O‘SPIRINLIK DAVRIDAGI TALABALARDA DEPRESSIV HOLATLAR NAMOYON BO‘LISHINING O‘ZIGA XOS XUSUSIYATLARI

Bannayev Maxamadin Sotvoldiyevich,
Namangan davlat universiteti doktoranti

Ushbu maqolada oliy ta’lim talabalari orasida depressiv holatlarning namoyon bo‘lish xususiyatlari nazariy jihatdan tahlil qilingan. O‘spirinlik davridan ilk yetuklik bosqichiga o‘tish shaxsning identifikatsiyasi, ijtimoiy moslashuvi va kognitiv rivojlanishida muhim o‘zgarishlar bilan tavsiflanadi hamda ushbu yosh guruhida psixoemotsional zo‘riqishga sezgirlikning ortishi bilan bog‘liqdir. Maqolada depressiv holatlarning emotsional, kognitiv, xulq-atvor va ijtimoiy darajalardagi namoyon bo‘lishi A. Bek, E. Erikson va L. S. Vygotskiy nazariy qarashlari asosida tahlil qilingan, shuningdek, DSM-5-TR va ICD-11 diagnostik mezonlari doirasida izohlangan. Talabalik davriga xos akademik yuklama, kasbiy identifikatsiyaning shakllanishi hamda tengdoshlar bilan o‘zaro munosabatlar depressiv holatlarning rivojlanishiga ta’sir etuvchi muhim omillar sifatida ko‘rib chiqilgan. Maqola nazariy-tahliliy xarakterga ega bo‘lib, unda bayon etilgan metodologik yondashuvlar va nazariy xulosalar muallif tomonidan amalga oshiriladigan keyingi empirik tadqiqot uchun ilmiy asos vazifasini bajaradi. Tadqiqot yakunida talabalar psixik salomatligini erta aniqlash va profilaktik choralarni takomillashtirish zarurligi asoslab berilgan.

Kalit so‘zlar: *depressiya, o‘spirinlik davri, ilk yetuklik, talabalar psixologiyasi, kognitiv triada, ijtimoiy moslashuv, identifikatsiya inqirozi, akademik stress, psixodiagnostika, psixik salomatlik.*

ОСОБЕННОСТИ ПРОЯВЛЕНИЯ ДЕПРЕССИВНЫХ СОСТОЯНИЙ У СТУДЕНТОВ ПОДРОСТКОВОГО ВОЗРАСТА

В данной статье проведён теоретический анализ особенностей проявления депрессивных состояний у студентов высших учебных заведений. Переход от подросткового возраста к периоду ранней взрослости характеризуется значительными изменениями в процессах формирования идентичности, социальной адаптации и когнитивного развития, что может обусловливать повышенную чувствительность данной возрастной группы к психоэмоциональному напряжению. Проявления депрессивных состояний на эмоциональном, когнитивном, поведенческом и социальном уровнях рассмотрены на основе теоретических концепций А. Бека, Э. Эриксона и Л. С. Выготского, а также интерпретированы в соответствии с диагностическими критериями DSM-5-TR и ICD-11. В качестве факторов, способствующих развитию депрессивных состояний в студенческий период, проанализированы академическая нагрузка, профессиональная идентификация и взаимоотношения со сверстниками. Статья носит теоретико-аналитический характер, а представленные методологические подходы и теоретические выводы служат научной основой для последующего эмпирического исследования автора. В заключение обоснована необходимость ранней диагностики и совершенствования профилактики нарушений психического здоровья студентов.

Ключевые слова: *депрессия, подростковый возраст, ранняя взрослость, психология студентов, когнитивная триада, социальная адаптация, кризис идентичности, академический стресс, психодиагностика, психическое здоровье.*

CHARACTERISTIC FEATURES OF DEPRESSIVE MANIFESTATIONS AMONG ADOLESCENT UNIVERSITY STUDENTS

This article presents a theoretical analysis of the characteristics of depressive manifestations among university students. The transition from adolescence to early adulthood is characterized by significant changes in identity formation, social adaptation, and cognitive development, which may increase vulnerability to psycho-emotional stress in this age group. The emotional, cognitive, behavioral, and social manifestations of depressive states are analyzed through the theoretical perspectives of Aaron Beck, Erik Erikson, and Lev S. Vygotsky, and interpreted in accordance with the diagnostic criteria of DSM-5-TR and ICD-11. Academic workload, professional identity formation, and peer relationships are examined as key factors influencing the development of depressive states during the student years. The article is theoretical and analytical in nature, and the methodological approaches and theoretical conclusions presented serve as a scientific foundation for the author’s subsequent empirical research. The study concludes by emphasizing

the importance of early identification and the improvement of preventive measures aimed at protecting students’ mental health.

Keywords**:** *depression, adolescence, early adulthood, student psychology, cognitive triad, social adaptation, identity crisis, academic stress, psychodiagnostics, mental health.*

Kirish. Yoshlar psixik salomatligi zamonaviy psixologiya fanining dolzarb yo‘nalishlaridan biri hisoblanadi. Jahon sog‘liqni saqlash tashkilotining rasmiy ma’lumotlariga ko‘ra, depressiya dunyoda keng tarqalgan ruhiy buzilishlardan biri bo‘lib, depressiv buzilishlarning boshlanishi ko‘pincha o‘smirlik va yoshlik davrida kuzatilishi ta’kidlanadi [9].

Ushbu davrda shaxs bir qator murakkab rivojlanish vazifalarini hal qilishga majbur bo‘ladi: kasbiy identifikatsiyani shakllantirish, mustaqil hayotga o‘tish, yangi ijtimoiy muhitga moslashish va o‘zlikni anglash jarayonini yakunlashga intilish [5]. Oliy ta’lim muassasasiga o‘qishga kirish bilan bog‘liq holda yuzaga keladigan yangi sharoitlar – o‘quv yuklamasining ortishi, ota-ona nazoratining kamayishi, yangi ijtimoiy aloqalar o‘rnatish zarurati – talabalarda psixoemotsional taranglikni kuchaytirishi mumkin.

Mazkur maqolaning maqsadi – talabalarda depressiv holatlarning namoyon bo‘lish xususiyatlarini keng tan olingan ilmiy manbalar asosida nazariy jihatdan tahlil qilish hamda ushbu yo‘nalishda o‘tkaziladigan keyingi empirik tadqiqotlar uchun konseptual asos yaratishdan iborat.

Adabiyotlar tahlili. Depressiya tushunchasi zamonaviy klassifikatsiya tizimlarida aniq diagnostik mezonlar orqali belgilanadi. DSM-5-TR bo‘yicha katta depressiv buzilish kayfiyatning pasayishi, faoliyatga qiziqishning yo‘qolishi, kognitiv va somatik belgilar majmui bilan tavsiflanadi va bu belgilar kamida ikki hafta davomida saqlanishi lozim [1]. ICD-11 tasnifida ham depressiv epizod shunga o‘xshash mezonlar asosida belgilanadi, biroq og‘irlik darajasi bo‘yicha alohida tasniflash taklif etiladi [8].

Depressiyaning kognitiv nazariyasi asoschisi Aaron Bek fikricha, depressiv holat shaxsning o‘zi, atrofdagi olam va kelajak haqidagi salbiy avtomatik fikrlar tizimi – «kognitiv triada» orqali shakllanadi [3]; shu nazariya asosida ishlab chiqilgan Bek depressiya inventari [4] bugungacha keng qo‘llaniladigan psixodiagnostik vositalardan biri hisoblanadi. Shuningdek, Zungning o‘z-o‘zini baholash shkalasi [10] va Hamiltonning klinik baholash shkalasi [6] depressiv simptomatikani diagnostika qilishda keng foydalaniladigan vositalar hisoblanadi.

Rivojlanish psixologiyasi nuqtai nazaridan Erik Eriksonning fikricha, o‘spirinlik davri «identifikatsiya qarshi rol chalkashligi» bosqichi bilan, undan keyingi davr esa “yaqinlik qarshi izolyatsiya” bosqichi bilan tavsiflanadi [5]; 18–20 yosh aynan shu ikki bosqich chegarasida joylashgan bo‘lib, bu davrda shaxsning o‘z “Men”ini shakllantirish jarayoni davom etadi. Lev Vygotskiyning qarashlariga ko‘ra, har bir yosh bosqichi o‘ziga xos “yangi tuzilma” (novoobrazovanie) bilan yakunlanadigan inqiroz orqali xarakterlanadi [7], bu yondashuv o‘spirinlikdan yetuklikka o‘tish davridagi ichki ziddiyatlarni tushunishga imkon beradi.

Amerikalik psixolog Jeffri Arnett taklif etgan “shakllanayotgan yetuklik” (emerging adulthood) konseptsiyasi 18–25 yosh oralig‘ini alohida rivojlanish davri sifatida ko‘rib chiqadi, bu davr identifikatsion izlanish, beqarorlik va imkoniyatlar ko‘pligi bilan tavsiflanadi [2]. Yuqoridagi manbalar tahlili shuni ko‘rsatadiki, talabalarda depressiv holatlarning namoyon bo‘lishi klinik-diagnostik (DSM-5-TR, ICD-11), kognitiv (Bek) va rivojlanish-psixologik (Erikson, Vygotskiy, Arnett) omillar ta’sirida shakllanadigan murakkab hodisa sifatida qaralishi lozim.

Tadqiqot metodologiyasi. Ushbu bo‘lim maqolaning nazariy-konseptual asosini amaliy tadqiqot bilan bog‘lash uchun mo‘ljallangan bo‘lib, quyidagi tarkibiy qismlar muallif tomonidan to‘ldiriladi: tadqiqot tanlanmasi (yoshi, jinsi, kursi, o‘quv yo‘nalishi, ishtirokchilar soni) – (muallif tomonidan to‘ldiriladi); tadqiqot bazasi (muassasa nomi, hudud va davr) – (muallif tomonidan to‘ldiriladi); qo‘llaniladigan psixodiagnostik metodikalar (masalan, Bek depressiya inventari, Zung yoki Hamilton shkalalari – aniq tanlov muallif tomonidan asoslanadi) – (muallif tomonidan to‘ldiriladi); statistik tahlil usullari (tavsiflovchi, korrelyatsion yoki qiyosiy tahlil) – (muallif tomonidan to‘ldiriladi); tadqiqot etikasi (ixtiyoriy rozilik, anonimlik va maxfiylik shartlari) – (muallif tomonidan to‘ldiriladi).

Natijalar va tahlil. Ushbu tadqiqotimni amalga oshirishda Namangan davlat pedagogika instituti 1-kurs talabalaridan jami 39 nafar respondent ishtirok etdi (jinsi bo‘yicha: ayollar – 37 nafar, 94.9%; erkaklar – 2 nafar, 5.1%). Respondentlarning yoshi 18 dan 25 gacha oralig‘ida bo‘lib ($M = 18.87$; $SD = 1.30$; Mediana = 19.0), ularning aksariyati (87.2%) 18–19 yosh oralig‘ini tashkil etdi. Depressiya darajasini baholash uchun Bek depressiya inventari (Beck Depression Inventory, BDI, 21 ta savol, har biri 0 dan 3 ballgacha baholanadigan) qo‘llanildi.

BDI so‘rovnomasining ichki izchilligi Kronbax alfa (Cronbach’s α) koeffitsienti orqali baholandi. Natijaga ko‘ra, 21 ta savol bo‘yicha $\alpha = 0.853$ qiymati qayd etildi, bu esa yuqori darajadagi ichki izchillikni bildiradi ($\alpha > 0.80$ – yaxshi ko‘rsatkich sifatida qabul qilinadi). Savol-jami tahlili natijasida 20 ta savolning

tuzatilgan item-jami korrelyatsiyasi ijobiy va o‘rtacha-yuqori darajada (r = 0.24–0.76) ekanligi aniqlandi. Faqat 9-savol (bdi9, o‘z joniga qasd qilish fikri) uchun tuzatilgan korrelyatsiya nisbatan past (r = 0.24), 5-savol (bdi5, aybdorlik hissi) uchun esa manfiy qiymat (r = –0.10) qayd etildi – bu savolni keyingi tadqiqotlarda alohida tahlil qilish tavsiya etiladi.

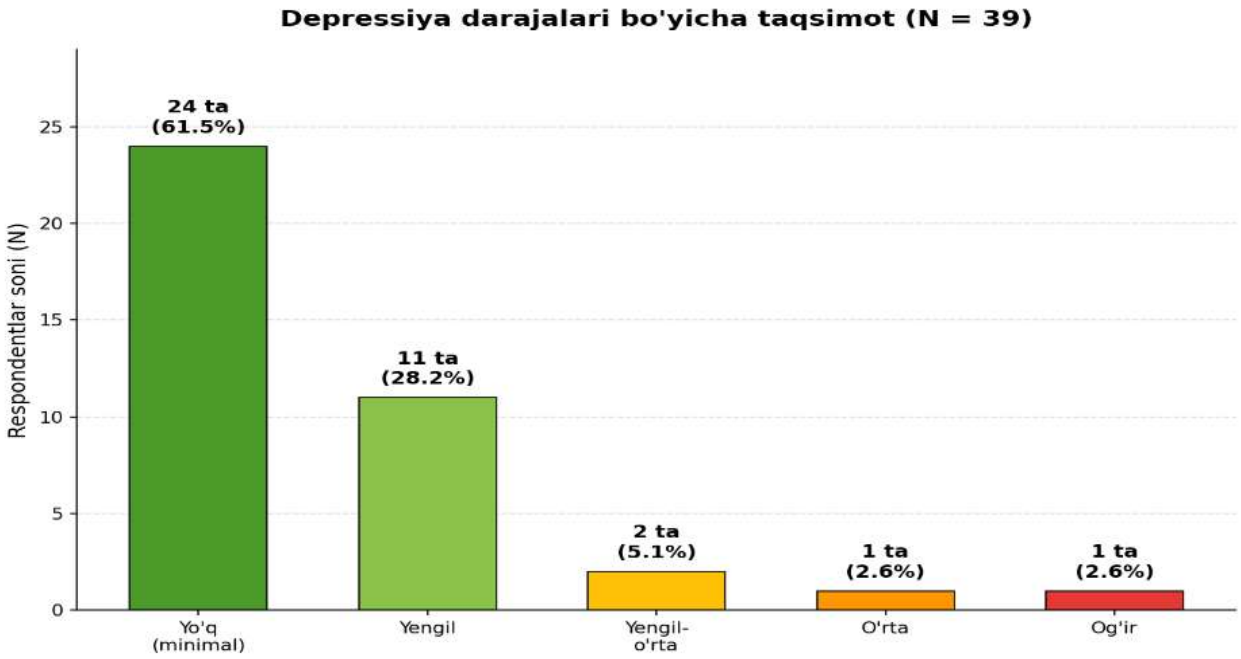
BDI umumiy ballining tavsiflovchi ko‘rsatkichlari 1-jadvalda keltirilgan.

1-jadval. BDI umumiy ball bo‘yicha tavsiflovchi statistika (N = 39)

N	Min	Max	M	SD	Mediana	Asimmetriya	Ekstsess
39	0	37	7.87	7.48	6.0	1.62	3.98

Taqsimotning normalligini tekshirish uchun Shapiro-Wilk testi qo‘llanildi: W = 0.853; p < 0.001. Olingan natija BDI umumiy ball taqsimoti normal taqsimotdan statistik jihatdan ahamiyatli farq qilishini ko‘rsatdi (musbat asimmetriya, ya’ni respondentlarning aksariyati past ballarga to‘plangan). Shu sababli keyingi guruhlararo taqqoslashlarda parametrik bo‘lmagan (nonparametrik) statistik testlar – Mann-Whitney U-mezoni va Spirmen korrelyatsiya koeffitsienti – qo‘llanildi.

Respondentlarning BDI umumiy balliga ko‘ra depressiya darajalari bo‘yicha taqsimoti 1-rasmda keltirilgan.



1-rasm. Depressiya darajalari bo‘yicha chastota taqsimoti (N = 39)

Jadvaldan ko‘rinib turibdiki, respondentlarning aksariyat qismida (61.5%) klinik ahamiyatga ega depressiya belgilari qayd etilmadi. Shu bilan birga, 28.2% respondentda yengil, 5.1% respondentda yengil-o‘rta darajadagi depressiya belgilari aniqlandi. Bittadan respondentda (2.6%) o‘rta va yana bittasida (2.6%) og‘ir darajadagi depressiya belgilari qayd etildi.

Respondentlar yoshi va BDI umumiy balli o‘rtasidagi bog‘liqlikni aniqlash uchun Spirmen korrelyatsiya koeffitsienti hisoblandi. Natijaga ko‘ra, yosh va BDI umumiy ball o‘rtasida statistik jihatdan ahamiyatli bog‘liqlik aniqlanmadi (rs = –0.087; p = 0.597; p > 0.05). Shuningdek, respondentlar 18–19 yosh (n = 34) va 20 yosh hamda undan katta (n = 5) guruhlariga ajratib taqqoslanganda ham, guruhlar o‘rtasida statistik jihatdan ahamiyatli farq topilmadi (Mann-Whitney U = 102.5; p = 0.473; p > 0.05).

Muhokama. Olingan natijalar respondentlarning aksariyat qismida (61.5%) klinik ahamiyatga ega depressiya belgilari kuzatilmaganligini ko‘rsatdi, bu esa tanlangan tanlanma doirasida nisbatan qoniqarli psixoemotsional holatdan dalolat beradi. Shu bilan birga, respondentlarning taxminan uchdan bir qismida (38.5%) turli darajadagi depressiya belgilari aniqlanishi, ayniqsa bitta respondentda og‘ir darajadagi ko‘rsatkich qayd etilishi, ushbu toifadagi shaxslarga individual psixologik yordam ko‘rsatish zarurligini ko‘rsatadi.

BDI so‘rovnomasining yuqori ichki izchilligi (α = 0.853) uning ushbu tanlanmada metodologik jihatdan ishonchli qo‘llanilganligini tasdiqlaydi. Shu bilan birga, 5-savol bo‘yicha aniqlangan salbiy item-

jami korrelyatsiya keyingi tadqiqotlarda ushbu savolning tarjimasi yoki respondentlar tomonidan tushunilishini qo‘shimcha tekshirishni talab qiladi.

BDI umumiy ball taqsimotining normal taqsimotdan farq qilishi (musbat assimetriya) adabiyotlarda depressiya ko‘rsatkichlari uchun odatiy hol sifatida qayd etiladi, chunki sog‘lom populyatsiyada respondentlarning aksariyati past ballarga to‘planadi, faqat cheklangan qism yuqori ballarni namoyon etadi. Ushbu xususiyat tadqiqotda parametrik bo‘lmagan statistik usullarni qo‘llashni asoslab berdi.

Jinsi va yosh bo‘yicha o‘tkazilgan taqqoslashlarda statistik jihatdan ahamiyatli farqlar aniqlanmadi. Biroq, bu natijalarni talqin qilishda tanlanmaning cheklovlarini hisobga olish zarur: erkak respondentlar soni juda kam (N = 2), yosh guruhlari ham notekis taqsimlangan (18–19 yosh – 87.2%, 20 yosh va undan katta – 12.8%). Shu sababli aniqlangan ahamiyatsiz farqlar haqiqiy farqning yo‘qligidan emas, balki statistik quvvatning yetarli emasligidan kelib chiqqan bo‘lishi mumkin.

Xulosa. O‘tkazilgan nazariy tahlil shuni ko‘rsatadiki, talabalarda depressiv holatlarning namoyon bo‘lishi o‘spirinlik davridan ilk yetuklikka o‘tish bosqichiga xos bo‘lgan identifikatsion, kognitiv va ijtimoiy omillar bilan uzviy bog‘liqdir. DSM-5-TR va ICD-11 tasniflash tizimlari [1; 8], Bekning kognitiv nazariyasi [3], Eriksonning psixoijtimoiy rivojlanish konsepsiyasi [5], Vygotskiyning yosh inqirozlari haqidagi qarashlari [7] hamda Arnettning shakllanayotgan yetuklik nazariyasi [2] ushbu hodisani tushuntirish uchun o‘zaro to‘ldiruvchi yaxlit nazariy asosni shakllantiradi.

Talabalar psixik salomatligini o‘z vaqtida baholash, standartlashtirilgan psixodiagnostik metodikalardan [4; 10; 6] foydalangan holda erta diagnostika ishlarini tashkil etish hamda oliy ta’lim muassasalarida psixologik yordam xizmatlarini rivojlantirish muhim amaliy vazifalardan biri hisoblanadi. Shuningdek, kelgusidagi tadqiqotlarda mazkur maqolada taklif etilgan metodologik yondashuv asosida real empirik ma’lumotlarni to‘plash va ularni statistik jihatdan tahlil qilish maqsadga muvofiqdir.

Adabiyotlar:

1. American Psychiatric Association. Diagnostic and statistical manual of mental disorders. 5th ed., text rev. Washington, DC: American Psychiatric Publishing, 2022.

2. Arnett J. J. Emerging adulthood: A theory of development from the late teens through the twenties // American Psychologist. 2000. Vol. 55, No. 5. P. 469–480.

3. Beck A. T. Depression: Clinical, experimental, and theoretical aspects. New York: Harper & Row, 1967. 370 p.

4. Beck A. T., Ward C. H., Mendelson M., Mock J., Erbaugh J. An inventory for measuring depression // Archives of General Psychiatry. 1961. Vol. 4, No. 6. P. 561–571.

5. Erikson E. H. Identity: Youth and crisis. New York: W. W. Norton & Company, 1968. 336 p.

6. Hamilton M. A rating scale for depression // Journal of Neurology, Neurosurgery, and Psychiatry. 1960. Vol. 23, No. 1. P. 56–62.

7. Vygotsky L. S. Sobranie sochineniy. T. 4. Detskaya psikhologiya [Collected works. Vol. 4. Child psychology]. Moscow : Pedagogika, 1984. 432 p.

8. World Health Organization. Depressive disorder (depression). Geneva : World Health Organization, 2023.

9. Zung W. W. K. A self-rating depression scale // Archives of General Psychiatry. 1965. Vol. 12, No. 1. P. 63–70.

10. Bannayev M.S. Methods for diagnosing depressive states in adolescence // Journal of multidisciplinary sciences and innovations. Vol. 4 No. 11. Germany. 2025. P. 1125-1127

11. Bannayev M.S. O‘spirinlik davridagi depressiv holatlarni psixodiagnostika va psixokorreksiya qilish usullari. “Maktabgacha va maktab ta’limi” jurnali. – Toshkent, 2025. – B. 341-346.

12. Bannayev M.S. O‘spirinlik davrida depressiv holatlar namoyon bo‘lish darajasining o‘ziga xos xususiyatlari // “Buxoro xalqaro universiteti ilmiy axborotnomasi” ilmiy-amaliy jurnal. – Buxoro, 2026. – B. 46-51.