

### **Ключевые слова.**

*подросток, coping-поведение, решение проблем, эмоциональный coping, избегание, отвлечение внимания, социальное отвлечение.*

Ўсмирлик даврида психологик муаммоларни бартараф этиш ҳамда тарбиялаш масалалари ҳозирги даврнинг энг долзарб муаммосига айланган. Оила, мактаб, жамиятнинг ўсиб келаётган авлодга бўлган ахлоқий-маънавий, сиёсий-ижтимоий, идеологик талаблари кун сайин ортиб бормоқда. Бугунги кунда келажак авлодга таъсир қилаётган ҳамда унинг кечинмаларини

ўзгартирадиган ички ва ташқи омилларни кўз олдимизга келтириш жуда қийин.

Ўсмирлик даврининг оғир, мураккаб давр эканлиги кўплаб психологик, физиологик, ижтимоий омиллар билан боғлиқ. Бу даврда ривожланишнинг барча жиҳатлари: жисмоний, ақлий, ахлоқий, ижтимоий ва шу кабиларнинг мазмун моҳияти ҳам ўзгаради. Бу даврда ўсмир ҳаётида, унинг руҳияти, организмнинг физиологик ҳамда ижтимоий ҳолатида жиддий ўзгаришлар содир бўлади. Психологик адабиётларда ўсмирлик даврини ўрганишга бағишланган кўплаб тадқиқотларни учратиш мумкин. Бироқ ўсмирлик даврида копинг механизмларни ўрганишга бағишланган ишлар етарли эмас. Шу билан бирга копинг механизмлар Ўзбекистонда етарли ўрганилмаган, иккинчидан бу масала Европа ва бошқа этносларда ўтказилган. Маҳаллий миллатда шу кунгача ўтказилмаган. Шу сабабли тадқиқотимизда ўсмирлик даврида копинг механизмларининг психологик хусусиятларини ўрганишга ҳаракат қилдик.

Ўсмирларда копинг механизмларнинг психологик хусусиятларини ўрганиш мақсадида Тошкент шаҳар Шайхонтоҳур туманига қарашли 167-сонли умумий ўрта таълим мактабининг 7-8 синф ўқувчиларида тадқиқот ишини олиб бордик. Тадқиқот методикалари сифатида Н.С.Эндлер, Д.А.Паркер “Coping Inventory for Stressful Situations” методикаларининг Т.Л.Крюкова томонидан мослаштирилган варианты “Стрессли вазиятларда копинг хулқ-атвори” методикаси, Е.Хеймнинг “Копинг стратегияни ўрганиш” методикаси ва Д.Амирхан методикасининг В.М.Ялтонский ва Н.А.Сироталарнинг модификацияси “Ҳаётини муаммоларни бартараф этишнинг копинг стратегияларини ўрганиш” методикалари танлаб олинди. Тадқиқотдан кўзланган мақсад ўсмирларда копинг механизмларнинг ифодаланиши: ўқишни ўзлаштириш кўрсаткичига боғлиқ бўлиши мумкинлиги; ўғил ва қизларда копинг механизмларни ўзига хос хусусиятларини; стрессдан чиқишда оилага хос ижтимоий-психологик хусусиятларини аниқлашдан иборат.

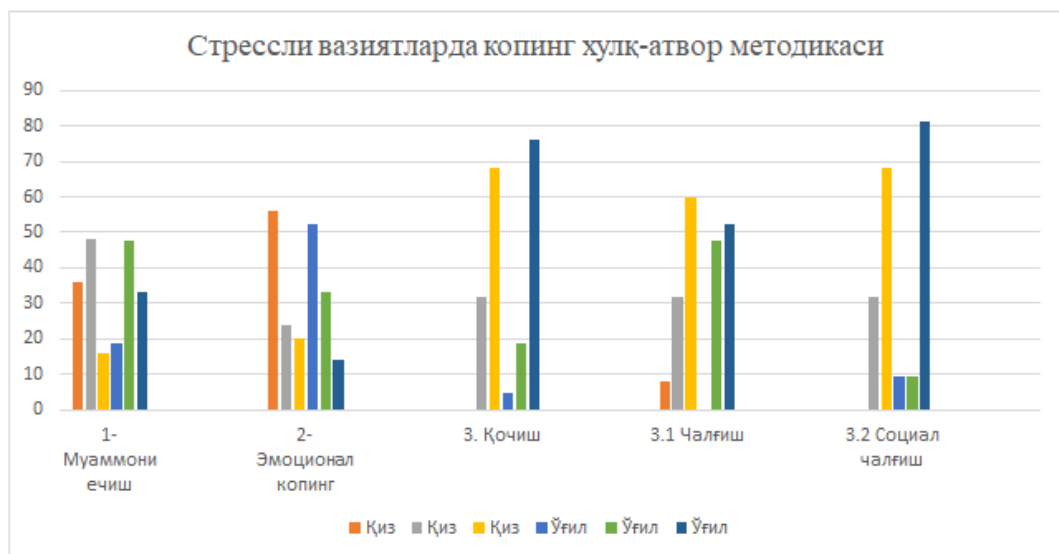
Мазкур мақолада Н.С.Эндлер, Д.А.Паркер “Coping Inventory for Stressful Situations” методикаларининг мослаштирилган вариантдан олинган натижаларни гендер тафовутларига тўхталиб ўтамыз. Стрессдан чиқишда жинсга хос бўлган психологик хусусиятлар қуйидаги жадваллардаги методикалар натижаларининг миқдор ва сифат таҳлилида ўз ифодасини топган.

**“Стрессли вазиятларда копинг хулқ-атвори” методикаси**

Жинси	Кўрсаткич	1-Муаммони ечиш		2-Эмоционал копинг		3. Қочиш		3.1 Чалғиш		3.2 Социал чалғиш	
		N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
Қиз	паст	9	36	14	56	-	-	2	8	-	-
	ўрта	12	48	6	24	8	32	8	32	8	32
	юқори	4	16	5	20	17	68	15	60	17	68
Жами		25	100%	25	100%	25	100%	25	100%	25	Название ди
Ўғил	паст	4	19	11	52,4	1	4,7	-	-	2	9,5
	ўрта	10	47,6	7	33,4	4	19	10	47,6	2	9,5
	юқори	7	33,4	3	14,2	16	76,2	11	52,4	17	81
Жами		21	100%	21	100%	21	100%	21	100%	21	100%

1-жадвал

Тадқиқот синалувчилари бўлган 46 нафар ўсмирларнинг 25 нафари қиз ва 21 нафари ўғил бола жинсига мансуб.



1-расм

Н.С.Эндлер, Д.А.Паркер “Coping Inventory for Stressful Situations” методикаларининг Т.Л.Крюкова томонидан мослаштирилган варианты “Стрессли вазиятларда копинг хулқ-атвори” методикасининг натижалари синалувчи жинсига кўра муаммони ечишга қаратилган копингнинг паст кўрсаткичи қизларда 36% (9 нафариди), ўғил болаларда эса 19% (4 нафар); ўрта кўрсаткич- қизларда 48% (12 нафар), ўғил болаларда 47,6% (10 нафар); юқори кўрсаткич эса қизларда 16% (4 нафар) ва ўғил болаларда 33,7%

(7 нафар)ни ташкил этди. Демак, стрессли вазиятларда муаммони ечиш ҳар икки жинс вакилларида ҳам ўрта даражада кенг қўлланилади.

Шунингдек, стрессли вазиятларда муаммони ечишга юқори даражадаги ҳаракат қизларга нисбатан ўғил болаларда икки баробар кўп миқдорда эканлиги аниқланди.

Эмоционал копингнинг паст кўрсаткичи қизларда 56% (14 нафар), ўғил болаларда 52,4% (11 нафар); ўрта кўрсаткич- қизларда 24% (6 нафар), ўғил болаларда 33,4% (7 нафар); юқори кўрсаткич эса қизларда 20% (5 нафар) ва ўғил болаларда 14,2% (3 нафар)ни ташкил қилди. Стрессли вазиятларда эмоционал копинг ҳар икки жинс вакилларида ҳам паст даражада кенг қўлланилиши маълум бўлди.

Методиканинг учинчи қочиш шкаласи бўйича паст кўрсаткич- қизларда намоён бўлмади, ўғил болаларда 4,7% (1 нафар); ўрта кўрсаткич- қизларда 32% (8 нафар), ўғил болаларда 19% (4 нафар); юқори кўрсаткич - қизларда 68% (17 нафар) ва ўғил болаларда 76,2% (16 нафар)ни ташкил этди. Ҳар икки жинс вакилларида ҳам муаммоли вазиятда қочиш юқори даражада кўп қўлланилар экан. Шунингдек, учинчи қочиш шкаласи ўз навбатида иккига чалғиш ва социал чалғишга бўлинади. Чалғиш шкаласига кўра қизларда паст кўрсаткичи 8% (2 нафар), ўғил болаларда эса бу кўрсаткич намоён бўлмади; ўрта кўрсаткич- қизларда 32% (8 нафар), ўғил болаларда 47,6% (10 нафар); юқори кўрсаткич эса қизларда 60% (15 нафар) ва ўғил болаларда 52,4% (11 нафар)ни қамраб олди. Социал чалғиш бўйича паст кўрсаткич- қизларда кузатилмади, ўғил болаларда эса 9,5% (2 нафар); ўрта кўрсаткич- қизларда 32% (8 нафар), ўғил болаларда 9,5% (2 нафар); юқори кўрсаткич- қизларда 68% (17 нафар) ва ўғил болаларда 81% (17 нафар)ни ташкил этди. Бу кўрсаткичлардан шу маълум бўлдики, стрессли вазиятларда социал яъни ижтимоий чалғишнинг ўрта даражаси қизларда ўғил болаларга нисбатан уч баробар кўп миқдорда қўлланилади. Шунингдек, ҳар икки жинс вакилларида бу шкала юқори даражада энг кўп қўлланилади, лекин бу ўғил болаларда нисбатан кўпроқ миқдорда намоён бўлади.

Методиканинг умумий натижаларига кўра, икки жинс вакилларида ҳам стрессли вазиятларда қочишнинг- социал чалғиш йўналиши устунлик қилар экан. Методика натижаларидан кўриниб турибдики, стрессли вазиятларда копинг механизмнинг намоён бўлиши жинслар орасидаги тафовутлар деярли кўзга кўринадиган даражада катта эмас экан.

**ФЙДАЛИНИЛГАН АДАБИЁТЛАР РЎЙХАТИ:**

1. Сабохиддинова Ш.Х. «Психологическая характеристика жизнестойкости в подростковый период». CENTRAL ASIAN JOURNAL OF SOCIAL SCIENCES AND HISTORY, 2022. 53-56 с.
2. Saboxiddinova Shahnoza Hojiakbar Qizi, Abdusattorova Malika Olim Qizi, Anvarova Maftuna Ibrohim Qizi (2022). O'SMIRLIK DAVRIDA HAYOTIY BARQARORLIK SHAKLLANISHINING O'ZIGA XOSLIGI. Central Asian Research Journal for Interdisciplinary Studies (CARJIS), (Special Issue 2), 415-418.
3. Sh, Saboxiddinova. (2021). Shaxsda hayotiy barqarorlik shakllanishi psixologik muammo sifatida. Central Asian Research Journal for Interdisciplinary Studies (CARJIS), 1(Special issue), 285-293.