TALABA-YOSHLARNING IJTIMOIY-PSIXOLOGIK ADAPTATSIYASI VA UNING PSIXOLOGIK MAZMUNI

Qodirova Malikaxon Kaxramonovna,
Jizzax davlat pedagogika universiteti
katta o‘qituvchisi
Qodirovam1973@gmail.com

Ushbu maqolada talaba-yoshlarning ijtimoiy-psixologik adaptatsiyasi tushunchasi, uning mazmun-mohiyati va asosiy psixologik komponentlari tahlil qilinadi. Talabalik davrida shaxsning yangi ta’lim muhiti, ijtimoiy guruh, shaxslararo munosabatlar va zamonaviy raqamli kommunikatsiya sharoitlariga moslashish xususiyatlari yoritiladi. Shuningdek, ijtimoiy tarmoqlarda shakllanayotgan virtual guruhlarning yoshlar ijtimoiylashuvi, ijtimoiy identifikatsiyasi va adaptatsiya jarayoniga ta’siri nazariy jihatdan asoslanadi.

Kalit so‘zlar: *talaba-yoshlar, ijtimoiy-psixologik adaptatsiya, ijtimoiylashuv, shaxs, ijtimoiy identifikatsiya, etnik identifikatsiya, virtual guruh, subetnik guruh, ijtimoiy tarmoqlar, virtual muloqot, kommunikativ kompetentlik, psixologik moslashuv.*

СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ АДАПТАЦИЯ СТУДЕНТОВ И ЕЁ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ СОДЕРЖАНИЕ

В статье анализируется понятие социально-психологической адаптации студентов, рассматриваются его сущность и ключевые психологические компоненты. Освещаются особенности адаптации личности к новой образовательной среде, социальным группам, межличностным отношениям и современным условиям цифровой коммуникации в студенческий период. Кроме того, в статье представлено теоретическое обоснование влияния виртуальных групп, формируемых в социальных сетях, на процессы социализации, социальной идентификации и адаптации молодёжи.

Ключевые слова: *студенческая молодёжь, социально-психологическая адаптация, социализация, личность, социальная идентичность, этническая идентичность, виртуальная группа, субэтническая группа, социальные сети, виртуальная коммуникация, коммуникативная компетентность, психологическая адаптация.*

SOCIO-PSYCHOLOGICAL ADAPTATION OF STUDENTS AND ITS PSYCHOLOGICAL CONTENT

This article analyzes the concept of the socio-psychological adaptation of students, examining its essence and key psychological components. It highlights the characteristics of how individuals adapt to new educational environments, social groups, interpersonal relationships, and modern digital communication conditions during their student years. Furthermore, the article provides a theoretical basis for understanding the impact of virtual groups formed on social networks on the socialization, social identification, and adaptation processes of young people.

Keywords: *student youth, socio-psychological adaptation, socialization, personality, social identity, ethnic identity, virtual group, sub-ethnic group, social networks, virtual communication, communicative competence, psychological adjustment.*

Kirish. Bugungi globallashuv va raqamli kommunikatsiya sharoitida yoshlarning ijtimoiy muhitga moslashuvi, shaxslararo munosabatlarni samarali yo‘lga qo‘yishi hamda yangi ijtimoiy rollarni egallashi dolzarb psixologik muammolardan biri hisoblanadi. Ayniqsa, oliy ta’lim muassasasiga qadam qo‘ygan talaba-yoshlar uchun yangi ijtimoiy muhit, ta’lim faoliyati, jamoaviy munosabatlar, mustaqil qaror qabul qilish va turli ijtimoiy guruhlarga kirish jarayonlari muayyan psixologik moslashuvni talab etadi. Shu nuqtayi nazardan, talaba-yoshlarning ijtimoiy-psixologik adaptatsiyasini o‘rganish ularning shaxsiy rivojlanishi, ta’lim samaradorligi va ijtimoiy faolligini ta’minlashning muhim shartlaridan biridir.

Ijtimoiy-psixologik adaptatsiya shaxsning o‘zgarib borayotgan ijtimoiy muhit talablariga moslashishi bilan bir qatorda, mazkur muhitda o‘zining individual xususiyatlari, qadriyatlari, ehtiyojlari va ijtimoiy identifikatsiyasini saqlab qolishi bilan tavsiflanadi. Ushbu jarayon shaxsning ijtimoiy munosabatlarga kirishishi, guruh me’yorlarini o‘zlashtirishi, kommunikativ ko‘nikmalarni rivojlantirishi, o‘z-o‘zini baholashi

va ijtimoiy maqomini anglashida namoyon bo‘ladi. Shuning uchun adaptatsiyani faqat tashqi muhitga moslashish sifatida emas, balki shaxs va ijtimoiy muhit o‘rtasidagi faol o‘zaro ta’sir jarayoni sifatida baholash maqsadga muvofiq.

Talabalik davri shaxs rivojlanishining muhim bosqichlaridan biri bo‘lib, unda kasbiy va ijtimoiy identifikatsiya, mustaqillik, mas’uliyat, dunyoqarash hamda shaxslararo munosabatlar tizimi faol shakllanadi. Talabaning yangi akademik jamoaga qo‘shilishi, o‘qituvchilar va tengdoshlari bilan samarali munosabat o‘rnatishi, ta’lim jarayonining yangi talablariga moslashishi uning psixologik farovonligi va akademik muvaffaqiyatiga bevosita ta’sir ko‘rsatadi. Aksincha, ijtimoiy moslashuvdagi qiyinchiliklar muloqotdan chekinish, xavotir, o‘ziga ishonchsizlik, ijtimoiy yakkalanish va o‘quv motivatsiyasining pasayishiga olib kelishi mumkin.

Adabiyotlar tahlili. Talaba-yoshlarning ijtimoiy-psixologik adaptatsiyasi muammosi psixologiya, pedagogika va ijtimoiy psixologiya fanlarining muhim tadqiqot yo‘nalishlaridan biri sifatida ko‘plab olimlar tomonidan o‘rganilgan. Mazkur muammo, avvalo, shaxsning ijtimoiy muhitga moslashuvi, guruhga qo‘shilishi, shaxslararo munosabatlarni shakllantirishi, ijtimoiy rollarni egallashi hamda yangi faoliyat sharoitlariga moslashuvi nuqtayi nazaridan tadqiq etilgan.

Xorijiy psixologiyada adaptatsiya tushunchasining nazariy asoslari J. Piaget, L.S. Vigotskiy, A. Bandura, E. Erikson, K. Rojers, A. Maslou kabi olimlarning ilmiy qarashlarida yoritilgan. Xususan, J. Piaget adaptatsiyani shaxsning tashqi muhit bilan o‘zaro ta’siri va kognitiv jarayonlar orqali muvozanatga erishishi bilan bog‘lagan. L.S. Vygotskiy inson psixik rivojlanishida ijtimoiy muhit va muloqotning rolini asoslab bergan. E. Erikson esa shaxs rivojlanishining turli bosqichlarida identifikatsiya va ijtimoiy muhit bilan munosabatlarning ahamiyatiga e’tibor qaratgan. A. Bandura tomonidan ilgari surilgan ijtimoiy-kognitiv yondashuvda esa shaxsning xulq-atvori ijtimoiy muhit, kuzatish va o‘z-o‘zini boshqarish jarayonlari bilan bog‘liq holda izohlanadi.

Ijtimoiy-psixologik adaptatsiyaning bevosita mazmuni, guruhdagi munosabatlar va shaxsning ijtimoiy muhitga moslashuvi masalalari G.M. Andreyeva, A.A. Nalchadjyan, A.V. Petrovskiy, B.D.Parigin kabi olimlarning tadqiqotlarida keng yoritilgan. Ayniqsa, A.A. Nalchadjyan adaptatsiyani shaxs va ijtimoiy muhit o‘rtasidagi o‘zaro ta’sir jarayoni sifatida talqin qilib, uning psixologik mexanizmlarini ochib bergan.

Tadqiqot metodologiyasi. Zamonaviy axborot-kommunikatsiya texnologiyalarining rivojlanishi esa talaba-yoshlarning ijtimoiylashuv jarayoniga yangi omillarni olib kirdi. Xususan, ijtimoiy tarmoqlar orqali turli virtual guruhlar shakllanib, ular yoshlarning muloqoti, ijtimoiy identifikatsiyasi, qadriyatlari va guruhga mansublik hissiga ta’sir ko‘rsatmoqda. Shu sababli talaba-yoshlarning ijtimoiy-psixologik adaptatsiyasini o‘rganishda real ijtimoiy muhit bilan bir qatorda virtual kommunikativ makonning xususiyatlarini ham hisobga olish zarur.

Mazkur masalaning ilmiy ahamiyati shundaki, talaba-yoshlarning ijtimoiy-psixologik adaptatsiyasi individual psixologik xususiyatlar, shaxslararo munosabatlar, guruhiy identifikatsiya, kommunikativ faollik va ijtimoiy muhit omillarining o‘zaro ta’siri asosida shakllanadi. Ayniqsa, virtual subetnik guruhlar kabi yangi ijtimoiy birliklarning paydo bo‘lishi ushbu jarayonning mazmunini yanada murakkablashtirmoqda. Shu jihatdan, talaba-yoshlarning ijtimoiy-psixologik adaptatsiyasining mohiyati, tarkibiy komponentlari va unga ta’sir etuvchi omillarni ilmiy-nazariy jihatdan tahlil qilish muhim ahamiyat kasb etadi.

Shunday qilib, talaba-yoshlarning ijtimoiy-psixologik adaptatsiyasini o‘rganish nafaqat ularning ta’lim muhitiga muvaffaqiyatli moslashuvini ta’minlash, balki shaxsning ijtimoiy kompetentligini, psixologik barqarorligini, samarali muloqotini va jamiyatdagi faol ishtirokini rivojlantirish uchun ham muhim ilmiy-amaliy asos bo‘lib xizmat qiladi.

Talabalarning oliy ta’lim muhitiga moslashuvi bilan bog‘liq tadqiqotlarda esa talabalik davrining psixologik xususiyatlari, ta’lim faoliyatiga moslashish, kommunikativ kompetentlik, guruhdagi shaxslararo munosabatlar, stress va akademik motivatsiya kabi masalalarga alohida e’tibor qaratilgan. O‘zbekistonda ham yoshlarning ijtimoiylashuvi, shaxslararo munosabatlari, kommunikativ kompetensiyasi, ta’lim jarayonidagi psixologik moslashuvi va yosh davrlarining psixologik xususiyatlari E.G‘.G‘oziyev, V.M.Karimova, G.B.Shoumarov, N.A.Sog‘inov va boshqa olimlarning ilmiy izlanishlarida o‘z aksini topgan.

Olingan natijalar va ularning tahlili. Shu bilan birga, raqamli texnologiyalar va ijtimoiy tarmoqlarning jadal rivojlanishi natijasida yoshlarning adaptatsiyasini o‘rganishda yangi ilmiy yo‘nalishlar paydo bo‘lmoqda. Virtual muloqot, onlayn guruhlarga mansublik, ijtimoiy identifikatsiya, virtual hamjamiyatlar va internet muhitining yoshlarning psixologik holatiga ta’siri zamonaviy tadqiqotlarda muhim o‘rin egallamoqda. Biroq ijtimoiy tarmoqlarda shakllanadigan virtual subetnik guruhlarning aynan talaba-yoshlar ijtimoiy-psixologik adaptatsiyasiga ta’siri masalasi yetarlicha kompleks o‘rganilmagan.

Shu jihatdan, mavjud ilmiy tadqiqotlar adaptatsiya, ijtimoiylashuv, guruhiy identifikatsiya va virtual muloqotning alohida jihatlarini yoritgan bo‘lsa-da, virtual subetnik guruhga mansublik, etnik identifikatsiya,

virtual muloqot faolligi va talaba-yoshlarning ijtimoiy-psixologik adaptatsiyasi o‘rtasidagi o‘zaro bog‘liqlikni kompleks tadqiq etish dolzarb ilmiy muammo sifatida namoyon bo‘ladi. Mazkur holat ushbu yo‘nalishda tadqiqot olib borishning ilmiy va amaliy zaruratini belgilaydi.

Muhokama. Talaba-yoshlarning ijtimoiy-psixologik adaptatsiyasini o‘rganishda quyidagi metodikalardan foydalandik va tadqiqotni bir qator bosqichlarda amalga oshirdik.

1. Ijtimoiy-psixologik adaptatsiyani aniqlash bosqichi.

K. Rojers va R. Daymondning “Ijtimoiy-psixologik adaptatsiya” metodikasidan foydalandik.

Bu metodika talaba-yoshlarning ijtimoiy muhitga moslashish darajasini aniqlashda yordam berdi. Unda quyidagi ko‘rsatkichlar baholandi:

-adaptatsiya;
-dezadaptatsiya;
-o‘zini qabul qilish;
-boshqalarni qabul qilish;
-emotsional komfort;
-ichki nazorat;
-tashqi nazorat;
-dominantlik;
-eskapizm.

2. Shaxsning guruhga moslashuvini o‘rganish bosqichi.

A.V. Petrovskiy konsepsiyasi va guruhiy moslashuv yondashuvi asosida talabaning akademik guruhga qo‘shilishi, guruhdagi mavqei, o‘zaro munosabatlari va guruh me’yorlarini qabul qilishi o‘rganildi. Bunda:

-guruhga mansublik hissi;
-tengdoshlar bilan munosabat;
-guruh tomonidan qabul qilinish;
-ijtimoiy faollik;
-kommunikativ moslashuv
-kabi ko‘rsatkichlar aniqlandi.

3. Ijtimoiy identifikatsiyani aniqlash bosqichi.

Ushbu bosqichda subetnik guruhga mansublik va adaptatsiya o‘rtasidagi bog‘liqlik tekshirildi.

M. Kuhn va T. McPartlandning “Men kimman?” testi orqali respondentning o‘zini qanday ijtimoiy guruhlar bilan identifikatsiya qilishi aniqlandi.

Shuningdek, Tajfel va Turnerning ijtimoiy identifikatsiya nazariyasi asosida:

-etnik identifikatsiya;
-guruhga mansublik;
-“biz–ular” qarama-qarshiligi;
-guruhiy birdamlik
-kabi ko‘rsatkichlarni o‘rganildi.

4. Etnik identifikatsiyani o‘rganish bosqichi.

Virtual subetnik guruhlar tadqiqotning asosiy obyekti bo‘lgani uchun etnik identifikatsiya darajasini alohida aniqlandi.

Bunda J. Finneyning Multigroup Ethnic Identity Measure (MEIM) metodikasidan foydalanildi. U etnik guruhga mansublik, etnik identifikatsiya va etnik guruhga nisbatan ijobiy munosabatlarni o‘rganishga imkon berdi.

5. Kommunikativ va ijtimoiy kompetentlikni aniqlash bosqichi.

Virtual guruhlarda faol ishtirok etish talabaning muloqot xususiyatlari bilan bog‘liq bo‘liqligi aniqlandi. Buning uchun: kommunikativ va tashkilotchilik qobiliyatlarini aniqlash metodikasi (KOS); kommunikativ kompetentlikni baholash so‘rovnomalari qo‘llanildi.

Bu metodikalar orqali virtual guruhdagi muloqot faolligi bilan real ijtimoiy muhitga moslashish o‘rtasidagi bog‘liqlikni tekshirildi.

6. Ijtimoiy tarmoqlardan foydalanish xususiyatlarini aniqlash bosqichi.

Mavzuga oid mualliflik so‘rovnomasi ishlab chiqildi. Unda quyidagi savollar mavjud:

-Ijtimoiy tarmoqlardan kuniga qancha vaqt foydalanasiz?
-Qaysi ijtimoiy tarmoqlardan foydalanasiz?
-Subetnik guruhlarga a’zomisiz?
-Ushbu guruhlarda qancha vaqtdan beri ishtirok etasiz?
-Guruhdagi muloqotda qanchalik faol qatnashasiz?
-Virtual guruh sizning qarashlaringizga ta’sir qiladimi?

-Ushbu guruhga mansublik siz uchun qanchalik muhim?

-Virtual guruhdagi do‘stlaringiz bilan real hayotda ham muloqot qilasizmi?

Bu so‘rovnoma virtual subetnik guruhga jalb etilish darajasini aniqlash imkonini beradi.

Tavsiyalar. Oliy ta’lim muassasalarida talabalarning ijtimoiy-psixologik adaptatsiyasini muntazam diagnostika qilish va moslashuvda qiyinchilikka duch kelayotgan talabalarni psixologik qo‘llab-quvvatlash tizimini takomillashtirish zarur.

Talabalarda raqamli va media savodxonlikni rivojlantirish, virtual axborotni tanqidiy baholash, manipulyativ va stereotipik kontentni farqlash ko‘nikmalarini shakllantirish mumkin.

Talabalarning virtual subetnik guruhlarga mansubligini inkor etish yoki cheklash o‘rniga, ushbu guruhlarda madaniy xilma-xillik, bag‘rikenglik va konstruktiv muloqot tamoyillarini rivojlantirish lozim.

Psixologik xizmatlar faoliyatida “Virtual muhit va ijtimoiy-psixologik adaptatsiya” yo‘nalishidagi trening va profilaktik mashg‘ulotlarni tashkil etib, talabalarning real hayotdagi ijtimoiy faolligini oshirish maqsadida munozara klublari, jamoaviy loyihalar, madaniy tadbirlar va hamkorlikka asoslangan treninglarni kengaytirish kerak.

Virtual guruhlarda faol ishtirok etishning talabalarning kommunikativ kompetentligi, etnik identifikatsiyasi, emotsional holati va ijtimoiy moslashuviga ta’sirini muntazam o‘rganib borish.

Psixolog, tyutor va guruh murabbiylari tomonidan talabalarga virtual va real ijtimoiy muhit o‘rtasida muvozanatni saqlash, vaqtni samarali taqsimlash hamda sog‘lom muloqot ko‘nikmalarini rivojlantirish bo‘yicha tavsiyalar berish.

Xulosa. O‘tkazilgan nazariy tahlil natijalari shuni ko‘rsatadiki, talaba-yoshlarning ijtimoiy-psixologik adaptatsiyasi shaxsning yangi ijtimoiy muhit, ta’lim jamoasi va shaxslararo munosabatlar tizimiga moslashuvi bilan birga, o‘zining individual xususiyatlarini saqlab qolishi va rivojlantirishi bilan tavsiflanadigan murakkab jarayondir. Mazkur jarayonda shaxsning kommunikativ faolligi, o‘z-o‘zini baholashi, emotsional barqarorligi, ijtimoiy identifikatsiyasi va guruhga mansublik hissi muhim ahamiyat kasb etadi.

Tadqiqot mavzusi doirasidagi ilmiy manbalarni o‘rganish virtual ijtimoiy muhitning yoshlarning ijtimoiylashuvi va psixologik rivojlanishiga ta’siri tobora ortib borayotganini ko‘rsatadi. Ayniqsa, ijtimoiy tarmoqlarda shakllanadigan virtual subetnik guruhlar yoshlarning muayyan qadriyatlar, qarashlar va madaniy xususiyatlar atrofida birlashishiga, o‘zligini anglashiga hamda ijtimoiy aloqalarini kengaytirishiga xizmat qilishi mumkin. Shu bilan birga, virtual guruhlarga haddan tashqari bog‘lanish real ijtimoiy munosabatlarning cheklanishi, ijtimoiy yakkalanish, stereotipik qarashlarning kuchayishi va moslashuv jarayonida qiyinchiliklar yuzaga kelishiga sabab bo‘lishi ehtimolini ham oshiradi.

Talaba-yoshlarning ijtimoiy-psixologik adaptatsiyasini o‘rganishda K. Rojers va R. Daymondning ijtimoiy-psixologik adaptatsiya metodikasi, etnik identifikatsiyani aniqlash metodikalari, kommunikativ qobiliyatlarni baholash vositalari, xavotir darajasini aniqlash metodikalari hamda ijtimoiy tarmoqlardan foydalanish xususiyatlarini aniqlashga qaratilgan mualliflik so‘rovnomalaridan kompleks foydalanish maqsadga muvofiqdir. Bunday metodik yondashuv virtual subetnik guruhlarga mansublik bilan talabalarning ijtimoiy moslashuvi o‘rtasidagi munosabatlarni har tomonlama aniqlash imkonini beradi.

Umuman olganda, virtual subetnik guruhlarning ta’siri bir tomonlama emas. Ularning ta’siri talabaning guruhga qanday maqsadda qo‘shilgani, virtual muloqot intensivligi, guruhdagi ijtimoiy-psixologik muhit, etnik identifikatsiya darajasi, shaxsning kommunikativ kompetentligi va real ijtimoiy muhit bilan munosabatlariga bog‘liq. Shu sababli virtual guruhlarni faqat salbiy yoki ijobiy hodisa sifatida baholashdan ko‘ra, ularning talaba shaxsining ijtimoiy-psixologik rivojlanishidagi funksiyalarini kompleks tahlil qilish zarur.

Kelgusidagi tadqiqotlarda virtual subetnik guruhlarning ta’sirini kurs, jins, yashash muhiti, ijtimoiy faollik va virtual muloqot intensivligi kabi omillar kesimida qiyosiy o‘rganish maqsadga muvofiq.

Yakuniy xulosa sifatida, talaba-yoshlarning ijtimoiy-psixologik adaptatsiyasini ta’minlashda virtual muhitni cheklashdan ko‘ra, undan ongli, xavfsiz va konstruktiv foydalanish madaniyatini shakllantirish samaraliroq yondashuv hisoblanadi. Virtual subetnik guruhlar to‘g‘ri yo‘naltirilgan taqdirda yoshlarning ijtimoiy aloqalarini kengaytirish, madaniy o‘zligini anglash va qo‘llab-quvvatlovchi ijtimoiy muhit yaratishning qo‘shimcha vositasiga aylanishi mumkin.

Adabiyotlar:

1. Court P. Psychologist's Guide to Adolescents and Social Media. - Academic Press / Elsevier, 2022. - 221 p.

2. Dinkha J., Abdulhadi A. Navigating Social Identity: A Young Adult Story of Time. - Outskirts Press, 2023. - 250 p.

3. Manca S., Ranieri M. (eds.). Identity in a Hyperconnected Society: Risks and Educative Proposals. - Springer, 2021/2022.

4. Gaitán-Aguilar L., Hofhuis J., Bierwiaczonek K., Carmona C. Social Media Use, Social Identification and Cross-Cultural Adaptation of International Students: A Longitudinal Examination. - Frontiers in Psychology, 2022, Vol. 13.

5. Pang H. Is Active Social Media Involvement Associated with Cross-Culture Adaptation and Academic Integration among Boundary-Crossing Students? - International Journal of Intercultural Relations, 2020, Vol. 79, pp. 71–81. - Elsevier.

6. Pérez-Torres V. Social Media: A Digital Social Mirror for Identity Development during Adolescence. - Current Psychology, 2024, Vol. 43, pp. 22170–22180. - Springer.

7. Ergashqulov B.N. “Talabalarning oliy ta’lim muassasalariga moslashuvining mavjud ijtimoiy holati” - 2024. Modern Science and Research, 3(3), 246-betdan.

8. Ergashqulov B.N. “Talabalarning oliy ta’limga moslashishining o‘rganilganlik holati” - 2025. Modern Science and Research, 158–162-betlar.

9. Toshpo‘latova R., Abdullayeva M. “Internet va ijtimoiy tarmoqlarning yoshlar psixologiyasiga ta’siri” - 2025. ZDIFT, 4(13), 123–127-betlar.

10. Sharipov Q.A., Muqumova D.I. “Ijtimoiy tarmoqlarning yoshlar ruhiy holatiga ta’siri” - 2025.

11. Salomov Sh.S. “O‘smirlarning ijtimoiy-psixologik shakllanishi va muloqot qobiliyatlariga ijtimoiy tarmoqlarning ta’sir omillari” - 2024. Maktabgacha va maktab ta’limi, №07.