

IJTIMOY PSIXOLOGIK MOSLASHUV ILMIY TAHLIL OBYEKTI SIFATIDA

Jabborova Musharraf Zafarbek qizi

Qo'qon Universiteti Andijon filiali assistenti

Andijon davlat universiteti doktoranti

Annotatsiya: maqolada ijtimoiy psixologik moslashuv jarayonini ilmiy tahlil obyekti sifatida o'rganilishi, uning asosiy yo'nalishlari, ilmiy tahlil usullari, va tadbiiq qilinishi haqida tahlil qilingan.

Kalit so'zlar: Ijtimoiy psixologik moslashuv, kognitiv moslashish, xulq atvorning moslashuvi, akkulyatsiya, ijtimoiy identifikatsiya, stress, ijtimoiy guruh, integratsiyalashuv, marginallashuv, hissiy resurs

Аннотация: В статье анализируется процесс социально-психологической адаптации как объект научного анализа, его основные направления, методы научного анализа и применения.

Ключевые слова: социально-психологическая адаптация, когнитивная адаптация, поведенческая адаптация, аккумуляция, социальная идентификация, стресс, социальная группа, интеграция, маргинализация, эмоциональный ресурс

Annotation: The article analyzes the process of social psychological adaptation as an object of scientific analysis, its main areas, methods of scientific analysis, and application.

Keywords: Social psychological adaptation, cognitive adaptation, behavioral adaptation, accululation, social identification, stress, social group, integration, marginalization, emotional resource.

Ijtimoiy psixologik moslashuv ijtimoiy va atrof-muhitdagi o'zgarishlarga javoban shaxslarning o'z fikrlari, xatti-harakatlari va his-tuyg'ularini qanday o'zlashtirishini o'rganishni anglatadi. Tadqiqotchilar ijtimoiy rollarning o'zgarishi, madaniy o'tishlar, stressli hayotiy hodisalar kabi turli ijtimoiy kontseptsiyalarga moslashish mexanizmlari, jarayonlari va natijalarini tahlil qilib chiqqanlar. Bu soha shaxs va guruhlarda ham o'zlashtirish dinamikasini tushunish uchun psixologiyaning ko'p sohalariga, shu jumladan ijtimoiy, kognitiv va madaniy psixologiyaga tayanadi.

Kognitiv moslashish: Tadqiqotchilar shaxslarning yangi yoki qiyin ijtimoiy vaziyatlarga ongli ravishda qanday moslashishini o'rganadi. Bunga odamlar o'zgarayotgan muhit yoki ijtimoiy stresslarga javoban o'z fikrlarini qanday talqin qilishlari, baholashlari va o'zgartirishlari kiradi. Kognitiv qayta qurish va baholash nazariyasi kabi kognitiv nazariyalar ko'pincha shaxslarning stress, noaniqlik va yangi ijtimoiy rollarni qanday boshqarishini o'rganish uchun ishlatiladi.

Xulq-atvorining moslashishi: Xulq-atvori moslashishini o'rganish odamlarning o'z xatti-harakatlari va o'zaro ta'sirini yangi ijtimoiy yoki madaniy kontseptsiyalarga yaxshiroq moslashtirishga qaratilgan. Buning uchun yangi ijtimoiy ko'nikmalarni o'rganish, yangi normalarni qabul qilish yoki kundalik xatti-harakatlarni ijtimoiy umidlarga moslashtirish kerak bo'lishi mumkin. Tadqiqotlar ko'pincha muhojirlar, qochqinlar yoki marginallashgan guruhlar o'z

xatti-harakatlarini hukmron madaniy yoki ijtimoiy muhitga moslashish uchun qanday o'zgartirishini o'rganadi.

Hissiy va psixologik tartibga solish. Ijtimoiy psixologik moslashuvda, xususan, shaxslarning ijtimoiy qiyinchiliklarga stress, tashvish va boshqa hissiy javoblarni boshqarishida hissiy tartibga solish muhim rol o'ynaydi. Olimlar psixologik stressni kamaytirish va yangi yoki qiyin ijtimoiy vaziyatlarda muvozanatni oshirish uchun adaptiv bardosh berish mexanizmlari (masalan, muammoni hal qilish, ijtimoiy qo'llab-quvvatlashga intilish) qanday ish bilan ta'minlanganligini tahlil qiladilar.

Akkulturatsiya. Ijtimoiy psixologik moslashuvning eng ko'p o'rganiladigan omillaridan biri akkulyatsiya bo'lib, unda shaxslarning boshqa madaniy muhitga ko'chib kelganda yoki yashaganda yangi madaniyatga qanday moslashishi tekshiriladi. Jon V. Berrining¹ akkulyatsiya modeli tez-tez shaxslarning assimilyatsiya, integratsiya, ajralish yoki marginallasuv kabi strategiyalar orqali dastlabki madaniyatini saqlash va yangisiga integratsiya qilish o'rtasida qanday muzokara olib borishini tahlil qilish uchun ishlatiladi.

Ijtimoiy psixologik moslashuv ham ijtimoiy o'ziga xoslik bo'yicha tahlil qilinadi. Bunda shaxslarning ijtimoiy guruhga aloqadorligi va rollaridagi o'zgarishlarga qanday moslashishi tekshiriladi. Ijtimoiy o'ziga xoslik nazariyasi shaxslarning ijtimoiy guruhlarga qo'shilganda yoki tark etganda qanday moslashishini, ularning o'z-o'zini his qilishiga guruh a'zoligi va ijtimoiy turkumlanishlar qanday ta'sir qilishini o'rganadi.

O'zgaruvchanlik tushunchasi, ya'ni ijtimoiy yoki psixologik stressdan tuzalish qobiliyati ijtimoiy psixologik moslashuvni tushunishda markaziy o'rin tutadi. Tadqiqotchilar jismoniy shaxslarning ishdan mahrum bo'lish, sog'liqni saqlash inqirozi yoki shaxsiy qiyinchiliklar kabi o'zgarishlarni bartaraf etish uchun o'zgaruvchanlikni qanday rivojlantirganini o'rganadi. Bardoshlilik tadqiqotlari ko'pincha xulq-atvor xususiyatlari, ijtimoiy qo'llab-quvvatlash va bardosh berish strategiyalari kabi qiyinchiliklarga qaramay, adaptiv bardosh berish va ijobiy natijalarni targ'ib qiluvchi omillarni tushunishni o'z ichiga oladi.

Tadqiqotchilar madaniy, ijtimoiy va institutsional omillarning ijtimoiy psixologik moslashuvga qanday ta'sir qilishini tahlil qiladilar. Masalan, jamiyat normalari, qadriyatlar va tuzilmalari integratsiya va ijtimoiy birdamlikni qo'llab-quvvatlashiga qarab moslashish jarayonini osonlashtirishi yoki to'sqinlik qilishi mumkin. Bu o'rinda madaniy psixologiyani o'rganishda turli madaniy kontseptsiyalar odamlarning fikrlash, o'zini tutishi va moslashish yo'llarini qanday shakllantirishi, ko'pincha individualistik va kollektivistik jamiyatlarni qiyoslashiga e'tibor qaratiladi. Ijtimoiy psixologik moslashuv tadqiqoti quyidagicha tadbiiq qilinadi.

1. Immigratsiya va akkulyatsiya. Bu boradagi tadqiqotlar muhojirlar, qochoqlar va xorijliklarga yangi madaniy va ijtimoiy muhitga moslashayotib yordam berishga qaratilgan siyosat va aralashuvlarni ma'lum qilishga yordam beradi. Migratsiya va madaniy o'tishning psixologik ta'sirini tushunishimizga ham hissa qo'shadi.

2. Salomatlik va farovonlik. Ijtimoiy psixologik moslashuv ko'pincha sog'liqni saqlash sharoitida, xususan, shaxslarning surunkali kasallikka, nogironlikka yoki sog'liq bilan bog'liq

¹ Berry, J.W. (1997) Immigration, Acculturation, and Adaptation. Applied Psychology: An International Review, 46, 5-34.
<https://doi.org/10.1111>

hayot o'zgarishlariga qanday moslashishida o'rganiladi. Odamlar sog'liqni saqlash qiyinchiliklariga qanday moslashishini tushunish bemorlarga g'amxo'rlik qilish va psixologik aralashuvlarni yaxshilashi mumkin.

3. Tashkiliy va ish joyiga moslashish. Tashkiliy psixologiyada xodimlarning ish joyidagi o'zgarishlarga qanday bardosh berishini tushunish uchun moslashish juda muhimdir. Masalan, yangi rollar, rahbarlik yoki tashkiliy qayta qurish. Ushbu sohadagi tadqiqotlar inson resurslari amaliyoti va xodimlarning chidamliligi va farovonligini rag'batlantirish strategiyalarini ma'lum qiladi.

Inqiroz va ofatlarga javob berish: Ijtimoiy psixologik moslashuv bo'yicha tadqiqotlar, shuningdek, odamlarga inqirozlar, tabiiy ofatlar yoki travmatik hodisalarni engishda yordam berishga qaratilgan aralashuvlar haqida xabar beradi. Odamlarning travmaga psixologik jihatdan qanday moslashishini tushunish yanada samarali qo'llab-quvvatlash xizmatlari va jamoatchilik o'zgaruvchanligi dasturlariga olib kelishi mumkin.

Ijtimoiy psixologik moslashuv, o'rganishning ilmiy ob'ekti sifatida, shaxs va guruhlarning ijtimoiy va atrof-muhitdagi qiyinchiliklarga moslashishiga imkon beruvchi kognitiv, hissiy va xulq-atvorli jarayonlarning keng doirasini qamrab oladi. Olimlar turli nazariy shart-sharoitlar va tadqiqot usullarini qo'llash orqali moslashish qanday sodir bo'lishini, uning muvaffaqiyatiga qanday omillar ta'sir qilishini va uni akkulyatsiya, ish joyidagi o'tishlar, sog'liqni saqlash inqirozlari va travmatik hodisalar kabi turli kontseptsiyalarda qanday osonlashtirish mumkinligini tahlil qiladilar.

Ushbu tadqiqot siyosat, ruhiy salomatlikka aralashuvlar va tashkiliy rivojlanish uchun amaliy ahamiyatga ega bo'lib, insonning o'zgaruvchanligi va ijtimoiy faoliyatni chuqurroq tushunishga hissa qo'shmoqda. Bir nechta tadqiqotchilar ijtimoiy psixologik moslashuvni o'rganishga o'z hissalarini qo'shdilar, shaxslar va guruhlarning yangi ijtimoiy muhit, stresslar va madaniy kontseptsiyalarga qanday moslashishini o'rganib chiqdilar.

Bir nechta tadqiqotchilar ijtimoiy psixologik moslashuvni o'rganishga o'z hissalarini qo'shdilar, shaxslar va guruhlarning yangi ijtimoiy muhit, stresslar va madaniy kontseptsiyalarga qanday moslashishini o'rganib chiqdilar.

Jon V. Berri akkulyatsiya sohasidagi eng mashhur tadqiqotchilardan biri, ijtimoiy psixologik moslashuvning asosiy yo'nalishi asoschisi. U muhojirlar, qochoqlar va ibtidoiy xalqlar turli madaniy muhitga qanday moslashishi va bu strategiyalar ruhiy salomatlik, shaxs va ijtimoiy faoliyatga qanday ta'sir qilishini o'rgangan. Berrining akkulturatsiya modeli (Berri modeli) shaxslarning yangi madaniyatga moslashishda qo'llaydigan to'rtta asosiy strategiyasini o'zida mujassam qiladi: assimilyatsiya, ajratish, integratsiya va marginallashuv. Syuzan Folkman & Richard Lazar². Ular stressli yoki o'zgaruvchan ijtimoiy vaziyatlarga moslashishning asosiy tarkibiy qismlari sifatida hissiy tartibga solishni tushunishga va bardosh berishga hissa qo'shdilar, stress va bardosh berishning tranzaksion modeli bo'yicha ishlari bilan yaxshi tanilgan. Bu esa odamlar o'z muhitida stressorlarga psixologik jihatdan qanday moslashishini tushuntiradi.

² Достижение Психология Ричард Г. Лазар 26.07.2014

Ularning modeli shaxslarning stressli vaziyatlarni qanday baholashiga va stressni boshqarish uchun foydalanadigan bardosh berish mexanizmlariga qaratilgan.

Hazel Royz Markus³ hamda Shinobu Kitayama- madaniy psixologiyaga oid tadqiqotlari va o'z-o'zini anglash tushunchalari (masalan, mustaqil va o'zaro bog'liq) odamlarning turli madaniy va ijtimoiy muhitlarga moslashishiga qanday ta'sir qilishini o'rganganlar. Ular madaniy kontseptsiyalar odamlarning o'zini va boshqalarni sezish yo'lini qanday shakllantirishini, bu tasavvurlar ijtimoiy moslashuvga qanday ta'sir qilishini, xususan, shaxslar madaniyatlar o'rtasida harakatlarini o'rganib chiqdilar.

Maykl J. Uord, Roderik N Gilmore⁴ moslashishda ijtimoiy o'ziga xoslik va guruh dinamikasi juda muhim rol o'ynaydi, ayniqsa guruhga a'zo bo'lish yoki shaxsning o'zgarishini talab qiladigan muhitlarda deb tariflaydilar.

Ushbu tadqiqotchilar ijtimoiy identifikatsiya nazariyasi va uning moslashishdagi roliga e'tibor qaratdilar.

Ular shaxslarning ijtimoiy guruh dinamikasiga qanday moslashishini va ularning muayyan ijtimoiy guruhlar bilan tannarxi ularning xatti-harakatlari va qarashlariga qanday ta'sir qilishini o'rganib chiqdilar. Pol T. P. Vong⁵ tadqiqotlari odamlarga stress, yo'qotish va muhim hayotiy o'zgarishlarni bartaraf etishga yordam berishda o'zgaruvchanlik va ma'noni anglatishning roliga qaratilgan Vongning ishi ekzistensial psixologiya va ijobiy psixologiyaga, xususan, ma'no-mazmuniy jarayonlar shaxsning hayotiy qiyinchiliklarga moslashishiga qanday yordam beradi. Uning Ma'noni boshqarish nazariyasi shuni ko'rsatadiki, ijtimoiy muhitdagi o'zgarishlarga moslashish maqsad va ma'no hissini topish yoki saqlashdan iborat. Erving Goffman Uning ta'limotida shaxslarning institutsional sharoitlarda yoki kundalik hayotda turli ijtimoiy rollar va umidlarga qanday moslashishi tadqiq etiladi. Goffmanning o'z-o'zini namoyish etish va dramaturgik nazariyaga oid ishlarida kishilarning o'zlarini boshqalarga taqdim etish yo'lini boshqarish orqali ijtimoiy vaziyatlarga qanday moslashishi tekshirilgan.

Uning tadqiqotlari ijtimoiy rollar va kontseptsiyalar individual xatti-harakatlar va o'zlikni qanday shakllantirishini ta'kidlaydi. Roy Baumeister Yu ning faoliyati murakkab ijtimoiy muhitlarni yo'lga qo'yishda shaxslarning aqliy va hissiy resurslardan qanday foydalanishini tushunishda muhim ahamiyatga ega. Baumeisterning o'z-o'zini tartibga solish va egoni yo'qotilishi bo'yicha tadqiqotlari shaxslarning his-tuyg'ulari, fikrlari va xatti-harakatlarini boshqarish orqali ijtimoiy qiyinchiliklarga qanday moslashishiga oydinlik kiritdi. U ijtimoiy moslashuvda, ayniqsa, yangi muhitga moslashishda yoki ijtimoiy stressni bartaraf etishda o'z-o'zini nazorat qilishning rolini o'rganib chiqdi.

Amelie Quesnel-Valle⁶ shaxslar ijtimoiy moslashuvini shakllantirishda ijtimoiy tuzilmalar va sog'liqni saqlash roli haqida keng tadqiqotlar olib borildi. Uning faoliyati ko'pincha

3. Маркус, Х. Р. и Китаяма, С. (1991). Культура и личность: последствия для познания, эмоций и мотивации.

4. Маркус, Х. Р. и Китаяма, С. (1991). Культура и личность: последствия для познания, эмоций и мотивации

5. Wong, P. T. P., Weiner, B. (1981). Когда люди задают вопросы «почему» и эвристика атрибутивного поиска. Журнал личности и социальной психологии, 40 (4), 650-663. [Цит. По 1133]

6. Quesnel-Vallée, A., & McDonough, P. (1 января 2012 г.). Режимы социального обеспечения, здоровье населения и неравенство в области здравоохранения: исследовательский синтез. Журнал эпидемиологии и общественного здравоохранения, 66, 5, 397-409.

moslashish kontekstida, xususan, muhojir va marginallashtirilgan populyatsiyalarda ijtimoiy tengsizlik va sog'liqni saqlash natijalariga qaratilgan. U ijtimoiy tuzilmalar va sog'liqni saqlash tizimlari shaxslarning yangi muhitga moslashish va to'siqlarni bartaraf etish qobiliyatiga qanday ta'sir qilishini tekshiradi. Ushbu tadqiqotchilar, boshqalar qatorida, odamlar stress va madaniy o'zgarishlarni qanday bartaraf etishdan tortib, o'ziga xoslik, ijtimoiy tuzilmalar va moslashish jarayonlarida o'zgaruvchanlik roligacha bo'lgan ijtimoiy psixologik moslashuvning turli jihatlarini o'rganib chiqdilar.

Foydalanilgan adabiyotlar:

1. Berry, J.W. (1997) Immigration, Acculturation, and Adaptation. *Applied Psychology: An International Review*, 46, 5-34. <https://doi.org/10.1111>
2. Достижение Психология Ричард Г. Лазар 26.07.2014
3. Stress, appraisal, and coping Сюзан Фолькман, Ричард Лазарус
4. Маркус, Х. Р. и Китаема, С. (1991). Культура и личность: последствия для познания, эмоций и мотивации.
5. Wong, P. T. P., Weiner, B. (1981). Когда люди задают вопросы «почему» и эвристика атрибутивного поиска. *Журнал личности и социальной психологии*, 40 (4), 650-663. [Цит. По 1133]
6. Представление себя другим в повседневной жизни / Пер. с англ. и вступ. статья А. Д. Ковалева. — М.: Канон-Пресс-Ц, Кучково поле, 2000.
7. Анализ фреймов: Эссе об организации повседневного опыта / Под ред. Г. С. Батыгина и Л. А. Козловой; вступ. статья Г. С. Батыгина. — М.: Ин-т социологии РАН, 2004. — ISBN 5-93947-011-4
8. Рой Баумайстер Идентичность: культурные изменения и борьба за себя (1986).
9. Quesnel-Vallée, A., & McDonough, P. (1 января 2012 г.). Режимы социального обеспечения, здоровье населения и неравенство в области здравоохранения: исследовательский синтез. *Журнал эпидемиологии и общественного здравоохранения*, 66, 5, 397-409.