

YOSH O'ZBEK OILALARIDA SHAXSLARARO YOLG'IZLIK SUBYEKTIV EMOTSIONAL ALIENATSIYANING IJTIMOY-PSIXOLOGIK INDIKATORI SIFATIDA

Yangiboyeva Dildoraxon Rahmon qizi – psixologiya fanlari bo'yicha falsafa doktori

dildorichkayangiboyeva98@gmail.com

ISFT instituti

МЕЖЛИЧНОСТНОЕ ОДИНОЧЕСТВО КАК СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКИЙ ИНДИКАТОР СУБЪЕКТИВНОГО ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ОТЧУЖДЕНИЯ В МОЛОДЫХ УЗБЕКСКИХ СЕМЬЯХ

Янгибоева Дилдорахон Рахмоновна – доктор философии по психологическим наукам

Институт ISFT

INTERPERSONAL LONELINESS AS A SOCIO-PSYCHOLOGICAL INDICATOR OF SUBJECTIVE EMOTIONAL ALIENATION IN YOUNG UZBEK FAMILIES

Yangiboyeva Dildoraxon Rakhmonovna – Doctor of Philosophy in Psychological Sciences

ISFT Institute

Tayanch so'zlar: yosh oila, shaxslararo yolg'izlik, emotsional alienatsiya, hissiy yaqinlik, psixologik masofalanish, oilaviy kommunikatsiya, qo'llab-quvvatlash.

Rezyume. Maqolada yosh o'zbek oilalarida shaxslararo yolg'izlik subyektiv emotsional alienatsiyaning ijtimoiy-psixologik indikatori sifatida tahlil qilinadi. Hissiy yaqinlik, o'zaro tushunish va qo'llab-quvvatlashning pasayishi, kommunikativ uzilish hamda psixologik masofalanish yolg'izlik va emotsional begonalashuvni kuchaytiruvchi asosiy omillar sifatida asoslanadi. Shaxslararo yolg'izlik emotsional alienatsiyani erta aniqlashga imkon beruvchi diagnostik va prognostik mezon sifatida baholanadi.

Ключевые слова: молодая семья, межличностное одиночество, эмоциональное отчуждение, эмоциональная близость, психологическая дистанция, семейная коммуникация, поддержка.

Резюме. В статье межличностное одиночество рассматривается как социально-психологический индикатор субъективного эмоционального отчуждения в молодых узбекских семьях. Снижение эмоциональной близости, взаимопонимания и поддержки, коммуникативные нарушения и психологическое дистанцирование выделяются как основные факторы усиления одиночества и отчуждения. Межличностное одиночество оценивается как диагностический и прогностический показатель эмоционального отчуждения.

Key words: young family, interpersonal loneliness, emotional alienation, emotional intimacy, psychological distance, family communication, support.

Summary. The article examines interpersonal loneliness as a socio-psychological indicator of subjective emotional alienation in young Uzbek families. Reduced emotional intimacy, insufficient mutual understanding and support, communication difficulties, and psychological distancing are identified as key factors associated with loneliness and emotional alienation. Interpersonal loneliness is considered a diagnostic and prognostic indicator for the early detection of emotional alienation.

Kirish. Oila insonning bazaviy emotsional ehtiyojlari qondiriladigan, psixologik xavfsizlik, tegishlilik, qo'llab-quvvatlanish va shaxslararo yaqinlik hissi shakllanadigan muhim ijtimoiy-psixologik tizim hisoblanadi. Ayniqsa, yosh oilaning shakllanish bosqichi ikki shaxsning individual hayot strategiyalari, qadriyatlarini, ijtimoiy tajribasi va oilaviy rollar haqidagi tasavvurlarini yagona munosabatlar tizimiga integratsiyalash jarayonini qamrab oladi. Mazkur jarayonning muvaffaqiyatli amalga oshmasligi turmush o'rtoqlar o'rtasida hissiy masofalanish, psixologik begonalashuv va shaxslararo yolg'izlik kechinmalarini yuzaga keltirishi mumkin. Shaxslararo yolg'izlikni faqat inson atrofida boshqa kishilarning jismonan mavjud emasligi bilan izohlash metodologik jihatdan yetarli emas. Shu nuqtai nazardan, yosh o'zbek oilalaridagi shaxslararo yolg'izlikni mustaqil emotsional holat sifatidagina emas, balki subyektiv emotsional alienatsiyaning dastlabki va diagnostik jihatdan muhim ijtimoiy-psixologik indikatori sifatida o'rganish maqsadga muvofiqdir [1].

Mavzuga doir adabiyotlar tahlili. Psixologik va ijtimoiy fanlarda yolg'izlik fenomeni bir qator nazariy paradigmalar doirasida tahlil qilingan. Ilmiy adabiyotlarda uning vaqtinchalik, surunkali, emotsional, ijtimoiy, shaxslararo, madaniy va ekzistensial ko'rinishlari

farqlanadi. Sadler va Jonson tomonidan yolg'izlikning vaqtinchalik va surunkali shakllari, R.Weiss tomonidan emotsional yolg'izlik, boshqa tadqiqotchilar tomonidan esa ijtimoiy va shaxslararo yolg'izlik darajalari ajratilishi ko'rsatilgan. Emotsional yolg'izlik shaxsning yaqin, ishonchli va psixologik jihatdan mazmunli munosabatga bo'lgan ehtiyoji yetarli darajada qondirilmaganda yuzaga keladi. Shu sababli uning mavjudligi insonning nikohda ekanligi yoki atrofida ko'plab yaqinlari borligi bilan avtomatik ravishda bartaraf etilmaydi. Oila doirasidagi yolg'izlik fenomeni aynan shu jihati bilan emotsional alienatsiyaga yaqinlashadi. Emotsional alienatsiya turmush o'rtoqlar o'rtasidagi psixologik bog'lanishning zaiflashishi, hissiy yaqinlikning pasayishi, bir-birining kechinmalariga nisbatan emotsional javobchanlikning susayishi va munosabatlarda ichki masofaning ortib borishi bilan tavsiflanadigan subyektiv psixologik holatdir [2]. Tadqiqotlarda nikoh munosabatlari mavjudligi shaxsni har doim ham yolg'izlikdan himoya qilmasligi qayd etilgan. Jumladan, ayrim tadqiqot natijalarida nikohda yashayotgan shaxslarning ham emotsional yolg'izlikni yuqori darajada kechirishi mumkinligi ko'rsatilgan. Bu holat oilaning formal mavjudligi bilan uning emotsional funktsionalligi aynan bir tushuncha emasligini ko'rsatadi [3].

1-jadval. Yosh oilalarda subyektiv emotsional alienatsiyani ifodalovchi asosiy ijtimoiy-psixologik indikatorlar

Ijtimoiy-psixologik indikator	Psixologik mazmuni	Emotsional alienatsiya bilan bog'liqligi
Hissiy yaqinlikning pasayishi	Turmush o'rtog'i bilan ichki kechinmalarni baham ko'rish ehtiyojining qondirilmashligi	Emotsional bog'lanishning susayishini bildiradi
Tushunilmaslik hissi	Shaxs fikri, his-tuyg'usi va ehtiyojlari qabul qilinmayotgandek idrok etilishi	Psixologik masofalanishni kuchaytiradi
Emotsional qo'llab-quvvatlash yetishmasligi	Murakkab vaziyatlarda turmush o'rtog'ining hissiy javobi yetarli emasligi	Subyektiv yolg'izlikni kuchaytiradi
Kommunikativ uzilish	Samimiy suhbatning kamayishi va muloqotning maishiy vazifalar bilan cheklanishi	Munosabatlarning formal tus olishiga sabab bo'ladi
Birgalikdagi vaqtning kamayishi	Umumiy faoliyat va hissiy tajribaning qisqarishi	"Parallel hayot" modelining yuzaga kelishiga sharoit yaratadi
Ishonchning pasayishi	Ichki kechinmalarni ochiq ifodalashdan qochish	Emotsional himoyalaniş va begonalashuvni kuchaytiradi
O'zaro qiziqishning kamayishi	Turmush o'rtog'ining hayoti va kechinmalariga qiziqishning susayishi	Emotsional sovuqlikning kuchayishini ifodalaydi
Raqamli masofalanish	Bevosita muloqot o'rni smartfon, ijtimoiy tarmoqlar va virtual kommunikatsiyaning egallashi	Emotsional kontaktning zaiflashishi va psixologik masofalanishga olib kelishi mumkin

Bizning fikrimizcha, kommunikativ uzilish, birgalikda mazmunli vaqt o'tkazishning kamayishi va o'zaro qiziqishning susayishi emotsional alienatsiyaning shaxslararo o'zaro ta'sir darajasida namoyon bo'luvchi muhim disfunktsional mexanizmlaridir. Bunda turmush o'rtog'lar o'rtasidagi formal aloqa saqlanib qolgan holda, muloqotning emotsional mazmuni, samimiyligi va psixologik chuqurligi pasayib boradi. Natijada oilaviy munosabatlarda tashqi birgalik bilan ichki psixologik uzoqlashuv bir vaqtning o'zida mavjud bo'lgan «parallel hayot» modeli shakllanishi mumkin. Mazkur model er-xotinning kundalik funksional vazifalarni bajarishda davom etishi, biroq bir-birining emotsional dunyosida ishtiroki cheklanishi bilan tavsiflanadi.

Tadqiqot metodologiyasi. Zamonaviy ijtimoiy, iqtisodiy va texnologik transformatsiyalar yosh oiladagi shaxslararo munosabatlarning mazmuni, kundalik oilaviy amaliyotlar va emotsional yaqinlik shakllariga bevosita ta'sir ko'rsatmoqda. Yosh oilaning rivojlanishi yangi

oilaviy rollarning shakllanishi, o'zaro moslashish, moddiy va maishiy mas'uliyatning taqsimlanishi, farzand tarbiyasi, kasbiy faoliyat va individual ehtiyojlarni muvofiqlashtirish kabi murakkab psixologik vazifalarni o'z ichiga oladi. Ushbu vazifalarni amalga oshirish jarayonidagi nomuvofiqliklar turmush o'rtog'lar o'rtasida kommunikativ uzilishlar, hissiy sovuqlik, psixologik masofalanish hamda shaxslararo yolg'izlikning shakllanishiga olib kelishi mumkin. Xarakterlisi shundaki, er-xotin yoki ota-ona va farzandlar o'rtasidagi formal ijtimoiy aloqalar tashqi jihatdan saqlanib qolgan sharoitda ham oilaviy munosabatlar tizimida chuqur emotsional begonalashuv va subyektiv yolg'izlik yuzaga kelishi mumkin. Oila a'zolari kundalik hayotda bir makonda yashashi, o'zaro aloqa qilishi va umumiy maishiy vazifalarni bajarishi mumkin, biroq ularning har biri psixologik jihatdan «o'z hayoti bilan yashayotgan» holatga o'tishi ehtimoli mavjud. Bunday holatda oilaning tashqi ijtimoiy yaxlitligi bilan uning ichki emotsional integratsiyasi o'rtasida nomuvofiqlik yuzaga keladi. Oila tashqi ko'rinishda barqaror tizim sifatida saqlansa-da, uning ichki psixologik makonida bir-birini tushunmaslik, emotsional javobsizlik, qo'llab-quvvatlashning susayishi va shaxsiy kechinmalar bilan o'rtog'lashish ehtiyojining cheklanishi kuzatiladi. Bizning fikrimizcha, aynan mazkur holatni «tashqi yaxlitlik - ichki emotsional begonalashuv» fenomeni sifatida baholash mumkin [4]. Psixologik indikatorlar tahlili shuni ko'rsatadiki, kasbiy faoliyatda yuqori natijalarga erishgan ayrim ayollar ratsional xulq-atvor strategiyalariga ko'proq tayanishi va yaqin shaxslararo munosabatlarda spontan emotsional ochiqlikka nisbatan ehtiyotkor bo'lishi mumkin. Bunday holatlar ayrim vaziyatlarda erkak bilan yaqin munosabatlarga kirishishdan qo'rquv yoki psixologik himoyalaniş strategiyalarining shakllanishiga olib kelishi mumkin [5].

Olingan natijalar va ularning tahlili. Yosh o'zbek oilalarida shaxslararo yolg'izlikning subyektiv emotsional alienatsiya bilan o'zaro munosabatlarni aniqlashga qaratilgan korrelyatsion tahlil natijalari oilaviy munosabatlarning emotsional, kommunikativ va hamkorlik komponentlari bilan yolg'izlikning turli ko'rinishlari o'rtasida statistik jihatdan ahamiyatli bog'liqliklar mavjudligini ko'rsatdi. Olingan natijalarga ko'ra, emotsional yaqinlik yolg'izlikning barcha komponentlari bilan statistik jihatdan ahamiyatli teskari aloqani namoyon etdi. Ayniqsa, yolg'izlikning integral darajasi bilan qayd etilgan nisbatan yuqori teskari aloqa ($r=-0,625$; $p<0,01$) shaxslararo yolg'izlikni kamaytirishda turmush o'rtog'lar o'rtasidagi hissiy yaqinlik alohida ahamiyat kasb etishini ko'rsatadi. Bu natijalar shaxsning oilaviy qarorlar qabul qilish jarayonida faol ishtirok etishi, uning fikri va ehtiyojlari inobatga olinishi oilaviy tizimga tegishlilik hissini mustahkamlashini ko'rsatadi. Aksincha, qarorlar qabul qilish jarayonida muntazam chetda qolish "men bilan hisoblashishmaydi", "mening fikrim ahamiyatli emas" mazmunidagi kognitiv-emotsional kechinmalarning shakllanishi uchun psixologik sharoit yaratishi mumkin.

Ayniqsa, emotsional alienatsiya bilan yolg'izlikning integral darajasi o'rtasidagi yuqori bog'liqlik ($r=0,790$; $p<0,01$) tadqiqotning konseptual g'oyasini empirik jihatdan asoslovchi markaziy natija sifatida baholanishi mumkin. Bizning fikrimizcha, ushbu natija shaxslararo yolg'izlikni emotsional alienatsiyaning periferik yoki ikkilamchi oqibati

sifatida emas, balki uning subyektiv-fenomenologik mazmunini aks ettiruvchi integrativ ijtimoiy-psixologik indikator sifatida talqin qilish imkonini beradi. Emotsional begonalashuv kuchayishi bilan shaxs o'zini oilada yolg'iz, tushunilmagan va hissiy jihatdan qo'llab-quvvatlanmagan holda idrok etishi, munosabatlardagi tegishlilik va yaqinlik hissini yo'qota boshlashi mumkin.

Muhokama. Olingan empirik natijalar shaxslararo yolg'izlikni yosh oilada real ijtimoiy aloqalarning yo'qligi bilan emas, avvalo mavjud munosabatlarning subyektiv emotsional sifati bilan izohlash zarurligini ko'rsatadi. Shaxsning turmush o'rtog'i bilan birgalikda yashashi, muntazam muloqot qilishi va umumiy oilaviy funksiyalarni bajarishi uning o'zini emotsional jihatdan yaqin va tushunilgan his qilishini avtomatik tarzda ta'minlamaydi. Bu holat yosh oilalarda tashqi ijtimoiy yaxlitlik bilan ichki emotsional integratsiyaning bir-biriga mos kelmasligi mumkinligi haqidagi nazariy qarashlarni qo'llab-quvvatlaydi. T.K.Rostovskaya, E.N.Vasilyeva va E.A.Knyazkova tomonidan yosh oilalarning kundalik amaliyotlarini o'rganishga bag'ishlangan tadqiqotda ham er-xotin o'rtasidagi ijtimoiy aloqalar saqlanib qolgan sharoitda emotsional begonalashuv va yolg'izlik shakllanishi mumkinligi ko'rsatilgan. Tadqiqotchilar yosh oilalarda yolg'izlik bilan bog'liq omillar sifatida o'zaro tushunmaslik, e'tibor yetishmasligi, yuqori bandlik, kommunikativ uzoqlashuv, ishonchsizlik va umumiy vaqtning kamayishini qayd etganlar [4]. T.L.Kryukova va M.V.Saporovskaya tomonidan o'tkazilgan tadqiqot natijalari ham muhim qiyosiy asos bo'lib xizmat qiladi. Mualliflar nikohda yashovchi shaxslarning ayrim hollarda yolg'iz yoki ota-onalari bilan yashovchi shaxslarga qaraganda emotsional yolg'izlikni kuchliroq his qilishlari mumkinligini qayd etganlar [8]. Shaxsning "meni

tushunmaydi", "meni eshitmaydi", "mening hissiyotlarim unga ahamiyatli emas" mazmunidagi subyektiv baholari takroriy xarakter kasb etishi natijasida o'z-o'zini oshkor qilish kamayishi, kommunikativ chekinish kuchayishi va turmush o'rtog'iga nisbatan emotsional himoyalani shakllanishi mumkin. Shu nuqtai nazardan, tushunilmaslik hissi oddiy norozilik emas, balki emotsional alienatsiyani chuqurlashtiruvchi muhim psixologik mediatorlardan biri sifatida qaralishi mumkin.

Xulosa. Nazariy va empirik natijalarning integrativ tahlili yosh o'zbek oilalarida shaxslararo yolg'izlik real ijtimoiy aloqalarning miqdoriy yetishmasligidan ko'ra, mavjud munosabatlarning emotsional va psixologik sifati bilan ko'proq bog'liqligini ko'rsatdi. Turmush o'rtog'larining birgalikda yashashi, kundalik oilaviy vazifalarni bajarishi va tashqi ijtimoiy yaxlitlikni saqlashi ichki emotsional integratsiyani avtomatik ravishda ta'minlamaydi. Bizning fikrimizcha, shaxslararo yolg'izlikning diagnostik ahamiyati aynan uning ochiq oilaviy inqirozdan oldin paydo bo'lishi mumkinligida namoyon bo'ladi. Hissiy yaqinlikning pasayishi, muntazam tushunilmaslik hissi, emotsional qo'llab-quvvatlashning yetishmasligi va kommunikativ chekinish turmush o'rtog'lar tashqi tomondan barqaror oilaviy hayotni davom ettirayotgan sharoitda ham ichki psixologik masofalanish yuzaga kelayotganidan darak berishi mumkin. Demak, yosh o'zbek oilalarida shaxslararo yolg'izlik turmush o'rtog'lar o'rtasidagi real aloqalar saqlanib qolgan sharoitda hissiy yaqinlik, psixologik tegishlilik, tushunilganlik va emotsional qo'llab-quvvatlanish ehtiyojlarining qondirilish darajasini aks ettiruvchi hamda subyektiv emotsional alienatsiyaning shakllanishi va chuqurlashuvini ifodalovchi integrativ ijtimoiy-psixologik indikator sifatida namoyon bo'ladi.

Adabiyotlar

1. Berguno G., Leroux P., McAinsh K., Shaikh S. Children's experience of loneliness at school and its relation to bullying and the quality of teacher interventions. // *Qualitative Report*. 2004, 9:483-499.
2. Pinquart M., Sorensen S. Influences on loneliness in older adults: A meta-analysis. // *Basic and Applied Social Psychology*. 2001, 23:245-266.
3. Weeks DJ. A review of loneliness concepts, with particular reference to old age. // *International Journal of Geriatric Psychiatry*. 1994, 9:345-355.
4. Ростовская Т.К., Васильева Е.Н., Князькова Е.А. Одиночество в семье: исследование повседневных практик молодой семьи. // *Научный результат. Социология и управление*. 2025. Т. 11. № 1. – С. 58-70.
5. Хорни К. Психология женщины. - Москва: Академический проект, 2024. – С. 252.
6. Кочеткова Т.Н. Социальные представления о допустимости измены в контексте гендерных отношений. // *Мир науки*. 2017. - Т. 5. № 1. - С. 5.
7. Барсукова С.В., Барсуков С.М. Одиночество как социальный феномен современного общества. // *Современные прикладные исследования: материалы пятой национальной научно-практической конференции*. – Новочеркасск: 2021. - С. 4551.
8. Крюкова Т.Л., Сапоровская М.В. Индивидуальные и групповые тенденции совладания с трудностями в российских семьях. // *Вестник Костромского государственного университета имени Н.А.Некрасова. Серия: Педагогика. Психология. Социальная работа. Ювенология. Социокинетика*. 2014. Т. 20. № 2. – С. 71-77.