

O'ZBEK OILALARIDA EMOTSIONAL ALIENATSIYANING GENDER-DIFFERENSIAL PSIXOLOGIK ARHITEKTONIKASI

D.R.q.Yangiboyeva¹ 

Mas'ul muallif: Yangiboyeva
Dildoraxon Rahmon qizi,
Psixologiya fanlari bo'yicha falsafa
doktori (PhD).

e-mail:
dildorichkayangiboyeva98@gmail.
com

Accepted: 19 Avgust 2026
Published: 19 Avgust 2026

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

Iqtibos uchun: Yangiboyeva, D. R.
q. O'ZBEK OILALARIDA
EMOTSIONAL ALIENATSIYANING
GENDER-DIFFERENSIAL
PSIXOLOGIK ARHITEKTONIKASI /
D. R. q. Yangiboyeva // Buxoro
xalqaro universiteti ilmiy
axborotnomasi. — 2026. — T. 8, №
1. — B. 121–126.

1. *Psixologiya fanlari bo'yicha falsafa doktori (PhD)*

Annotatsiya. Maqolada o'zbek oilalarida emotsional alienatsiyaning erkaklar va ayollarda namoyon bo'lishiga xos psixologik tafovutlar empirik jihatdan tahlil qilingan. Natijalarda ayollarda salbiy emotsional kechinmalar va tushunilmaslik hissi, erkaklarda esa ijtimoiy aloqalarning zaiflashuvi ustuvor ekanligi aniqlangan.

Kalit so'zlar: emotsional alienatsiya, gender differentsiatsiyasi, psixologik arxitektonika, oilaviy munosabatlar, subyektiv yolg'izlik, ijtimoiy aloqalar.

ГЕНДЕРНО-ДИФФЕРЕНЦИРОВАННАЯ ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ АРХИТЕКТОНИКА ЭМОЦИОНАЛЬНОЙ АЛИЕНАЦИИ В УЗБЕКСКИХ СЕМЬЯХ

Аннотация. В статье эмпирически исследованы гендерные различия в проявлении эмоциональной алиенации в узбекских семьях. Установлено, что у женщин преобладают негативные эмоциональные переживания и ощущение непонимания, тогда как у мужчин более выражено ослабление социальных связей.

Ключевые слова: эмоциональная алиенация, гендерная дифференциация, психологическая архитектура, семейные отношения, субъективное одиночество, социальные связи.

GENDER-DIFFERENTIATED PSYCHOLOGICAL ARCHITECTONICS OF EMOTIONAL ALIENATION IN UZBEK FAMILIES

Abstract. The article empirically examines gender differences in the manifestation of emotional alienation in Uzbek families. The findings show that women predominantly experience negative emotions and feelings of being misunderstood, whereas men demonstrate a stronger tendency toward weakened social ties.

Keywords: emotional alienation, gender differentiation, psychological architectonics, family relationships, subjective loneliness, social ties.

Kirish. Oila shaxsning emotsional xavfsizligi, ijtimoiy mansubligi va psixologik barqarorligini ta'minlovchi yetakchi ijtimoiy-psixologik tizimlardan biridir. Oilaviy munosabatlarning mavjudligi shaxsni avtomatik ravishda yolg'izlikdan himoya qilmaydi. Turmush o'rtoqlar bir xonadonda yashashi, umumiy maishiy faoliyatni amalga oshirishi va rasmiy nikoh munosabatlarini saqlab qolishi mumkin, biroq ular o'rtasida emotsional almashinuv, o'zaro tushunish va psixologik yaqinlik yetarli bo'lmasa, subyektiv yolg'izlik shakllanadi. Shu ma'noda oilaviy yolg'izlik jismoniy ajralganlikdan ko'ra murakkabroq psixologik hodisadir. U shaxsning mavjud munosabatlaridan emotsional qoniqmasligi, o'zini tinglanmagan va tushunilmagan deb his qilishi, yaqin insonlar bilan muloqotda ichki psixologik masofani boshdan kechirishi bilan tavsiflanadi. Oilada ko'plab kommunikativ aloqalarning mavjudligi hamisha ularning psixologik sifatini anglatmaydi. Shaxs turmush o'rtog'i, farzandlari va qarindoshlari bilan muntazam aloqada bo'la turib ham, chuqur emotsional yolg'izlikni his qilishi mumkin.

Oilaviy yolg'izlikning shakllanishida gender omili alohida ahamiyatga ega. Erkaklar va ayollar o'zaro munosabatlarga, emotsional yaqinlikka, ijtimoiy qo'llab-quvvatlashga hamda shaxsiy kechinmalarni ifodalashga turlicha yondashadilar. Bu tafovutlar faqat biologik jins bilan emas, balki gender ijtimoiylashuvi, oilaviy rollar, madaniy me'yorlar va emotsional xulq-atvorga nisbatan shakllangan ijtimoiy kutishlar bilan bog'liq. Ayollarda yaqin munosabatlarning emotsional sifati, tinglanish, qadrlanish va psixologik qo'llab-quvvatlanish ehtiyoji ko'proq verbal hamda hissiy shaklda ifodalanadi. Erkaklarda esa psixologik farovonlik ijtimoiy mavqe, guruhii mansublik, kasbiy va do'stona aloqalar, oiladagi funksional rol hamda turmush o'rtog'i tomonidan qabul qilinish bilan uzviy bog'liq bo'lishi mumkin. Shu sababli bir xil oilaviy vaziyat erkak va ayolda turli mazmundagi yolg'izlik kechinmalarini yuzaga keltiradi [1].

Maqsad va uni asoslash. R.Veys konsepsiyasiga ko'ra, yolg'izlikning emotsional va ijtimoiy shakllarini o'zaro farqlash lozim. Emotsional yolg'izlik shaxs hayotida chuqur va ishonchli affektiv bog'lanishning yetishmasligi bilan bog'liq bo'lsa, ijtimoiy yolg'izlik ijtimoiy tarmoq, guruhii mansublik va kommunikativ faollikning cheklanishi natijasida shakllanadi. Mazkur yondashuv oilaviy munosabatlarni tahlil qilishda muhim metodologik

ahamiyatga ega. Oila ichida emotsional yolg'izlik turmush o'rtog'i tomonidan tushunilmaslik, hissiy ehtiyojlarga javob berilmaslik, empatik muloqotning sustligi va psixologik yaqinlikning pasayishi orqali namoyon bo'ladi. Ijtimoiy yolg'izlik esa shaxsning oila tashqarisidagi munosabatlari qisqarishi, do'stlar va qarindoshlar bilan muloqotning zaiflashuvi, guruhiiy faollikning pasayishi hamda ijtimoiy qo'llab-quvvatlash manbalarining cheklanishi bilan tavsiflanadi.

L.Peplau va D.Perlmanning kognitiv yondashuvda yolg'izlik shaxs kutayotgan munosabatlar bilan amalda mavjud munosabatlarning miqdoriy va sifat jihatlarini o'rtasidagi nomuvofiqlik mahsuli sifatida qaraladi. Demak, yolg'izlik faqat real aloqalarning kamligi bilan belgilanmaydi. Shaxsning munosabatlardan kutgan emotsional mazmuni mavjud munosabatlar sifatiga mos kelmasa, subyektiv yolg'izlik yuzaga keladi. Oilaviy yolg'izlikning gender tafovutlarini tushuntirishda erkak va ayollarning emotsional ekspressivligi, ijtimoiy rollari hamda qo'llab-quvvatlash tarmoqlarining tuzilishini hisobga olish zarur. Ayollar, odatda, o'z kechinmalarini verbal ifodalashga, yaqin munosabatlarni muhokama qilishga va emotsional yordam izlashga moyilroq bo'ladi. Shu sababli munosabatlardagi emotsional nomuvofiqlik ularda tezroq anglanadi va salbiy hissiy kechinmalar orqali ifodalanadi. Erkaklarda esa mustaqillik, emotsional nazorat, muammoni tashqi yordamsiz hal qilish va zaiflikni namoyon etmaslikka qaratilgan gender me'yorlari ustun bo'lishi mumkin. Natijada erkak o'zidagi emotsional ehtiyojlarni yetarli darajada ifodalaymaydi, mavjud muammolarni yashiradi yoki kommunikativ chekinish strategiyasini tanlaydi. Bunday vaziyatda oilaning boshqa a'zolari uning psixologik holatini anglamasligi mumkin. Bu esa erkakda tushunilmaslik, ijtimoiy ajralganlik va ichki yakkalanish hissini kuchaytiradi. Oilaviy tizimlar yondashuviga ko'ra, yolg'izlik faqat alohida shaxsning individual muammosi emas. U er-xotin o'rtasidagi emotsional almashinuv, oila chegaralari, rollar taqsimoti, o'zaro bog'liqlik va shaxsiy differentsiatsiya xususiyatlari bilan bog'liq tizimli hodisadir. Oilada emotsional reaktivlik ortib, konstruktiv kommunikatsiya pasayganda turmush o'rtog'lar o'zlarini himoya qilish maqsadida psixologik masofa yaratadilar. Ushbu masofa uzoq vaqt davomida saqlansa, oilaviy yolg'izlikning barqaror shakli yuzaga keladi [2].

Nikoh insonning nafaqat biologik va ijtimoiy ehtiyojlarini qondiruvchi institut, balki uning psixologik barqarorligini ta'minlovchi, emotsional xavfsizlikni shakllantiruvchi hamda shaxsning ijtimoiy identifikatsiyasini mustahkamlovchi murakkab tizim hisoblanadi. Shu sababli turmush o'rtog'ining vafoti, nikohning buzilishi yoki uzoq muddatli oilaviy ajralish kabi hayotiy hodisalar shaxsning psixologik muvozanatiga bevosita ta'sir ko'rsatadigan eng kuchli stress omillari sirasiga kiradi. Ayniqsa, ushbu jarayonlarning yolg'izlik hissi bilan bog'liq mexanizmlarini tahlil qilish zamonaviy oilaviy psixologiyaning dolzarb yo'nalishlaridan biri hisoblanadi. Empirik tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, bevalik yoki ajralishning psixologik oqibatlarini erkaklar va ayollarda bir xil namoyon bo'lmaydi. Mazkur farqlar biologik jins bilan emas, balki umr davomida shakllangan gender rollari, oiladagi vazifalar taqsimoti, ijtimoiy qo'llab-quvvatlash tizimlari hamda emotsional bog'liqlikning o'ziga xos xususiyatlari bilan izohlanadi.

T.Bikson ushbu masalaga oid ilmiy kuzatuvlarida keksa yoshdagi ayollar va erkaklarning yolg'izlikni boshdan kechirish mexanizmlarini qiyosiy tahlil qiladi. Uning fikricha, yoshi ulg'aygan ayol turmush o'rtog'idan ayrilganidan keyin qayta turmush qurish imkoniyatlari nisbatan cheklangan bo'lsa-da, u kundalik hayotni mustaqil tashkil etish, uy xo'jaligini yuritish, ijtimoiy aloqalarni saqlab qolish va shaxsiy ehtiyojlarini mustaqil qondirish ko'nikmalariga ega bo'lganligi sababli yolg'izlikka nisbatan ancha moslashuvchan bo'ladi. Ayollar odatda qarindoshlar, farzandlar, qo'shnilar, dugonalar hamda boshqa yaqin ijtimoiy tarmoqlar bilan aloqalarni davom ettirish orqali emotsional qo'llab-quvvatlash manbalarini saqlab qoladilar. Shu bois, turmush o'rtog'ining yo'qolishi ularda qayg'u, iztirob va emotsional bo'shliqni yuzaga keltirgan bo'lsa-da, mavjud ijtimoiy resurslar ushbu yo'qotishning psixologik oqibatlarini ma'lum darajada yumshatishga xizmat qiladi. Bundan tashqari, yolg'iz yashayotgan keksa ayollar o'z vaqtini mustaqil rejalashtirish, kundalik faoliyatni o'z ehtiyojlariga mos ravishda tashkil etish va hayotiy energiyasini erkin taqsimlash imkoniyatiga ega bo'ladi. Ushbu omillar ularning psixologik moslashuvchanligini kuchaytiradi hamda yolg'izlikning destruktiv shaklga aylanish ehtimolini kamaytiradi [6].

Erkaklarda esa vaziyat mutlaqo boshqacha kechadi. Ko'plab oilalarda an'anaviy gender rollari hukmron bo'lganligi sababli erkaklarning kundalik turmushni mustaqil tashkil etish tajribasi nisbatan cheklangan bo'ladi. Turmush o'rtog'i nafaqat emotsional yaqin inson, balki oilaviy hayotni tashkil etuvchi asosiy psixologik va maishiy tayanch sifatida namoyon bo'ladi. Shu sababli bevalik yoki ajralish erkak uchun bir vaqtning o'zida bir nechta yo'qotishlarni anglatadi: emotsional yaqinlikning yo'qolishi, oilaviy rolning buzilishi, kundalik hayotning izdan chiqishi hamda ijtimoiy identifikatsiyaning zaiflashishi. Natijada erkaklarda psixologik dezadaptatsiya, ijtimoiy izolyatsiya, depressiv reaksiyalar va yolg'izlik hissining kuchayishi ehtimoli sezilarli darajada ortadi. Ayniqsa, keksa yoshdagi erkaklarda ajralish yoki bevalik ko'pincha hayot mazmunining yo'qolishi, ijtimoiy faollikning pasayishi va shaxslararo munosabatlarning keskin qisqarishi bilan kechadi. Mazkur xulosalar amerikalik olimlarning gerontopsixologik tadqiqotlari bilan ham tasdiqlanadi. Ularning ma'lumotlariga ko'ra, keksa yoshdagi beva erkaklar orasida suitsidal xulq-atvor va o'z joniga qasd qilish ko'rsatkichlari nikohda yashayotgan erkaklarga nisbatan ancha yuqori uchraydi. Ushbu holat nikohning erkaklar psixologik salomatligini himoya qiluvchi muhim omil ekanligini yana bir bor tasdiqlaydi. Statistik kuzatuvlar ham nikohning erkaklar salomatligiga ijobiy ta'sirini ko'rsatadi. Turmush qurgan erkaklar yolg'iz erkaklarga qaraganda jismoniy va ruhiy salomatlikning yuqori darajasi bilan tavsiflanadi. Ular kamroq kasallanadi, baxtsiz hodisalarga kamroq duch keladi, alkogolga qaramlik va suitsidal xatti-harakatlarga kamroq moyillik bildiradi. Shuningdek, ular kasbiy faoliyatda muvaffaqiyatliroq bo'lib, o'rtacha umr davomiyligi ham yuqoriroq bo'ladi. Mazkur natijalar nikohning faqat oilaviy institut emas, balki psixologik rezilyentlikni shakllantiruvchi ijtimoiy himoya mexanizmi sifatidagi ahamiyatini ko'rsatadi [7].

Erkak va ayollarda yolg'izlikning turlicha kechishini izohlovchi muhim nazariy yondashuvlardan biri J.Stoks va I.Levin tomonidan taklif etilgan. Mualliflarning ta'kidlashicha, erkaklar yolg'izlikni asosan o'zlari mansub bo'lgan ijtimoiy guruhlar bilan aloqalarning buzilishi natijasida boshdan kechiradilar. Ya'ni erkak uchun kasbiy jamoa, do'stlar davrasi,

hamkasblar yoki boshqa ijtimoiy guruhlar bilan muntazam muloqot qilish uning psixologik farovonligining muhim sharti hisoblanadi. Ayollarda esa yolg'izlikning asosiy manbai guruhli aloqalar soni emas, balki yaqin, ishonchli va chuqur emotsional diadik munosabatlarning sifati hisoblanadi. Ular uchun bitta yaqin inson bilan shakllangan samimiy va ishonchli munosabat ko'plab yuzaki ijtimoiy aloqalarga qaraganda ancha katta psixologik ahamiyat kasb etadi [3].

Shu sababli erkaklarda ijtimoiy guruhdagi mavqe va faol ishtirok yolg'izlikni kamaytiruvchi muhim omil bo'lsa, ayollarda esa yaqin emotsional munosabatlarning sifati va o'zaro ishonchning yuqori darajada bo'lishi himoya omili sifatida namoyon bo'ladi. Agar erkak o'zi uchun muhim bo'lgan guruhlardan ajralib qolsa yoki ular bilan muloqot chastotasi pasaysa, unda ijtimoiy izolyatsiya hissi kuchayadi va yolg'izlik ehtimoli ortadi. Aksincha, ayol o'zining yaqin shaxslar bilan bo'lgan emotsional munosabatlaridan qoniqish hosil qilsa, yolg'izlikni boshdan kechirish ehtimoli sezilarli darajada kamayadi. Mazkur ilmiy dalillar oilaviy munosabatlarni tahlil qilishda alohida metodologik ahamiyat kasb etadi. Nikohning buzilishi yoki turmush o'rtog'ining yo'qolishi erkak va ayolda bir xil voqea bo'lsa-da, uning psixologik oqibatlarini turlicha rivojlanadi. Erkaklarda bu holat ko'proq ijtimoiy identifikatsiyaning buzilishi, emotsional tayanchning yo'qolishi va guruhli integratsiyaning susayishi bilan tavsiflansa, ayollarda u yaqin emotsional bog'liqlikning uzilishi, psixologik yaqinlikning yo'qolishi hamda hissiy ehtiyojlarning qondirilmay qolishi bilan izohlanadi. Shu nuqtai nazardan, oilalarda er va xotinlarda namoyon bo'ladigan yolg'izlikni faqatgina turmush o'rtog'ining mavjud yoki mavjud emasligi bilan tushuntirish yetarli emas. Asosiy determinant nikohning mavjudligi emas, balki undagi emotsional yaqinlik, o'zaro qo'llab-quvvatlash, rollarning mosligi, psixologik xavfsizlik hissi hamda ijtimoiy integratsiya darajasidir. Demak, rasmiy nikohda yashayotgan shaxs ham emotsional begonalashuv, psixologik uzoqlashish yoki kommunikativ uzilish tufayli chuqur yolg'izlikni boshdan kechirishi mumkin. Aksincha, turmush o'rtog'idan ayrilgan ayrim shaxslar rivojlangan ijtimoiy tarmoqlar, mustahkam oilaviy resurslar va konstruktiv moslashuv strategiyalari tufayli yuqori psixologik farovonlikni saqlab qolishlari mumkin [8].

Ilmiy muammoning tavsifi va yechimi. Shaxsning shakllanishi va ijtimoiylashuvi jarayonida oila eng muhim ijtimoiy-psixologik institutlardan biri sifatida namoyon bo'ladi. Inson hayotining dastlabki bosqichlaridanoq aynan oilaviy muhitda uning qadriyatlar tizimi, axloqiy me'yorlari, emotsional tajribasi, kommunikativ ko'nikmalari hamda shaxslararo munosabatlarga oid tasavvurlari shakllanadi. Shu jihatdan oila nafaqat biologik va iqtisodiy ehtiyojlarni qondiruvchi ijtimoiy birlik, balki shaxsning psixologik rivojlanishi, ijtimoiy identifikatsiyasi va hayotiy kompetensiyalarini tarkib toptiruvchi murakkab funksional tizim hisoblanadi. Binobarin, oilaviy munosabatlarning sifati shaxsning keyingi hayot faoliyatida namoyon bo'ladigan xulq-atvor strategiyalari, ijtimoiy moslashuv darajasi, emotsional barqarorligi va shaxslararo munosabatlar madaniyatining shakllanishiga bevosita ta'sir ko'rsatadi. Zamonaviy oila psixologiyasida oila shaxs rivojlanishining asosiy mikromuhiti sifatida talqin qilinadi. Oilada hukm suruvchi emotsional iqlim, o'zaro ishonch, mehr-muhabbat, psixologik qo'llab-quvvatlash va kommunikativ hamkorlik darajasi shaxsning psixologik salomatligi, ijtimoiy kompetentligi hamda hayotdan qoniqishiga sezilarli ta'sir etadi. M. Bowenning oilaviy tizimlar nazariyasiga ko'ra, oila o'zaro bog'langan elementlardan tashkil topgan yaxlit funksional tizim bo'lib, uning har bir a'zodagi psixologik holat va xulq-atvor o'zgarishlari boshqa oila a'zolarining emotsional hamda kommunikativ faoliyatida ham aks etadi. Shu sababli oilaviy munosabatlar tizimida yuzaga keladigan har qanday o'zgarish alohida shaxs doirasida qolib ketmay, butun oilaning psixologik muvozanati va funksionallashuviga ta'sir ko'rsatadi [4].

Oilaviy munosabatlarning barqarorligi, avvalo, er-xotin o'rtasidagi emotsional yaqinlik, o'zaro tushunish, ishonch va psixologik qo'llab-quvvatlash darajasi bilan belgilanadi. Mazkur komponentlarning susayishi turmush o'rtog'lar o'rtasida kommunikativ masofaning ortishi, hissiy ehtiyojlarning qondirilmashligi, o'zini tinglanmagan va tushunilmagan deb his qilish hamda psixologik begonalashuvning kuchayishiga olib kelishi mumkin. Bunday holat oiladagi tashqi birgalik saqlanib qolgan taqdirda ham, ichki emotsional aloqalarning zaiflashuvi bilan tavsiflanadi. Emotsional alienatsiya oilaviy tizimda shaxsning yaqinlari bilan bo'lgan munosabatlarida hissiy uzilish, psixologik uzoqlashuv, o'zaro ishonchning pasayishi va emotsional qo'llab-quvvatlashning yetishmasligi orqali namoyon bo'ladigan murakkab ijtimoiy-psixologik hodisadir. Mazkur holat bir martalik kelishmovchilik yoki vaqtinchalik nizoning natijasi emas, balki uzoq muddat davomida emotsional almashinuvning susayishi, empatik javobning yetishmasligi va kommunikativ ochiqlikning izchil buzilishi oqibatida shakllanadi. Natijada shaxs oila a'zolari davrasida bo'la turib ham ichki yolg'izlik, ruhiy bo'shliq va psixologik ajralganlikni boshdan kechirishi mumkin. Oilaviy emotsional alienatsiyaning namoyon bo'lishida gender omili alohida ilmiy ahamiyat kasb etadi. Erkaklar va ayollar emotsional ehtiyojlar, yaqinlikka bo'lgan munosabat, his-tuyg'ularni ifodalash usullari hamda ijtimoiy qo'llab-quvvatlashdan foydalanish xususiyatlari bo'yicha bir-biridan farqlanadi. Ayollarda emotsional alienatsiya ko'proq salbiy emotsional kechinmalar, tinglanmaslik, qadrlanmaslik va tushunilmaslik hissi orqali namoyon bo'lishi mumkin. Erkaklarda esa u kommunikativ chekinish, ijtimoiy aloqalarning zaiflashuvi, his-tuyg'ularni ichki tarzda boshdan kechirish va emotsional ehtiyojlarni ochiq ifodalamaslik shaklida ko'zga tashlanadi. Mazkur gender tafovutlari biologik jins bilangina emas, balki oilaviy ijtimoiylashuv, madaniy stereotiplar, gender rollari va jamiyat tomonidan erkak hamda ayol xulq-atvoriga qo'yiladigan kutishlar bilan ham belgilanadi. Ayollardan emotsional sezgirlik, g'amxo'rlik va munosabatlarni saqlab turish talab etilsa, erkaklardan mustaqillik, hissiy nazorat va muammolarni o'z kuchi bilan hal qilish kutiladi. Ushbu ijtimoiy me'yorlar ayollarda hissiy qoniqmaslikning ochiqroq ifodalanishiga, erkaklarda esa ichki kechinmalarni yashirish va kommunikativ masofalanishga olib kelishi mumkin [5].

Shu bois o'zbek oilalarida emotsional alienatsiyaning gender-differensial psixologik arxitektonikasini o'rganish muhim nazariy va amaliy ahamiyatga ega. Mazkur yondashuv emotsional begonalashuvning erkak va ayollarda turlicha psixologik mexanizmlar asosida shakllanishini aniqlash, oilaviy nizolar va subyektiv yolg'izlikning yashirin sabablarini ochib berish hamda genderga mos psixoprofilaktik va psixokorreksion dasturlarni ishlab chiqish imkonini beradi. Demak,

oilaviy farovonlikni ta'minlashda o'zaro ishonch, emotsional ochiqlik, empatik tinglash, kommunikativ hamkorlik, oilaviy rollarning uyg'unligi va psixologik qo'llab-quvvatlash muhim himoya resurslari sifatida namoyon bo'ladi. Ushbu resurslarning barqarorligi er-xotin munosabatlarida emotsional yaqinlikni mustahkamlash, alienatsiyaning oldini olish va oilaning umumiy psixologik funktsionalligini ta'minlashga xizmat qiladi.

Jadval-1

Yolg'izlik (UCLA Loneliness Scale) so'rovnomasining tavsiflovchi statistik tahlili (n=1200)

Yo'nalishlar	X	Σ	Z	p
Salbiy emotsional kechinmalar	11,11	2,04	5,555	0,000**
Ijtimoiy aloqalarning buzilishi	10,87	2,11	6,123	0,000**
Atrofdagilar tomonidan tushunmaslik	9,87	2,98	4,678	0,000**

Izoh: ** - $p < 0,01$.

O'zbek oilalarida er va xotirlarda subyektiv yolg'izlikning namoyon bo'lish xususiyatlarini aniqlash maqsadida UCLA Loneliness Scale metodikasidan foydalanildi. Tadqiqot natijalari yolg'izlikning uchta asosiy psixologik komponenti salbiy emotsional kechinmalar, ijtimoiy aloqalarning buzilishi hamda atrofdagilar tomonidan tushunilmaslik hissi bo'yicha tavsiflovchi statistik tahlil qilindi. Salbiy emotsional kechinmalar shkalasi bo'yicha o'rtacha qiymat 11,11 ballni tashkil etdi. Mazkur ko'rsatkich respondentlarning muayyan qismida yolg'izlik bilan bog'liq ichki emotsional noqulaylik, ruhiy bo'shliq, hissiy qo'llab-quvvatlashning yetishmasligi va psixologik yakkalanish kechinmalari mavjudligini anglatadi. Standart og'ish ko'rsatkichining nisbatan pastligi (2,04) respondentlarning javoblari asosan o'rtacha qiymat atrofida jamlanganini hamda salbiy emotsional kechinmalar tanlanma doirasida keskin darajada differensiallashmaganini ko'rsatadi. Psixologik nuqtai nazardan, ushbu natija o'zbek oilalarida yolg'izlik ko'pincha ochiq ijtimoiy izolyatsiya shaklida emas, balki yashirin emotsional diskomfort, ichki qoniqmaslik va hissiy qo'llab-quvvatlanmaslik tarzida namoyon bo'lishini bildiradi. Biroq mazkur holatning intensivligi barcha oilalarda bir xil emas. Ijtimoiy aloqalarning buzilishi shkalasi bo'yicha o'rtacha ko'rsatkich 10,87 ballni tashkil etdi. Ushbu qiymat salbiy emotsional kechinmalar ko'rsatkichiga yaqin bo'lib, yolg'izlikning emotsional va ijtimoiy tarkibiy qismlari o'zaro chambarchas bog'langanini ko'rsatadi. Mazkur shkala respondentlarning yaqin insonlar bilan muloqot intensivligi, oila ichidagi hamkorlik darajasi, qarindoshlik va do'stlik munosabatlarining sifati hamda ijtimoiy qo'llab-quvvatlash imkoniyatlariga bergan subyektiv bahosini aks ettiradi. O'zbek jamiyatida qarindoshlik va mahalla institutlarining nisbatan rivojlanganligi ijtimoiy aloqalarning to'liq uzilib ketishiga to'sqinlik qilishi mumkin. Shunga qaramay, ayrim oilalarda emotsional yaqinlikning susayishi, muloqotning rasmiy tus olishi va birgalikdagi faoliyatning kamayishi mavjud ijtimoiy aloqalarning psixologik sifatini zaiflashtirishi ehtimoldan xoli emas.

Atrofdagilar tomonidan tushunilmaslik shkalasi bo'yicha o'rtacha qiymat 9,87 ballni tashkil etdi. Mazkur shkala bo'yicha standart og'ishning boshqa yo'nalishlarga nisbatan yuqoriroq bo'lishi respondentlar o'rtasida sezilarli individual tafovutlar mavjudligini ko'rsatadi. Bu holat ayrim oilalarda turmush o'rtoqlar bir-birining hissiy ehtiyojlari, kechinmalari va psixologik holatini yetarli darajada anglayotganini, boshqa oilalarda esa tinglanmaslik, emotsional javobsizlik, psixologik uzoqlashuv va o'zaro tushunmovchilik kuchliroq namoyon bo'layotganini anglatadi. Aynan tushunilmaslik hissi oilaviy emotsional alienatsiyaning dastlabki, nozik va diagnostik jihatdan sezgir indikatorlaridan biri sifatida namoyon bo'ladi. Demak, o'zbek oilalarida yolg'izlik barcha respondentlarda bir xil mazmun va intensivlikda uchraydigan universal holat emas. U oilaning kommunikativ muhiti, er-xotin o'rtasidagi emotsional yaqinlik, nikoh munosabatlarining sifati, turmush davomiyligi, oilaviy rollarning taqsimlanishi, ijtimoiy qo'llab-quvvatlash imkoniyatlari hamda shaxsning individual-psixologik xususiyatlariga bog'liq ravishda differensial tarzda shakllanadi. Tavsiflovchi statistik natijalar o'zbek oilalarida yolg'izlik uchta o'zaro bog'liq psixologik komponentning uyg'unlashuvi asosida namoyon bo'lishini ko'rsatdi. Salbiy emotsional kechinmalar shaxsning ichki ruhiy holati va hissiy farovonligini, ijtimoiy aloqalarning buzilishi oilaning kommunikativ salohiyati hamda shaxsning ijtimoiy integratsiyasini, atrofdagilar tomonidan tushunilmaslik esa er-xotin va boshqa oila a'zolari o'rtasidagi emotsional yaqinlik sifatini ifodalaydi. Mazkur komponentlarning o'zaro birikishi oilaviy emotsional alienatsiyaning shakllanish va rivojlanish mexanizmlarini tushuntirishda muhim nazariy hamda amaliy ahamiyat kasb etadi.

Bizningcha, olingan natijalar o'zbek oilalarida yolg'izlikning asosiy manbai ijtimoiy aloqalarning mutlaq yo'qligi emasligini ko'rsatadi. Aksincha, mavjud munosabatlarning psixologik sifati, er-xotin o'rtasidagi emotsional ochiqlik, o'zaro tushunish, qabul qilinish va hissiy qo'llab-quvvatlash darajasi hal qiluvchi ahamiyatga ega. Inson keng qarindoshlik va ijtimoiy aloqalar tizimida yashashi mumkin, biroq yaqinlari tomonidan emotsional jihatdan tushunilmaslik va qo'llab-quvvatlanmaslik, baribir chuqur subyektiv yolg'izlikni boshdan kechirishi mumkin.

Kolmogorov-Smirnov mezon bo'yicha olingan natijalar barcha uchala shkala ko'rsatkichlarining normal taqsimot qonuniyatidan statistik jihatdan ahamiyatli darajada og'ishini ko'rsatdi. Eng yuqori qiymat ijtimoiy aloqalarning buzilishi shkalasida qayd etildi ($Z=6,123$; $p < 0,01$). Ushbu natija mazkur shkala bo'yicha empirik taqsimotning normal taqsimotdan boshqa komponentlarga nisbatan kuchliroq og'ganini bildiradi. Bu holat respondentlarning ijtimoiy integratsiya, kommunikativ faollik va shaxslararo aloqalar sifati bo'yicha bir xil taqsimlanmaganini ko'rsatishi mumkin. Ayrim respondentlar keng va faol ijtimoiy tarmoqqa ega bo'lsa, boshqalarida qarindoshlar, do'stlar yoki yaqin insonlar bilan muloqot sezilarli darajada cheklangan bo'lishi ehtimol. Mazkur vaziyatga mehnat migratsiyasi, urbanizatsiya, iqtisodiy

bosim, kasbiy bandlikning ortishi, kundalik vaqt tanqisligi va raqamli kommunikatsiyaning bevosita muloqotdan ustun kelishi kabi zamonaviy ijtimoiy omillar ta'sir ko'rsatishi mumkin. Bunday sharoitlarda ijtimoiy aloqalar son jihatidan saqlanib qolgan bo'lsa-da, ularning emotsional mazmuni va qo'llab-quvvatlovchi funksiyasi pasayishi mumkin.

Salbiy emotsional kechinmalar shkalasi bo'yicha ($Z=5,555$; $p<0,01$) qiymati qayd etildi. Ushbu natija mazkur shkala ko'rsatkichlarining ham normal taqsimotga mos kelmasligini ko'rsatadi. Respondentlarning bir qismida yolg'izlik qisqa muddatli emotsional noqulaylik, ranjish yoki kayfiyatning pasayishi ko'rinishida namoyon bo'lsa, boshqalarida u davomli ruhiy tushkunlik, ichki bo'shliq, xavotir, emotsional himoyasizlik va psixologik izolyatsiya shaklida kechishi mumkin. Ushbu tafovutlar oiladagi emotsional yaqinlik darajasi, er-xotin kommunikatsiyasining sifati, shaxsning psixologik resurslari va mavjud qo'llab-quvvatlash tizimlarining turlicha ekanligi bilan izohlanadi.

Atrofdagilar tomonidan tushunilmaslik shkalasi bo'yicha olingan ($Z=4,678$; $p<0,01$) qiymati qolgan ikki yo'nalishga nisbatan pastroq bo'lsa-da, statistik jihatdan ahamiyatli hisoblanadi. Bu ko'rsatkich respondentlarning yaqinlari tomonidan tushunilish darajasi ham bir xil emasligini tasdiqlaydi. Ayrim respondentlar o'z fikr va kechinmalarini yaqinlariga erkin ifodalashi hamda ulardan mos emotsional javob olishi mumkin. Boshqalar esa tinglanmaslik, qabul qilinmaslik yoki hissiy ehtiyojlarining inkor etilishini boshdan kechirishi ehtimol. Psixologik jihatdan tushunilmaslik hissiy oilaviy emotsional alienatsiyaning eng sezgir belgilaridan biridir. Chunki inson ko'plab ijtimoiy munosabatlarga ega bo'lishiga qaramay, turmush o'rtog'i yoki boshqa oila a'zolari tomonidan hissiy jihatdan anglanmasa, o'zini ichki jihatdan yolg'iz va psixologik ajralgan his qilishi mumkin. Natijalarning mazmuniy tahlili yolg'izlikning uchala komponenti bir-birini to'ldiruvchi yaxlit psixologik tizimni hosil qilishini ko'rsatadi. Mazkur jarayon ehtimoliy ravishda quyidagi ketma-ketlikda rivojlanishi mumkin: dastlab shaxs o'zini yaqinlari tomonidan yetarlicha tushunilmagan va qabul qilinmagan deb his qiladi; keyinchalik uning kommunikativ faolligi pasayib, oilaviy va ijtimoiy aloqalarning subyektiv sifati zaiflashadi; bu jarayon uzoq davom etganda esa salbiy emotsional kechinmalar kuchayib, barqaror subyektiv yolg'izlik va emotsional alienatsiya shakllanadi.

Jadval-2

O'zbek oilalaridagi er-xotinlarda subyektiv yolg'izlik namoyon bo'lishining jins tafovutlari ($n=1200$)

Shkalalar	Erkaklar (N-600)	Ayollar (N-600)	Mann-Uitni U mezon	p (ishonchlilik darajasi)
Salbiy emotsional kechinmalar	369,52	831,48	41411,5	0,001**
Ijtimoiy aloqalarning buzilishi	626,27	574,73	164539,0	0,010*
Atrofdagilar tomonidan tushunilmaslik	427,78	773,22	76366,5	0,001**

Izoh: * - $p<0,05$, ** - $p<0,01$.

Subyektiv yolg'izlik va emotsional alienatsiya komponentlarining erkaklar hamda ayollarda bir xil namoyon bo'lmasligini ko'rsatadi. Uchala shkala bo'yicha aniqlangan tafovutlar statistik ahamiyatga ega bo'lib, oilaviy munosabatlardagi psixologik uzoqlashuvning gendarga xos mexanizmlar asosida rivojlanishini tasdiqlaydi. Salbiy emotsional kechinmalar shkalasida ayollarning o'rtacha rangi 831,48, erkaklarning o'rtacha rangi esa 369,52 ni tashkil etdi ($U=41411,5$; $p<0,01$). Mazkur natija ayollarda oilaviy yolg'izlikning emotsional-affektiv tarkibiy qismi erkaklarga nisbatan ancha kuchli namoyon bo'lishini ko'rsatadi. Ayollar oilaviy munosabatlarda emotsional yaqinlik, tinglanish, qadrlanish, empatik munosabat va hissiy qo'llab-quvvatlashga yuqori psixologik ehtiyoj sezadilar. Ushbu ehtiyojlarining yetarli darajada qondirilmasligi ichki bo'shliq, ranjish, xavotir, ruhiy tushkunlik va emotsional himoyasizlik kechinmalarini kuchaytirishi mumkin. Demak, ayollarda emotsional alienatsiya ko'proq munosabatlarning miqdoriy cheklanganligi bilan emas, balki mavjud oilaviy aloqalarning hissiy sifati yetarli emasligi bilan bog'liq. Turmush o'rtog'i bilan muntazam muloqot mavjud bo'lsa ham, unda samimiylik va empatik javob yetishmasa, ayol o'zini psixologik jihatdan yolg'iz his qilishi mumkin.

Ijtimoiy aloqalarning buzilishi shkalasida erkaklarning o'rtacha rangi 626,27, ayollarniki esa 574,73 ni tashkil etdi ($U=164539,0$; $p<0,01$). Erkaklarda yolg'izlikning ijtimoiy-kommunikativ komponenti ayollarga nisbatan kuchliroq namoyon bo'lishini ko'rsatadi. Erkaklarning ijtimoiy qo'llab-quvvatlash tizimi ko'pincha kasbiy jamoa, do'stlar davrasi, ijtimoiy mavqe va turmush o'rtog'i bilan munosabatlar atrofida shakllanadi. Mazkur aloqalarning qisqarishi yoki psixologik sifatining pasayishi ularda guruhliq mansublik, ijtimoiy ahamiyatlilik va qo'llab-quvvatlanish hissining susayishiga olib kelishi mumkin. Erkaklarning hissiy qiyinchiliklarini oshkor etmasligi, yordam so'rashdan tiyilishi va muammolarni mustaqil hal qilishga intilishi ijtimoiy izolyatsiyani yanada chuqurlashtiradi. Natijada mavjud aloqalar soni yetarli bo'lsa ham, ular real psixologik yordam manbayiga aylanmasligi mumkin. Shu tariqa erkaklarda emotsional alienatsiya kommunikativ chekinish va ijtimoiy tarmoqning funksional zaiflashuvi orqali rivojlanadi.

Atrofdagilar tomonidan tushunilmaslik shkalasida ayollarning o'rtacha rangi 773,22, erkaklarning o'rtacha rangi esa 427,78 ni tashkil etdi ($U=76366,5$; $p<0,01$). Ayollar o'z hissiy holati, ehtiyojlari, fikrlari va ichki kechinmalari yaqinlari tomonidan yetarli darajada anglanmayotganini erkaklarga nisbatan kuchliroq his qilishlarini ko'rsatadi. Ayol o'z kechinmalarini ochiq ifodalashi mumkin, biroq turmush o'rtog'i tomonidan empatik munosabat o'rniga tanqid, maslahat berish, befarqlik yoki muammoni ahamiyatsizlashtirish kuzatilsa, tushunilmaslik hissi yanada kuchayadi. Mazkur holatda oddiy eshitish bilan psixologik tushunish bir xil jarayon emas. Turmush o'rtog'i ayolning so'zlarini eshitishi, ammo uning hissiy holatini qabul qilmasligi yoki unga mos emotsional javob bermasligi mumkin. Natijada tashqi kommunikatsiya

saqlanib qolgan bo'lsa-da, ichki emotsional almashinuv buziladi va psixologik masofa ortadi. Ayollarda emotsional alienatsiya, avvalo, salbiy emotsional kechinmalar va tushunilmaslik hissi orqali namoyon bo'lishini ko'rsatadi. Erkaklarda esa uning nisbatan ustuvor komponenti ijtimoiy aloqalarning buzilishi va kommunikativ chekinish bilan bog'liq.

Yakuniy qism. O'zbek oilalarida emotsional alienatsiyaning shakllanishi, avvalo, oilaviy tizimda emotsional yaqinlik, o'zaro tushunish, kommunikativ ochiqlik va psixologik qo'llab-quvvatlashning qay darajada ta'minlanganligi bilan belgilanadi. Oila a'zolari o'rtasidagi munosabatlarda hissiy almashinuvning susayishi, empatik javobning yetishmasligi, tinglanmaslik va qadrlanmaslik hissining kuchayishi shaxslararo psixologik masofaning ortishiga olib keladi. Natijada tashqi jihatdan yaxlit ko'ringan oilada ham ichki emotsional uzilish, subyektiv yolg'izlik va begonalashuv holatlari rivojlanishi mumkin. Oilaviy munosabatlarning barqarorligi hamkorlik, o'zaro ishonch, mas'uliyatni adolatli taqsimlash, oilaviy rollarni muvofiqlashtirish va emotsional birdamlikni saqlash tamoyillariga asoslanadi. Er-xotin o'rtasida qarorlarni birgalikda qabul qilish, hissiy ehtiyojlarni ochiq ifodalash, turmush o'rtog'ining nuqtayi nazarini qabul qilish va o'zaro psixologik ko'mak ko'rsatish emotsional alienatsiyaning oldini oluvchi muhim himoya resurslari hisoblanadi. Aksincha, kommunikativ chekinish, hissiy javobsizlik, rigid gender stereotiplari va oilaviy vazifalarning nomutanosib taqsimlanishi psixologik uzoqlashuvni kuchaytiradi. Empirik natijalar emotsional alienatsiyaning psixologik arxitektonikasi erkaklar va ayollarda bir xil emasligini ko'rsatdi. Ayollarda salbiy emotsional kechinmalar hamda atrofdagilar tomonidan tushunilmaslik hissi yuqoriroq namoyon bo'lgan. Bu ayollarda emotsional alienatsiya, avvalo, hissiy yaqinlik, empatik munosabat, tinglanish va psixologik qo'llab-quvvatlanish ehtiyojlarining yetarlicha qondirilmaligi bilan bog'liqligini ko'rsatadi. Erkaklarda esa ijtimoiy aloqalarning buzilishi nisbatan yuqori bo'lib, bu ularning alienatsiya holati kommunikativ chekinish, ijtimoiy integratsiyaning susayishi va qo'llab-quvvatlash tarmog'ining torayishi orqali rivojlanishga moyilligini anglatadi.

Shunday qilib, ayollarda emotsional alienatsiyaning ustuvor mexanizmi hissiy qoniqmaslik va tushunilmaslik orqali, erkaklarda esa ijtimoiy-kommunikativ aloqalarning zaiflashuvi orqali namoyon bo'ladi. Mazkur gender tafovutlari biologik jinsning bevosita natijasi emas, balki gender ijtimoiylashuvi, oilaviy rollar, madaniy kutishlar, his-tuyg'ularni ifodalash me'yorlari va ijtimoiy qo'llab-quvvatlashdan foydalanish xususiyatlari bilan bog'liq murakkab psixologik jarayon sifatida baholanishi lozim. Tadqiqot natijalariga ko'ra, o'zaro ishonch, emotsional yaqinlik, empatiya, kommunikativ kompetentlik, psixologik moslashuvchanlik, mas'uliyatlilik va oilaviy birdamlik emotsional alienatsiyaning oldini oluvchi asosiy determinantlar sifatida namoyon bo'ladi. Ushbu omillar er-xotin o'rtasidagi hissiy bog'liqlikni mustahkamlash, nizolarni konstruktiv hal etish, oilaviy rollarni qayta muvofiqlashtirish va shaxsning oilaviy munosabatlardagi psixologik xavfsizligini ta'minlashga xizmat qiladi. Xulosa qilib aytganda, o'zbek oilalarida emotsional alienatsiyani kamaytirish faqat nizolar sonini qisqartirish yoki oilaviy majburiyatlarni formal taqsimlash bilan cheklanmasligi kerak. Ushbu jarayon er-xotinning bir-birining hissiy ehtiyojlarini anglash, empatik tinglash, ochiq muloqot qilish, o'zaro qabul va qo'llab-quvvatlashni kuchaytirish hamda genderga xos psixologik ehtiyojlarni hisobga olish orqali amalga oshirilishi lozim.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati

- [1] Davis, M. H. Adolescent loneliness, self-disclosure, and private self-consciousness: a longitudinal investigation / M. H. Davis, S. L. Franzoi // *Journal of Personality and Social Psychology*. — 1986. — Vol. 51, No. 3. — P. 595–608. — DOI: 10.1037/0022-3514.51.3.595.
- [2] Jackel, U. Partnerwahl und Eheerfolg: Eine Analyse der Bedingungen und Prozesse ehelicher Sozialisation in einem rollentheoretischen Ansatz / U. Jackel. — Stuttgart : Enke, 1980. — 129 S.
- [3] Jerusalem, M. Selbstkonzept, Ängstlichkeit und Sozialklima von jugendlichen Migranten / M. Jerusalem // *Arbeitsberichte des Instituts für Psychologie*. — Berlin : Freie Universität Berlin, 1987. — Nr. 1. — 82 S.
- [4] Lamm, H. Zur Messung von Einsamkeit: Entwicklung einer deutschen Fassung des Fragebogens von Russell und Peplau / H. Lamm, E. Stephan // *Psychologie und Praxis: Zeitschrift für Arbeits- und Organisationspsychologie*. — 1986. — Bd. 30. — S. 132–134.
- [5] Noelle-Neumann, E. Allensbacher Jahrbuch der Demoskopie, 1978–1983 / E. Noelle-Neumann, E. Piel. — Bd. VIII. — München : K. G. Saur, 1983. — 716 S.
- [6] Solano, C. H. Loneliness and patterns of self-disclosure / C. H. Solano, P. G. Batten, E. A. Parish // *Journal of Personality and Social Psychology*. — 1982. — Vol. 43, No. 3. — P. 524–531. — DOI: 10.1037/0022-3514.43.3.524.
- [7] Axmedova, D. O. Migratsiya davrida insonning ruhiy jarohati: sabablari va oqibatlar / D. O. Axmedova // *O'zMU xabarlari — Вестник НУУз — Acta NUUz*. — 2024. — № 1/1.10.1. — B. 46–48.
- [8] Axmedova, D. O. Xotin-qizlar mehnat migratsiyasi: ijtimoiy-psixologik yondashuvlar va tahlili / D. O. Axmedova // *Inter Education & Global Study*. — 2024. — Vol. 3, № 4 (1). — B. 390–398. — URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/xotin-qizlar-mehnat-migratsiyasi-ijtimoiy-psixologik-yondashuvlar-va-tahlili> (мурожаат санаси: 22.07.2026).
- [9] Yangibaeva, D. R. Modern socio-psychological trends in the study of emotional alienation / D. R. Yangibaeva // *Maktabgacha va maktab ta'limi*. — 2026. — № 7 (2). — P. 219–224. — ISSN 3060-4613.