

JURNALIST KASBINING INDIVIDUAL-PSIXOLOGIK XUSUSIYATLARI

G.J.O'teniyazova¹

1. Qoraqalpoq davlat univeristeti, Mass media va ommaviy kommunikatsiyalar kafedrası stajyor-o'qituvchisi, mustaqil tadqiqotchi

Mas'ul muallif: O'teniyazova Gu'lzada Jumaniyazovna, Qoraqalpoq davlat univeristeti, Mass media va ommaviy kommunikatsiyalar kafedrası stajyor-o'qituvchisi, mustaqil tadqiqotchi.

Received: 02 Oktabr 2026
Accepted: 07 Oktabr 2026
Published: 12 Oktabr 2026

Copyright: © 2026 by the author(s). Licensee Buxoro xalqaro universiteti ilmiy axborotnomasi.

Iqtibos uchun: O'teniyazova, G. J. JURNALIST KASBINING INDIVIDUAL-PSIXOLOGIK XUSUSIYATLARI / G. J. O'teniyazova // Buxoro xalqaro universiteti ilmiy axborotnomasi. — 2026. — T. 10, № 1. — B. 384–389.

Annotatsiya. Maqolada jurnalist kasbing individual-psixologik xususiyatlari O'zbekiston va Rossiya olimlarining 2020–2026-yillarda e'lon qilingan ilmiy ishlari hamda amaldagi me'yoriy-huquqiy hujjatlar asosida tahlil qilingan. Jurnalist shaxsining kognitiv, emotsional-irodaviy, kommunikativ va motivatsion-qadriyatli xususiyatlari, kasbiy stress, emotsional kuyish va media travma xavfi jurnalistik faoliyat talablari bilan uzviy bog'liqlikda ko'rib chiqilgan. Muallif tomonidan jurnalist shaxsining besh komponentli tuzilmaviy modeli taklif etilgan, shuningdek, bo'lajak jurnalistlarni psixologik jihatdan tayyorlash va tahririyatlarda psixologik qo'llab-quvvatlash tizimini takomillashtirishga doir tavsiyalar ishlab chiqilgan.

Kalit so'zlar: jurnalist shaxsi, individual-psixologik xususiyatlar, psixologik madaniyat, kasbiy kompetentlik, emotsional barqarorlik, kasbiy stress, emotsional kuyish, media travma.

ИНДИВИДУАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ ПРОФЕССИИ ЖУРНАЛИСТА

Аннотация. В статье на основе научных трудов учёных Узбекистана и России 2020–2026 гг., а также действующих нормативно-правовых актов анализируются индивидуально-психологические особенности журналистской профессии. Когнитивные, эмоционально-волевые, коммуникативные и мотивационно-ценностные характеристики личности журналиста, профессиональный стресс, эмоциональное выгорание и риск медиатравмы рассматриваются во взаимосвязи с требованиями журналистской деятельности. Автор предлагает пятикомпонентную структурную модель личности журналиста и рекомендации по психологической подготовке будущих журналистов и психологической поддержке в редакциях.

Ключевые слова: личность журналиста, индивидуально-психологические особенности, психологическая культура, профессиональная компетентность, эмоциональная устойчивость, профессиональный стресс, эмоциональное выгорание, медиатравма.

INDIVIDUAL PSYCHOLOGICAL CHARACTERISTICS OF THE JOURNALISM PROFESSION

Abstract. Drawing on research by Uzbek and Russian scholars published in 2020–2026 and on current legal acts, the article analyses the individual psychological characteristics of the journalism profession. The cognitive, emotional-volitional, communicative and motivational-value characteristics of the journalist's personality, occupational stress, emotional burnout and the risk of media trauma are examined in relation to the demands of journalistic work. The author proposes a five-component structural model of the journalist's personality and offers recommendations for the psychological training of future journalists and psychological support in newsrooms.

Keywords: journalist's personality, individual psychological characteristics, psychological culture, professional competence, emotional stability, occupational stress, emotional burnout, media trauma.

Kirish. Bugungi kunda jurnalistika psixologik zo'riqish darajasi yuqori bo'lgan kasblar qatoridan o'rin olmoqda. Raqamli axborot muhitining jadallashuvi, axborot oqimining keskin ortishi, raqobat va texnologiyalarning uzluksiz yangilanib borishi jurnalistdan nafaqat yuksak kasbiy mahoratni, balki o'ziga xos shaxsiy-psixologik resurslarni ham talab etmoqda. G. Nurgaliyeva ta'kidlaganidek, axborotning haddan tashqari ko'pligi, raqobat va doimiy o'zgarishlar stressni jurnalistik faoliyatning asosiy omillaridan biriga aylantirgan bo'lib, u jurnalistning ijodiy qobiliyatlariga bevosita ta'sir ko'rsatadi [11].

O'zbekistonda so'nggi yillarda ommaviy axborot vositalari sohasini rivojlantirishga davlat siyosati darajasida alohida e'tibor qaratilmoqda. "Jurnalistlik faoliyatini himoya qilish to'g'risida"gi Qonun [1] jurnalist kasbiy faoliyatining huquqiy kafolatlarini belgilagan bo'lsa, O'zbekiston Respublikasi Prezidentining 2022-yil 27-iyundagi PQ-294-son qarori [2] ommaviy axborot vositalarini qo'llab-quvvatlash va jurnalistika sohasini

rivojlantirishning amaliy chora-tadbirlarini nazarda tutadi. Sohaning kengayishi bilan birga jurnalist shaxsiga qo'yiladigan psixologik talablar ham ortib bormoqda.

Mahalliy tadqiqotchilar jurnalist kasbining ijtimoiy-psixologik xususiyatlarini kasbiy muvaffaqiyatning muhim sharti sifatida o'rganmoqdalar [13]. O'zbekiston jurnalistika va ommaviy kommunikatsiyalar universitetida "Jurnalistika psixologiyasi" fani bo'lajak mutaxassislarda o'z-o'zini anglash va kasbiy refleksiya qobiliyatini rivojlantirishga xizmat qiluvchi o'quv kursi sifatida tahlil qilinmoqda [19]. Qoraqalpog' davlat universiteti tadqiqotchilari ham ushbu fanning bo'lajak jurnalistlarda kasbiy dunyoqarash va shaxsiy yetuklikni shakllantirishdagi rolini alohida qayd etadilar [4]. Biroq mahalliy ilmiy adabiyotlarda jurnalistning individual-psixologik xususiyatlarini yaxlit tuzilma sifatida ko'rib chiqqan tizimli tahlil hanuzgacha yetarli darajada amalga oshirilmagan.

Tadqiqotning maqsadi – O'zbekiston va Rossiya olimlarining ilmiy ishlari asosida jurnalist kasbining individual-psixologik xususiyatlari tuzilmasini aniqlash hamda ularni rivojlantirishga doir amaliy tavsiyalar ishlab chiqishdan iborat.

Tadqiqotning vazifalari:

1. Jurnalistik faoliyatning shaxsiga qo'yadigan psixologik talablarini tavsiflash.
2. Jurnalist shaxsining asosiy individual-psixologik xususiyatlarini aniqlash.
3. Kasbiy xavf va himoya omillarini tizimlashtirish.
4. Jurnalist shaxsining tuzilmaviy modelini ishlab chiqish va psixologik tayyorgarlikka doir tavsiyalar berish.

Adabiyotlar tahlili

Jurnalist shaxsini o'rganishda O'zbekiston va Rossiya olimlarining ishlarini shartli ravishda to'rt yo'nalishga ajratish mumkin: jurnalistika psixologiyasi va kasbiy tayyorgarlik; kasbiy kompetentlik va kasbiy madaniyat; kasbiy etika va ijtimoiy mas'uliyat; stress, emotsional kuyish va travma.

Jurnalistika psixologiyasi va kasbiy tayyorgarlik. Rossiya jurnalistika psixologiyasi maktabining yetakchi vakili V.F. Oleshko o'z darsligida muvaffaqiyatli jurnalistni o'rtamiyona hamkasbidan farqlovchi omillar – iste'dod, psixologik bilimlar, ijodiy muhit, ish tajribasi va shuhratparastlik (ambitsiya) masalasini markaziy muammo sifatida ilgari suradi [12]. L. Xidoyatova "Jurnalistika psixologiyasi" fanining mazmuniga ijodkorlik psixologiyasi, media ishlab chiqarish psixologiyasi va ommaviy axborot vositalarini idrok etish psixologiyasi bloklarini kiritib, kurs bo'lajak jurnalistlarda o'z-o'zini aks ettirish qobiliyatini rivojlantirishga qaratilganini ta'kidlaydi [19]. G.A. Aljanova va R.M. Baygabilov axborot jamiyatida jurnalistlarni tayyorlashga ta'sir etuvchi psixologik omillarni tahlil qilib, psixologik madaniyatni rivojlantirish va bo'lajak jurnalistlarning ijtimoiy moslashuvi masalalariga alohida e'tibor qaratganlar [4].

Kasbiy kompetentlik va kasbiy madaniyat. M.E. Anikina jurnalistning kasbiy madaniyati tushunchasini kengaytirib, unga kasbiy martaba trayektoriyalari hamda muvaffaqiyat ko'rsatkichlari – mashhurlik, e'tirof, qiyinchiliklarni yengib o'tish va kasbga da'vatni ham kiritishni taklif etadi [3]. V.V. Gavrilov va V.A. Zorina "jurnalistning raqamli intellekti" tushunchasini ilmiy muomalaga kiritib, 375 nafar respondent ishtirokidagi so'rovnoma natijalariga ko'ra, raqamli savodxonlik va kreativlik professional jurnalist sifatleri reytingida eng past o'rinlarda qolganini aniqlaganlar. Mualliflar tanqidiy tafakkur, refleksiya va raqamli vositalardan kasbiy foydalanish motivatsiyasini raqamli intellektning zaruriy mezonlari sifatida ko'rsatadilar [7]. N. Drok, M.M. Lukina va A.V. Zamkov Rossiya jurnalistika o'qituvchilari o'rtasidagi so'rov asosida kelajak jurnalistining uchta asosiy kasbiy rolini – xolis axborot beruvchi, beg'araz tergovchi va ijtimoiy safarbar qiluvchi rollarini ajratib ko'rsatganlar [9]. O'zbekistonlik tadqiqotchilardan R. Rayimjonov professional kompetentlikni jurnalistik faoliyatning asosiy mezon sifatida ko'rib chiqadi [16], M.Ch. Nurutdinova esa doktorlik dissertatsiyasida onlayn jurnalistning mediakompetensiyasini konvergent tahririyat sharoitidagi kasbiy faoliyatning zaruriy sharti sifatida asoslagan [15]. D. Shonazarova intervyuni zamonaviy jurnalistikaning yetakchi janri sifatida tahlil qilib, jurnalistning muloqot mahorati bilan bog'liq muammolarni aniqlagan [17].

Kasbiy etika va ijtimoiy mas'uliyat. I.M. Dzyaloshinskiy [8] va G.V. Lazutina [10] darsliklarida jurnalistning kasbiy etikasi uning shaxsiy qadriyatlarini va axloqiy tanlovi bilan uzviy bog'liq holda talqin qilinadi. E.L. Vartanova jurnalistikani jamiyatning ijtimoiy institutlari va ommaviy auditoriya ehtiyojlariga xizmat qiluvchi ko'p funksiyali tizim sifatida tavsiflaydi [5], bu esa jurnalist shaxsiga yuklanadigan ijtimoiy mas'uliyat ko'lamini belgilaydi. G.A. Nurgaliyeva global axborot oqimlari davrida jurnalist shaxsi, uning kasbiy etikasi va auditoriyaga ko'rsatadigan psixologik ta'siri jamoatchilik fikrini modellashtirishda hal qiluvchi ahamiyatga ega ekanligini asoslaydi hamda auditoriyaning axborot hujumlariga bardoshlilikni oshirish masalasini ko'taradi [14].

Stress, emotsional kuyish va travma. G. Nurgaliyeva stressning jurnalist ijodiy qobiliyatlariga ta'sirini o'rganib, stressga bardoshlilikni shakllantiruvchi omillar va uni rivojlantirish yo'llarini tahlil qilgan [11]. A.V. Vyrkovskiy, M.A. Krashenninnikova va D.Z. Mamedov psixologik travma bo'yicha mutaxassislar bilan o'tkazilgan sakkizta ekspert intervyusi asosida mediatizatsiyalashgan travma "guvoh travmasi"ga o'xshash tarzda yuzaga kelishini, uning ta'sir darajasi esa shaxsning psixologik profili, emotsional barqarorligi va tayyorgarligiga bog'liq ekanligini ko'rsatib berganlar [6]. Rossiyaning "Galaktika media" jurnalida chop etilgan tadqiqotda K. Maslach so'rovnoma yordamida 123 nafar teleradio jurnalistida kasbiy kuyish darajasi o'lchangan: ish ustidan nazorat, ish talablari va tashkiliy qo'llab-quvvatlash omillari kuyishni bashorat qilishda muhim ahamiyat kasb etgan, kuyish darajasi esa jins, yosh va ish stajiga ko'ra emas, balki mintaqaviy ish muhitiga ko'ra farqlangan [18].

Shunday qilib, mahalliy va Rossiya adabiyotlarida jurnalistning kasbiy kompetentligi, etikasi va kasbiy tayyorgarligi keng yoritilgan bo'lsa-da, uning individual-psixologik xususiyatlarini yaxlit tuzilma sifatida ko'rib chiqish masalasi ochiqchilik qolmoqda. Aynan shu bo'shliq ushbu maqolaning ilmiy yangiligini belgilaydi.

Tadqiqot metodologiyasi. Mazkur tadqiqot nazariy-tahliliy xususiyatga ega. Manbalar bazasini O'zbekiston va

Rossiya Federatsiyasida 2020–2026-yillarda chop etilgan, DOI raqami yoki doimiy elektron manzilga ega bo'lgan 17 ta ilmiy ish hamda O'zbekiston Respublikasining 2 ta me'yoriy-huquqiy hujjati tashkil etdi. Manbalar Lex.uz, inLibrary.uz, Zenodo, Ziyonet, "Vestnik Moskovskogo universiteta. Seriya 10. Jurnalistika", RUDN universiteti jurnallari va "Yurayt" elektron kutubxonasidan saralab olindi.

Tadqiqot jarayonida quyidagi usullardan foydalanildi:

- tizimli-tuzilmaviy tahlil – jurnalist shaxsi xususiyatlarini tarkibiy qismlarga ajratish maqsadida;
- qiyosiy tahlil – O'zbekiston va Rossiya tadqiqotchilarining yondashuvlarini taqqoslash maqsadida;
- kontent-tahlil – empirik tadqiqotlar natijalaridan miqdoriy ko'rsatkichlarni ajratib olish maqsadida;
- nazariy modellashirish – jurnalist shaxsining tuzilmaviy modelini ishlab chiqish maqsadida.

Tadqiqotning nazariy asosini shaxs psixologiyasidagi faoliyat yondashuvi, jurnalistning psixologik madaniyati konsepsiyasi, kasbiy stress va emotsional kuyish nazariyalari hamda "shaxs – kasb muvofiqligi" yondashuvi tashkil etdi. Shuningdek, muallifning psixologik maslahat va kasbiy yo'naltirish sohasidagi o'ttiz yillik amaliy tajribasi tahlil natijalarini sharhlashda qo'shimcha manba sifatida xizmat qildi.

Asosiy qism

1. Jurnalistik faoliyatning shaxsga qo'yadigan psixologik talablari

Jurnalistik faoliyat bir vaqtning o'zida psixologik jihatdan bir-biriga zid bo'lgan bir qator talablarni o'z ichiga oladi. Birinchidan, u yuqori darajadagi noaniqlik sharoitida tezkor qaror qabul qilishni taqozo etadi: axborot to'liq bo'lmagan taqdirda ham material belgilangan muddatda tayyor bo'lishi lozim. Ikkinchidan, jurnalist turli ijtimoiy maqomdagi, ko'pincha og'ir ruhiy holatdagi insonlar bilan muloqot qiladi; intervyu zamonaviy jurnalistikaning yetakchi janri ekanligi [17] muloqot jarayonining psixologik murakkabligini yanada oshiradi. Uchinchidan, kasbiy etika me'yorlari hissiyotlarni nazorat qilish, xolislik va ijtimoiy mas'uliyatni talab etadi [8; 10]. To'rtinchidan, raqamli muhitda jurnalist doimiy ravishda yangi texnologiyalarni o'zlashtirishi, konvergent formatlarda ishlashi va auditoriya bilan uzluksiz muloqotda bo'lishi zarur [7; 15].

Mazkur talablar jurnalist shaxsiga kognitiv, shaxsiy-dispozitsion, emotsional-irodaviy, kommunikativ va motivatsion-qadriyatli darajalarda o'ziga xos yuklama tushiradi. Quyida ushbu darajalarning har biri alohida ko'rib chiqiladi.

2. Kognitiv xususiyatlar

Jurnalistik faoliyatining asosini axborotni tezkor idrok etish, saralash, tekshirish va qayta ishlash tashkil etadi. Bu jarayonda quyidagi kognitiv sifatlar yetakchi ahamiyat kasb etadi:

- kuzatuvchanlik va diqqatni taqsimlay olish – bir vaqtning o'zida bir nechta axborot oqimini kuzatish va muhim tafsilotni ajrata bilish;
- tanqidiy va tahliliy tafakkur – manbalarning ishonchligini baholash va dezinformatsiyani aniqlash;
- verbal intellekt va til sezgisi – fikrni aniq, ixcham hamda auditoriyaga mos shaklda ifodalash;
- kognitiv moslashuvchanlik va raqamli intellekt – mavzular, janrlar va platformalar o'rtasida tez o'ta olish, raqamli vositalardan ijodiy foydalanish.

L. Xidoyatova "Jurnalistika psixologiyasi" kursida kognitiv psixologiya bloki – ma'lumotni kodlash va dekodlash, matnni idrok etish xususiyatlari, samarali kommunikatsiya strategiyalari bo'lajak jurnalist uchun asosiy bilimlar tarkibini tashkil etishini ta'kidlaydi [19]. V.V. Gavrilov va V.A. Zorina esa tanqidiy tafakkur, refleksiya hamda katta hajmdagi ma'lumotlar bilan ishlash qobiliyatini "jurnalistning raqamli intellekti" tarkibiga kiritadilar [7]. Ularning ma'lumotlariga ko'ra, respondentlar raqamli savodxonlik va kreativlikni professional jurnalist sifatleri orasida eng kam ahamiyatli deb baholagan [7]. Bizningcha, bu holat kasbiy tayyorgarlikda kognitiv moslashuvchanlikni rivojlantirishga yetarli e'tibor berilmayotganidan dalolat beradi.

3. Shaxsiy-dispozitsion xususiyatlar

Jurnalistik shaxsining barqaror dispozitsion xususiyatlari uning kasbiy ixtisoslikni tanlashi va faoliyat uslubini belgilaydi. Psixologiyada keng qo'llaniladigan shaxsning besh omilli modeli nuqtai nazaridan jurnalistika uchun yangi tajribaga ochiqlik (qiziquvchanlik, noan'anaviy fikrlash) va ekstraversiya (faol muloqotga intilish) alohida ahamiyatga ega. V.F. Oleshko muvaffaqiyatli jurnalistni belgilovchi omillar qatorida iste'dod va shuhratparastlikni ham sanab o'tadi [12]; bu yuqori darajadagi yutuq motivatsiyasi va o'zini namoyon etish ehtiyoji jurnalist shaxsining muhim xususiyatlari ekanligini ko'rsatadi.

Mas'uliyatlilik muddatlarga rioya qilish, faktlarni tekshirish va kasb etikasiga sodiqlik bilan bevosita bog'liq. Kelishuvchanlik esa jurnalistikada ikki xil rol o'ynaydi: u manba bilan ishonchli munosabat o'rnatishga yordam beradi, biroq haddan tashqari yuqori bo'lganda tanqidiy savollar berish va jamoatchilik nazorati funksiyasini bajarishni qiyinlashtiradi. Kelajak jurnalistining "beg'araz tergovchi" va "xolis axborot beruvchi" rollari [9] aynan mo'tadil kelishuvchanlik va yuqori mas'uliyatlilik uyg'unligini taqozo etadi.

Emotsional sezgirlik masalasi alohida e'tibor talab etadi. Yuqori emotsional sezgirlik insoniy dramani chuqur his etish va ta'sirchan matn yaratish imkonini beradi, ammo ayni vaqtda stress va emotsional kuyishga moyillikni oshiradi. A.V. Vyrkovskiy va hammualliflarning xulosasiga ko'ra, travmatik kontentning ta'sir darajasi aynan shaxsning psixologik profili va emotsional barqarorligiga bog'liq [6]. Shu bois emotsional sezgirlikni "salbiy" xususiyat sifatida emas, balki emotsional o'zini o'zi boshqarish ko'nikmalari bilan muvozanatlashtirilishi lozim bo'lgan resurs sifatida baholash maqsadga muvofiqdir.

4. Emotsional-irodaviy soha

Jurnalist jabrlanuvchilar, yaqinlaridan ayrilgan insonlar yoki tajovuzkor suhbatdoshlar bilan ishlaganda o'z hissiyotlarini nazorat qilishi va ayni paytda empatiyani saqlab qolishi lozim. Bu holat jurnalistdan yuqori darajadagi emotsional intellekt, ya'ni o'z va o'zgalar hissiyotlarini anglash, tushunish hamda boshqarish qobiliyatini talab etadi.

Emotsional barqarorlik (stressga bardoshlilik) emotsional-irodaviy sohaning ikkinchi asosiy tarkibiy qismidir. G. Nurgaliyeva stressga bardoshlilikni jurnalist ijodiy faoliyatining zaruriy sharti sifatida ko'rib chiqib, uni shakllantiruvchi omillar va rivojlantirish yo'llarini asoslaydi [11]. Mediatizatsiyalashgan travma bo'yicha tadqiqot natijalari esa travmatik kontent bilan muntazam ishlash tashvish, uyqusizlik, emotsional qo'zg'aluvchanlik hamda xavfsizlik va o'z hayoti ustidan nazorat hissining yo'qolishiga olib kelishi mumkinligini ko'rsatadi [6]. Bunday sharoitda shaxsning oldindan psixologik tayyorgarligi himoya omili vazifasini bajaradi [6].

Irodaviy sifatlar – qat'iyat, o'zini tuta bilish, xavfli vaziyatda harakatchanlikni yo'qotmaslik – ayniqsa favqulodda vaziyatlarni yoritishda hal qiluvchi ahamiyatga ega. M.E. Anikina kasbiy muvaffaqiyat ko'rsatkichlari qatorida "qiyinchiliklarni yengib o'tish"ni alohida ajratib ko'rsatgani [3] ham irodaviy sifatlarning jurnalist kasbiy madaniyatidagi o'rnini tasdiqlaydi.

5. Kommunikativ xususiyatlar

Jurnalist kasbiy muloqot mutaxassisi hisoblanadi. Uning kommunikativ salohiyati quyidagilarni o'z ichiga oladi:

– kommunikativ moslashuvchanlik – turli yosh, maqom va madaniyat vakillari bilan muloqot uslubini o'zgartira olish;

– empatik tinglash – suhbatdoshning holatini tushunish va unga hurmat bilan munosabatda bo'lish;

– ishontirish va ta'sir o'tkazish – muloqotga moyil bo'lmagan manbani suhbatga jalb eta olish;

– nizoli vaziyatlarda o'zini tutish – tajovuz va bosim sharoitida kasbiy pozitsiyani saqlab qolish.

D. Shonazarova intervyu olish jarayonidagi muammolarni tahlil qilib, ularni bartaraf etishga doir tavsiyalar beradi [17]. L. Xidoyatova esa psixologik ta'sirning asosiy usullari – ishontirish, yuqtirish, taqlid, suggestiya va manipulyatsiya haqidagi bilimlar jurnalist ijodining texnologik imkoniyatlarini sezilarli darajada boyitishini qayd etadi [19]. G.A. Nurgaliyeva verbal va nonverbal kommunikatsiya vositalarining kognitiv rolini tahlil qilib, jurnalist shaxsining auditoriyaga psixologik ta'siri jamoatchilik fikrini shakllantirishda hal qiluvchi omil ekanligini ta'kidlaydi [14]. Biz bunga qo'shimcha ravishda ushbu bilimlar jurnalistning o'zini ham manipulyatsiya obyektiga aylanib qolishdan himoya qilishini ta'kidlaymiz.

6. Motivatsion-qadriyatli soha. Jurnalist shaxsining o'zagini uning kasbiy motivatsiyasi va qadriyatlari tashkil etadi: haqiqatga intilish, ijtimoiy adolat tuyg'usi, jamiyat oldidagi mas'uliyat hamda ijodiy o'zini namoyon etish ehtiyoji. I.M. Dzyaloshinskiy va G.V. Lazutina jurnalistning kasbiy etikasini uning shaxsiy qadriyatlar tizimidan ajralmas holda ko'rib chiqadilar [8; 10]. M.E. Anikina kasbiy madaniyat tarkibiga kasbga da'vatni ham kiritadi [3]. Ya. Eminova esa jurnalistning kasbiy-psixologik fazilatlarini kasbiy muvaffaqiyatning zaruriy sharti sifatida baholaydi [13].

Amaliy tajribamiz shuni ko'rsatadiki, ichki motivatsiyasi kuchli, ya'ni kasbni "missiya" sifatida qabul qiluvchi jurnalistlar og'ir sharoitlarda ham uzoqroq faoliyat yuritishga qodir. Biroq bu guruhda o'z imkoniyatlarini ortiqcha baholash va dam olishga e'tiborsizlik xavfi ham yuqori bo'lib, bu holat emotsional kuyishning muhim sharti hisoblanadi.

7. Xavf omillari: kasbiy deformatsiya, emotsional kuyish va travma

Individual xususiyatlar faqat tashqi sharoitlar bilan o'zaro ta'sirda namoyon bo'ladi. Asosiy xavf omillari quyidagilardan iborat:

– axborot yuklamasi va raqobat – stressni jurnalistik faoliyatning doimiy omiliga aylantiradi va ijodiy qobiliyatlarga salbiy ta'sir ko'rsatadi [11];

– travmatik kontent bilan ishlash – tashvish, uyqusizlik va xavfsizlik hissining yo'qolishiga olib kelishi mumkin [6];

– ish talablarining yuqoriligi va ish ustidan nazoratning pastligi – kasbiy kuyishning asosiy bashoratchilari hisoblanadi [18];

– tashkiliy qo'llab-quvvatlashning yetishmasligi – kuyish darajasini oshiruvchi omil sifatida qayd etilgan [18].

Uzoq muddatli zo'riqish sharoitida kasbiy deformatsiya – sinizm, emotsional "qotib qolish", insoniy fojialarga befarqlik rivojlanishi mumkin. Muhim jihat shundaki, "Galaktika media" jurnalida chop etilgan tadqiqotda kasbiy kuyish darajasi jins, yosh va ish stajiga ko'ra emas, balki ish muhitiga ko'ra farqlangan [18]. Bu individual xususiyatlarni rivojlantirish bilan bir qatorda tahririyatdagi ish sharoitini yaxshilash ham zarurligini ko'rsatadi.

Muhokama va natijalar. Nazariy tahlil natijalari jurnalist shaxsining individual-psixologik xususiyatlarini o'zaro bog'liq besh komponentdan iborat tuzilma sifatida ko'rib chiqish imkonini beradi. Ushbu komponentlar ierarxik tarzda emas, balki tizimli ravishda o'zaro bog'langan: ulardan birining yetishmasligi boshqalarining ortiqcha yuklanishiga sabab bo'ladi. Masalan, emotsional barqarorlik past bo'lgan taqdirda yuqori kommunikativ faollik tez orada emotsional toliqishga aylanadi.

1-jadval.

Jurnalist shaxsi individual-psixologik xususiyatlarining tuzilmaviy modeli (muallif ishlanmasi)

Komponent	Asosiy xususiyatlar	Kasbiy faoliyatdagi o'rni	Rivojlantirish vositalari
Kognitiv	Kuzatuvchanlik, tanqidiy tafakkur, verbal intellekt, raqamli intellekt	Axborotni saralash, tekshirish, matn yaratish	Faktlarni tekshirish treninglari, mediasavodxonlik, tahliliy yozuv amaliyoti
Shaxsiy-dispozitsion	Yangi tajribaga ochiqlik, ekstraversiya, mas'uliyatlilik, mo'tadil kelishuvchanlik,	Mavzu topish, manbalar bilan ishlash, muddatlarga rioya qilish	Shaxs diagnostikasi asosida ixtisoslikni to'g'ri tanlash, kasbiy maslahat

Komponent	Asosiy xususiyatlar	Kasbiy faoliyatdagi o'rni	Rivojlantirish vositalari
	emotsional sezgirlik		
Emotsional-irodaviy	Emotsional intellekt, stressga bardoshlilik, o'zini o'zi boshqarish, qat'iyat	Travmatik va nizoli vaziyatlarda faoliyat yuritish	Emotsional intellekt treningi, stressni boshqarish treningi, travmaga oid tayyorgarlik
Kommunikativ	Empatik tinglash, kommunikativ moslashuvchanlik, ishonirish, nizoli vaziyatda o'zini tutish	Intervyu, muloqot, auditoriya bilan ishlash	Intervyu ustaxonalari, rolli o'yinlar, superviziya
Motivatsion-qadriyatli	Haqiqatga intilish, ijtimoiy mas'uliyat, kasbga da'vat, kasb etikasi	Kasbga sadoqat, axloqiy tanlov	Kasbiy refleksiya, etik keyslar, murabbiylik (mentorlik)

Modelning amaliy ahamiyati shundaki, u jurnalist shaxsini "ideal portret" sifatida emas, balki rivojlantirish mumkin bo'lgan resurslar majmui sifatida ifodalaydi. Bu yondashuv V.F. Oleshkoning muvaffaqiyatli jurnalist shaxsini psixologik bilimlar, ish tajribasi va ijodiy muhit kabi rivojlantiriladigan omillar bilan bog'lash g'oyasiga [12] hamda M.E. Anikinaning kasbiy madaniyatni martaba davomida shakllanuvchi dinamik hodisa sifatida talqin qilishiga [3] mos keladi.

Ikkinchi muhim natija xavf va himoya omillarini tizimlashtirishdan iborat.

2-jadval.

Jurnalistlar psixologik farovonligining xavf va himoya omillari (O'zbekiston va Rossiya tadqiqotlari asosida)

Daraja	Xavf omillari	Himoya omillari	Manba
Individual	Yuqori emotsional sezgirlik, past stressga bardoshlilik, psixologik tayyorgarlikning yetishmasligi	Emotsional barqarorlik, psixologik madaniyat, refleksiya, kasbga da'vat	[3; 4; 6; 11; 19]
Kasbiy vazifa	Axborot yuklamasi, raqobat, travmatik kontent bilan ishlash	Kasbiy kompetentlik, raqamli intellekt, travmaga oid tayyorgarlik	[6; 7; 11; 15; 16]
Tashkiliy	Yuqori ish talablari, ish ustidan nazoratning pastligi, tashkiliy qo'llab-quvvatlashning yetishmasligi	Tashkiliy qo'llab-quvvatlash, ish jarayonida mustaqillik	[18]
Tizimli	Kasbiy faoliyatning huquqiy va ijtimoiy kafolatlari zaifligi	Davlat tomonidan qo'llab-quvvatlash, kasbiy etika me'yorlari, ta'lim dasturlari	[1; 2; 8; 10]

Jadvaldagi ma'lumotlar ikki muhim xulosaga olib keladi. Birinchidan, individual xususiyatlar muhim bo'lsa-da, o'zi yetarli emas: kasbiy kuyish darajasi ish muhiti va tashkiliy qo'llab-quvvatlash bilan chambarchas bog'liq [18]. Ikkinchidan, himoya omillarining aksariyati – psixologik madaniyat, stressga bardoshlilik, refleksiya, raqamli intellekt – o'rgatish mumkin bo'lgan ko'nikmalardir [4; 7; 11; 19]. Demak, ular jurnalistika ta'limi mazmuniga kiritilishi mumkin va lozim.

Uchinchi natija diagnostika masalasiga taalluqli. Jurnalist shaxsini o'rganish va kasbiy tanlovda MDH mamlakatlarida adaptatsiya qilingan quyidagi standartlashtirilgan metodikalar majmuidan foydalanish maqsadga muvofiq:

– shaxs xususiyatlarini aniqlash uchun – besh omilli shaxs so'rovnomasining rus tilidagi adaptatsiya qilingan versiyasi;

– emotsional intellektni baholash uchun – D.V. Lyusinning EmIn so'rovnomasi;

– emotsional kuyishni aniqlash uchun – V.V. Boykoning emotsional kuyish darajasini tashxislash metodikasi yoki K. Maslach so'rovnomasining N.E. Vodopyanova tomonidan adaptatsiya qilingan versiyasi;

– stressga bardoshlilikni baholash uchun – S. Maddi hayotiy qat'iyat testining D.A. Leontyev tomonidan adaptatsiya qilingan versiyasi.

O'zbekiston sharoitida ushbu metodikalarni o'zbek tiliga milliy adaptatsiya qilish va jurnalistlar tanlanmasida me'yoriy ko'rsatkichlarni ishlab chiqish keyingi empirik tadqiqotlarning dolzarb vazifasi hisoblanadi.

Xulosa va takliflar.

O'tkazilgan nazariy tahlil natijasida quyidagi xulosalarga kelindi:

1. Jurnalist kasbi shaxsdan bir vaqtning o'zida yuqori kognitiv tezkorlik, emotsional sezgirlik va qat'iy emotsional nazoratni talab etadi. Ushbu o'zaro zid talablar jurnalistikani psixologik zo'riqishi yuqori bo'lgan kasbga aylantiradi.

2. Jurnalist shaxsining individual-psixologik xususiyatlari besh komponentli tuzilmani tashkil etadi: kognitiv, shaxsiy-dispozitsion, emotsional-irodaviy, kommunikativ hamda motivatsion-qadriyatli. Mazkur komponentlar tizimli ravishda o'zaro bog'langan bo'lib, bir-birini to'ldiradi.

3. Raqamli muhitda jurnalistning kognitiv sohasiga raqamli intellekt va mediakompetensiya kabi yangi talablar qo'shilmogda, biroq ular bo'lajak mutaxassislar tomonidan hali yetarli darajada anglanmagan.

4. Emotsional barqarorlik va stressga bardoshlilik zamonaviy jurnalistning eng muhim individual resurslariga aylandi. Ular o'rgatish mumkin bo'lgan ko'nikmalar bo'lganligi sababli kasbiy ta'lim mazmuniga kiritilishi zarur.

5. Jurnalistlarning psixologik farovonligi individual xususiyatlar va ish muhiting o'zaro ta'siri mahsulidir. Shu bois faqat shaxsga emas, balki tahririyat sharoitiga ham yo'naltirilgan chora-tadbirlarni amalga oshirish talab etiladi.

Takliflar:

- jurnalistika yo'nalishidagi oliy ta'lim muassasalarida "Jurnalistika psixologiyasi" fani mazmuniga emotsional intellekt, stressni boshqarish va travmaga oid psixologik tayyorgarlik modullarini kiritish;
- abituriyentlar va talabalar uchun shaxs xususiyatlari diagnostikasi asosida ixtisoslikni (muxbir, muharrir, boshlovchi, tahlilchi) tanlashga yo'naltiruvchi kasbiy maslahat tizimini yo'lga qo'yish;
- tahririyatlarda favqulodda vaziyatlarni yoritgan xodimlar uchun psixologik maslahat va debriefing amaliyotini joriy etish;
- tahririyat rahbarlari uchun xodimlardagi ruhiy zo'riqish alomatlarini erta aniqlashga doir qisqa muddatli o'quv kurslarini tashkil etish;
- MDH mamlakatlarida adaptatsiya qilingan psixodiagnostik metodikalarni o'zbek tiliga moslashtirish hamda jurnalist shaxsini o'rganishga qaratilgan milliy empirik tadqiqotlarni kengaytirish.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati

- [1] O'zbekiston Respublikasining "Jurnalistlik faoliyatini himoya qilish to'g'risida"gi Qonuni. 24.04.1997, 402-I-son (amaldagi tahrirda) // Qonunchilik ma'lumotlari milliy bazasi. URL: <https://lex.uz/docs/2024>
- [2] O'zbekiston Respublikasi Prezidentining "Ommaviy axborot vositalarini qo'llab-quvvatlash va jurnalistika sohasini rivojlantirish chora-tadbirlari to'g'risida"gi qarori. 27.06.2022, PQ-294-son // Qonunchilik ma'lumotlari milliy bazasi. URL: <https://lex.uz/docs/6083377>
- [3] Аникина М.Е. Профессиональная культура журналиста в пространстве академических исследований: опыт структурирования и систематизации // Вестник Московского университета. Серия 10. Журналистика. – 2024. – № 6. – С. 98–114. URL: <https://doi.org/10.55959/msu.vestnik.journ.6.2024.98114>
- [4] Альджанова Г.А., Байгабылов Р.М. Психологические особенности профессиональной подготовки журналистов // Ilm Fan Xabarnomasi. – 2026. – Т. 13, № 2. – С. 3154–3156. URL: <https://doi.org/10.5281/zenodo.20450105>
- [5] Вартанова Е.Л. Функции журналистики: традиционные и актуальные подходы // Вестник Московского университета. Серия 10. Журналистика. – 2024. – № 6. – С. 3–30. URL: <https://doi.org/10.55959/msu.vestnik.journ.6.2024.330>
- [6] Вырковский А.В., Крашенинникова М.А., Мамедов Д.З. Медиатизированная травма: теоретические и методологические основания для изучения // Вестник Московского университета. Серия 10. Журналистика. – 2024. – № 6. – С. 136–157. URL: <https://doi.org/10.55959/msu.vestnik.journ.6.2024.136157>
- [7] Гаврилов В.В., Зорина В.А. «Цифровой интеллект журналиста»: к содержанию понятия // Вестник Российского университета дружбы народов. Серия: Литературоведение. Журналистика. – 2024. – Т. 29, № 3. – С. 626–641. URL: <https://doi.org/10.22363/2312-9220-2024-29-3-626-641>
- [8] Дзялошинский И.М. Профессиональная этика журналиста: учебник для вузов. – М.: Юрайт, 2021. – 412 с. – ISBN 978-5-9916-9204-5. URL: <https://urait.ru/bcode/470028>
- [9] Дрок Н., Лукина М.М., Замков А.В. Профессиональные роли журналистов будущего: взгляд российских преподавателей // Вестник Московского университета. Серия 10. Журналистика. – 2022. – № 1. – С. 3–25. URL: <https://doi.org/10.30547/vestnik.journ.1.2022.325>
- [10] Лазутина Г.В. Профессиональная этика журналиста: учебник и практикум для вузов. – 4-е изд. – М.: Юрайт, 2021. – 219 с. – ISBN 978-5-534-07482-6. URL: <https://urait.ru/bcode/468727>
- [11] Нургалийева Г. Влияние стресса на творческие способности журналиста // Central Asian Journal of Education and Innovation. – 2024. – Т. 3, № 7. – С. 11–14. URL: <https://doi.org/10.5281/zenodo.12696699>
- [12] Олешко В.Ф. Психология журналистики: учебник и практикум для вузов. – М.: Юрайт, 2020. – 351 с. – ISBN 978-5-534-00613-1. URL: <https://urait.ru/bcode/450427>
- [13] Eminova Ya. Journalist kasbining ijtimoiy-psixologik xususiyatlari // Research and Education. – 2023. – Vol. 2, № 11. – В. 25–29. URL: <https://doi.org/10.5281/zenodo.10164488>
- [14] Nurgaliyeva G.A. Ijtimoiy fikrni modellashtirishda jurnalistning kasbiy etikasi va ta'sir kuchi // Center for Advanced Studies ilmiy to'plami. – 2026. – В. 481–484. URL: <https://doi.org/10.5281/zenodo.18798484>
- [15] Nurutdinova M.Ch. Onlayn jurnalistikada konvergent axborot transformatsiyasi va vizuallashuv tamoyillari: filologiya fanlari doktori (DSc) dissertatsiyasi avtoreferati. – Toshkent: O'zbekiston jurnalistika va ommaviy kommunikatsiyalar universiteti, 2026. URL: <https://api.ziyouet.uz/uploads/books/10000184/r2PHmFru4la2xpy.pdf>
- [16] Rayimjonov R. Professional kompetentlik jurnalistik faoliyatning asosiy mezonlari sifatida: konferensiya materiali. – 2025. URL: <https://doi.org/10.5281/zenodo.17613712>
- [17] Shonazarova D. Intervyu olishda jurnalist mahorati // Ilmiy tadqiqot va innovatsiya. – 2023. – Vol. 2, № 1. – В. 61–64. URL: <https://doi.org/10.5281/zenodo.7673257>
- [18] Woldearegay A.G. Burnout in journalism: evidence from regional television stations in Ethiopia // Галактика медиа: журнал медиа исследований. – 2022. – Т. 4, № 1. – С. 35–50. URL: <https://doi.org/10.46539/gmd.v4i1.228>
- [19] Xidoyatova L.T. Bo'lajak jurnalistlarni kasbiy tayyorlash tizimida jurnalistika psixologiyasi // Академические исследования в современной науке. – 2025. – Т. 4, № 19. – В. 183–189. URL: <https://doi.org/10.71337/inlibrary.uz.arims.81598>