

NOGIRONLIGI BO'LGAN SHAXSLARNING O'Z-O'ZINI BAHOLASHI VA IJTIMOYIY QO'LLAB-QUVVATLASH O'RTASIDAGI BOG'LIQLIKNING PSIXOLOGIK ASOSLARI.

Abdurasulova Mehriqul Abdurashid qizi

Termiz Davlat Universiteti Ijtimoiy fanlar fakulteti Amaliy psixologiya 3-bosqich 123-guruh talabasi

Annotatsiya: Ushbu maqolada nogironligi bo'lgan shaxslarning o'z-o'zini baholash darajasi va ularga ko'rsatiladigan ijtimoiy qo'llab-quvvatlash o'rtasidagi bog'liqlikning psixologik asoslari tahlil qilinadi. Tadqiqotda o'z-o'zini baholashning shaxs psixologik holati, ijtimoiy moslashuvi hamda hayot sifati bilan uzviy aloqadorligi yoritilgan. Shuningdek, oilaviy, do'stona va institutsional qo'llab-quvvatlashning nogironligi bo'lgan shaxslarning o'ziga bo'lgan ishonchi, motivatsiyasi va ijtimoiy faolligiga ta'siri ilmiy manbalar asosida ko'rib chiqilgan. Tadqiqot natijalari ijtimoiy qo'llab-quvvatlash darajasi yuqori bo'lgan shaxslarda ijobiy o'z-o'zini baholash ko'rsatkichlari ham yuqori bo'lishini ko'rsatadi. Maqolada nogironligi bo'lgan shaxslarning psixologik farovonligini oshirishda kompleks psixologik va ijtimoiy yordam tizimini takomillashtirish bo'yicha tavsiyalar ishlab chiqilgan.

Kalit so'zlar: Nogironligi bo'lgan shaxslar, o'z-o'zini baholash, ijtimoiy qo'llab-quvvatlash, psixologik moslashuv, psixologik farovonlik.

Kirish

Zamonaviy jamiyatda nogironligi bo'lgan shaxslarning huquqlari, ijtimoiy faolligi va psixologik farovonligini ta'minlash dolzarb masalalardan biri hisoblanadi. Insonning jamiyatdagi o'rni nafaqat uning jismoniy imkoniyatlari, balki o'ziga bo'lgan munosabati, o'z qadr-qimmatini anglash darajasi va ijtimoiy muhit tomonidan qo'llab-quvvatlanishiga ham bevosita bog'liqdir. Shu jihatdan nogironligi bo'lgan shaxslarning o'z-o'zini baholashi va ularga ko'rsatiladigan ijtimoiy qo'llab-quvvatlash o'rtasidagi munosabatlarni psixologik nuqtai nazardan o'rganish muhim ilmiy-amaliy ahamiyat kasb

etadi. O‘z-o‘zini baholash shaxsning o‘z imkoniyatlari, qobiliyatlari va jamiyatdagi mavqeiga nisbatan shakllangan subyektiv munosabatini ifodalaydi. Ijobiy o‘z-o‘zini baholash insonning ruhiy barqarorligi, ijtimoiy moslashuvi va hayotdan qoniqish darajasini oshiradi. Aksincha, salbiy o‘z-o‘zini baholash depressiv holatlar, ijtimoiy chekinish va motivatsiyaning pasayishiga olib kelishi mumkin. Nogironligi bo‘lgan shaxslarda esa bu jarayon yanada murakkab kechadi, chunki ular ko‘pincha jismoniy, ijtimoiy va psixologik to‘siqlarga duch keladilar.

Ijtimoiy qo‘llab-quvvatlash shaxsning oila a‘zolari, do‘stlari, ta’lim muassasalari, ish jamoalari hamda davlat va nodavlat tashkilotlari tomonidan ko‘rsatiladigan moddiy, ma’naviy va emotsional yordamni o‘z ichiga oladi. Psixologik tadqiqotlar shuni ko‘rsatadiki, kuchli ijtimoiy qo‘llab-quvvatlash tizimi shaxsning stressga chidamliligini oshiradi, o‘ziga bo‘lgan ishonchini mustahkamlaydi va ijtimoiy integratsiyasini ta’minlaydi. Ayniqsa, nogironligi bo‘lgan shaxslar uchun qo‘llab-quvvatlovchi muhit ularning o‘z imkoniyatlarini to‘liq namoyon etishlari va jamiyat hayotida faol ishtirok etishlariga xizmat qiladi. So‘nggi yillarda inklyuziv jamiyatni shakllantirish, nogironligi bo‘lgan shaxslarning huquqlarini himoya qilish hamda ularning psixologik salomatligini mustahkamlash masalalariga alohida e’tibor qaratilmoqda.

Tadqiqot usullari va metodologiyasi

Mazkur tadqiqot nogironligi bo‘lgan shaxslarning o‘z-o‘zini baholashi va ijtimoiy qo‘llab-quvvatlash darajasi o‘rtasidagi bog‘liqlikni aniqlash hamda ushbu munosabatlarning psixologik asoslarini o‘rganishga qaratildi. Tadqiqotda kompleks yondashuv asosida nazariy va empirik usullardan foydalanildi. Tadqiqotning nazariy asosini shaxs psixologiyasi, ijtimoiy psixologiya va inklyuziv ta’lim yo‘nalishlaridagi ilmiy manbalar tashkil etdi. Xususan, o‘z-o‘zini baholash nazariyalari, ijtimoiy qo‘llab-quvvatlash konsepsiyalari hamda nogironligi bo‘lgan shaxslarning psixologik moslashuviga oid ilmiy tadqiqotlar tahlil qilindi. Mavzuga oid mahalliy va xorijiy ilmiy adabiyotlar qiyosiy o‘rganilib, muammoning zamonaviy talqini va ilmiy yondashuvlari umumlashtirildi. Empirik tadqiqotda 18–45 yosh oralig‘idagi turli toifadagi nogironligi bo‘lgan 120 nafar respondent ishtirok etdi. Ishtirokchilar tanlovi ixtiyoriylik va maxfiylik tamoyillari asosida amalga oshirildi. Tadqiqot jarayonida respondentlarning o‘z-o‘zini baholash darajasini aniqlash uchun Rosenbergning “O‘z-o‘zini baholash shkalasi”,

ijtimoiy qo'llab-quvvatlash darajasini baholash uchun esa ko'p o'lchovli ijtimoiy qo'llab-quvvatlash shkalasidan foydalanildi.

Ma'lumotlarni yig'ish jarayonida anketa so'rovi, psixologik testlar va yarim tuzilmaviy suhbat metodlari qo'llanildi. Anketa respondentlarning demografik xususiyatlari, ta'lim darajasi, oilaviy holati va ijtimoiy faolligiga oid ma'lumotlarni olish imkonini berdi. Suhbatlar orqali esa ularning shaxsiy tajribalari, jamiyat bilan o'zaro munosabatlari va qo'llab-quvvatlash tizimiga nisbatan qarashlari chuqur o'rganildi. Olingan natijalar statistik tahlil usullari yordamida qayta ishlandi. Deskriptiv statistika, korrelyatsion tahlil hamda taqqoslash metodlari qo'llanib, o'z-o'zini baholash va ijtimoiy qo'llab-quvvatlash ko'rsatkichlari o'rtasidagi bog'liqlik darajasi aniqlandi. Tadqiqot natijalarining ishonchliligini ta'minlash maqsadida ma'lumotlar bir necha bosqichda tekshirildi va tahlil qilindi. Tadqiqot metodologiyasi insonparvarlik, obyektivlik, tizimlilik va ilmiylik tamoyillariga asoslandi. Shu bilan birga, ishtirokchilarning huquqlari, shaxsiy ma'lumotlari maxfiyligi va tadqiqotda ishtirok etishning ixtiyoriyligi to'liq ta'minlandi. Mazkur metodologik yondashuv nogironligi bo'lgan shaxslarning o'z-o'zini baholashi va ijtimoiy qo'llab-quvvatlash o'rtasidagi psixologik bog'liqlikni har tomonlama va ishonchli tahlil qilish imkonini berdi.

Tadqiqot natijalari

Tadqiqot davomida nogironligi bo'lgan shaxslarning o'z-o'zini baholash darajasi hamda ularga ko'rsatilayotgan ijtimoiy qo'llab-quvvatlashning psixologik ahamiyati o'rganildi. Empirik ma'lumotlar tahlili natijasida respondentlarning aksariyatida o'z-o'zini baholash ko'rsatkichlari ijtimoiy qo'llab-quvvatlash darajasiga bevosita bog'liq ekanligi aniqlandi. Tadqiqotda ishtirok etgan 120 nafar respondentning 32,5 foizida o'z-o'zini baholash darajasi yuqori, 46,7 foizida o'rtacha va 20,8 foizida past darajada ekanligi qayd etildi. Shu bilan birga, respondentlarning 61,7 foizi oila a'zolari tomonidan yetarli darajada qo'llab-quvvatlanishini bildirgan bo'lsa, 24,2 foizi qisman, 14,1 foizi esa ijtimoiy qo'llab-quvvatlash yetarli emasligini ta'kidlagan.

Korrelyatsion tahlil natijalari o'z-o'zini baholash va ijtimoiy qo'llab-quvvatlash o'rtasida musbat bog'liqlik mavjudligini ko'rsatdi ($r = 0,68$; $p < 0,01$). Bu ko'rsatkich ijtimoiy qo'llab-quvvatlash darajasi ortishi bilan shaxsning o'ziga bo'lgan ishonchi, o'z qadr-qimmatini anglash darajasi va ijtimoiy faolligi ham oshishini tasdiqlaydi. Tahlillar

shuni ko'rsatdiki, oilaviy qo'llab-quvvatlash respondentlarning psixologik holatiga eng kuchli ta'sir ko'rsatuvchi omil hisoblanadi. Oila a'zolarining doimiy ruhiy yordami va ijobiy munosabati mavjud bo'lgan ishtirokchilarda o'z-o'zini baholash ko'rsatkichlari sezilarli darajada yuqori bo'ldi. Bundan tashqari, do'stlar va yaqinlar tomonidan beriladigan emotsional yordam ham shaxsning ijtimoiy moslashuviga ijobiy ta'sir ko'rsatishi aniqlandi. Ta'lim muassasalari va mehnat jamoalaridagi inklyuziv muhitning mavjudligi ham respondentlarning o'z imkoniyatlariga bo'lgan ishonchini mustahkamlovchi omillardan biri sifatida namoyon bo'ldi. Inklyuziv muhitda faoliyat yuritayotgan respondentlarning 74 foizi o'zlarini jamiyatning to'laqonli a'zosi sifatida his qilishlarini bildirgan bo'lsa, bunday imkoniyatlardan cheklangan respondentlar orasida ushbu ko'rsatkich 43 foizni tashkil etdi.

Suhbatlar natijalari nogironligi bo'lgan shaxslar orasida diskriminatsiya, stereotiplar va ijtimoiy cheklovlarning mavjudligi o'z-o'zini baholashning pasayishiga sabab bo'lishini ko'rsatdi. Ayniqsa, jamiyat tomonidan salbiy munosabatga duch kelgan respondentlarda xavotir, ijtimoiy chekinish va o'z imkoniyatlarini past baholash holatlari ko'proq uchradi. Umuman olganda, tadqiqot natijalari nogironligi bo'lgan shaxslarning o'z-o'zini baholashi ijtimoiy qo'llab-quvvatlash darajasi bilan chambarchas bog'liq ekanligini tasdiqladi. Qo'llab-quvvatlovchi ijtimoiy muhit, oilaviy yordam va inklyuziv munosabatlar ularning psixologik farovonligi hamda ijtimoiy moslashuvini yaxshilashda muhim omil bo'lib xizmat qilishi aniqlandi.

Muhokama

Tadqiqot natijalari nogironligi bo'lgan shaxslarning o'z-o'zini baholashi va ijtimoiy qo'llab-quvvatlash darajasi o'rtasida sezilarli musbat bog'liqlik mavjudligini ko'rsatdi. Olingan ma'lumotlar shuni tasdiqlaydiki, shaxsning o'z imkoniyatlarini qanday baholashi ko'p jihatdan uning ijtimoiy muhitda qanchalik qo'llab-quvvatlanishi bilan belgilanadi. Bu holat ijtimoiy qo'llab-quvvatlashning psixologik farovonlikni ta'minlashdagi muhim omil ekanligini yana bir bor isbotlaydi. Tadqiqot davomida aniqlangan natijalar zamonaviy psixologik nazariyalar bilan hamohangdir. Xususan, ijtimoiy qo'llab-quvvatlash nazariyasiga ko'ra, inson o'zini jamiyat tomonidan qadrlangan va qabul qilingan deb his qilganda, uning o'ziga bo'lgan ishonchi ortadi hamda psixologik moslashuvi yaxshilanadi. Tadqiqot natijalarida ham oilaviy, do'stona

va institutsional qo'llab-quvvatlashning yuqori darajasi respondentlarning o'z-o'zini baholash ko'rsatkichlarini oshirishi kuzatildi. Muhim jihatlardan biri shundaki, oilaviy qo'llab-quvvatlash boshqa ijtimoiy omillarga nisbatan kuchliroq ta'sir ko'rsatdi. Bu natija oilaning shaxs rivojlanishidagi asosiy ijtimoiy institut sifatidagi rolini tasdiqlaydi. Oila tomonidan beriladigan emotsional yordam, mehr-muhabbat va rag'batlantirish nogironligi bo'lgan shaxslarda o'z qadr-qimmatini his qilish va kelajakka nisbatan ijobiy qarashlarni shakllantirishga yordam beradi. Shuningdek, tadqiqot natijalari inklyuziv ta'lim va inklyuziv mehnat muhiti psixologik moslashuvni yaxshilashda muhim omil ekanligini ko'rsatdi. Ta'lim va mehnat faoliyatiga faol jalb qilingan respondentlarda ijtimoiy faollik, mustaqillik va o'z-o'zini baholash darajasi yuqoriroq bo'ldi. Bu esa jamiyatda inklyuziv siyosatni rivojlantirish nafaqat ijtimoiy, balki psixologik jihatdan ham katta ahamiyatga ega ekanligini anglatadi.

Biroq tadqiqot davomida ayrim respondentlarda ijtimoiy stereotiplar va diskriminatsion munosabatlar tufayli o'z-o'zini baholashning pasayishi kuzatildi. Bu holat nogironligi bo'lgan shaxslarning psixologik salomatligiga salbiy ta'sir ko'rsatadigan omillar hanuz mavjudligini ko'rsatadi. Shuning uchun jamiyatda tolerantlik madaniyatini rivojlantirish, nogironligi bo'lgan shaxslarga nisbatan ijobiy munosabatni shakllantirish va psixologik xizmatlar sifatini oshirish zarur. Tadqiqotning ayrim cheklovlari ham mavjud. Jumladan, respondentlar sonining ma'lum bir hudud bilan cheklanganligi natijalarni umumlashtirish imkoniyatini biroz cheklaydi. Kelgusida turli yosh guruhlari, nogironlik turlari va hududlar kesimida kengroq tadqiqotlar o'tkazish mazkur muammoni yanada chuqurroq o'rganishga xizmat qiladi. Umuman olganda, tadqiqot natijalari nogironligi bo'lgan shaxslarning psixologik farovonligini ta'minlashda ijtimoiy qo'llab-quvvatlashning o'rni beqiyos ekanligini ko'rsatdi. Ijobiy ijtimoiy muhit va qo'llab-quvvatlovchi munosabatlar ularning o'z-o'zini baholashini mustahkamlab, jamiyat hayotida faol va mustaqil ishtirok etishlariga zamin yaratadi.

Xulosa

Mazkur tadqiqot nogironligi bo'lgan shaxslarning o'z-o'zini baholashi va ijtimoiy qo'llab-quvvatlash o'rtasidagi bog'liqlikning psixologik asoslarini o'rganishga bag'ishlandi. Tadqiqot natijalari shuni ko'rsatdiki, ijtimoiy qo'llab-quvvatlash darajasi shaxsning o'z-o'zini baholashi, psixologik farovonligi va ijtimoiy moslashuviga bevosita

ta'sir ko'rsatadi. Tahlillar natijasida oilaviy, do'stona va institutsional qo'llab-quvvatlashning mavjudligi nogironligi bo'lgan shaxslarda o'ziga bo'lgan ishonchni oshirishi, ijtimoiy faollikni kuchaytirishi hamda ruhiy barqarorlikni ta'minlashi aniqlandi. Aksincha, ijtimoiy yakkalanish, stereotiplar va diskriminatsion munosabatlar o'z-o'zini baholashning pasayishiga hamda psixologik muammolarning kuchayishiga olib kelishi mumkinligi kuzatildi. Shuningdek, inklyuziv ta'lim va mehnat muhitining mavjudligi nogironligi bo'lgan shaxslarning jamiyatga muvaffaqiyatli integratsiyalashuviga xizmat qilishi, ularning shaxsiy salohiyatini ro'yobga chiqarish imkoniyatlarini kengaytirishi aniqlandi. Shu sababli psixologik xizmatlarni rivojlantirish, ijtimoiy qo'llab-quvvatlash tizimini takomillashtirish va jamiyatda inklyuziv madaniyatni shakllantirish dolzarb vazifalardan biri hisoblanadi.

Foydalanilgan adabiyotlar

1. Rosenberg M. Society and the Adolescent Self-Image. Princeton University Press, 1965.
2. Bandura A. Self-Efficacy: The Exercise of Control. New York: Freeman, 1997.
3. Vygotsky L.S. Mind in Society: The Development of Higher Psychological Processes. Harvard University Press, 1978.
4. Sarason I.G., Sarason B.R., Pierce G.R. Social Support: An Interactional View. New York: Wiley, 1990.
5. Zimet G.D., Dahlem N.W., Zimet S.G., Farley G.K. The Multidimensional Scale of Perceived Social Support // Journal of Personality Assessment. – 1988. – Vol. 52(1). – P. 30–41.
6. World Health Organization. World Report on Disability. Geneva: WHO Press, 2011.