



## **YOSHLARDA YOLG'IZ QOLISHGA BERILIB KETISH**

**Mamadaliyev Muhammad ali Xamidullo o'g'li**

University of Business and Science nodavlat oliy ta'lim muassasasi

Pedagogika - psixologiya yo'nalashi 22-13 guruh talabasi

**Bobayeva Ziyodaxon Maxamadjon qizi**

Ilmiy rahbar:

University of Business and Science nodavlat oliy ta'lim muassasasi

Pedagogika va psixologiya kafedrasi katta o'qituvchisi

<https://doi.org/10.5281/zenodo.14274310>

**Annotatsiya:** ushbu maqolada yolg'iz qolish sabablari va ularni bartaraf etish yo'llari haqida yoritib berilgan. Yolg'izlikning salbiy asoratlari hamda uning muammolari haqida keltirib o'tilgan.

**Kalit so'zi:** yolg'izlik, odamlar, holat, hissiyot, kommunikatsiya. Fobiya, konsepsiya.

**Аннотация:** в этой статье рассказывается о причинах одиночества и способах их преодоления. Цитируется о негативных осложнениях одиночества, а также о его проблемах.

**Ключевое слово:** одиночество, люди, состояние, эмоции, общение. фобия, зачатие.

Yolg'izlik insoniyat jamiyatida keng tarqalgan muammo. Doimiy ravishda boshqa odamlar tomonidan o'ralgan yirik shaharlarning aholisi bunga moyil. Har doim kimdir bilan bo'lish odati yolg'izlikdan qo'rqishning asosiy sababi bo'lishi mumkin. Shuning uchun odamlar ko'pincha bu holatdan qo'rqishadi. Ushbu fobiya bilan kurashish uchun avvalo uning nomini bilishingiz kerak. Odamlar o'zlariga savol berishadi: "Yolg'iz qolish qo'rquvining nomi nima?".

Yolg'izlik - yolg'iz qolgan odamning holatidir. Boshqa odamlardan haqiqiy yoki xayoliy kommunikativ izolyatsiya sharoitida bo'lgan odamning holati va hissi, ijtimoiy aloqalarning uzilishi, u uchun mazmunli muloqotning yo'qligi. Bu konsepsiya doirasida ikki xil [hodisa](#) ajralib turadi — ijobiy (yolg'izlik) va salbiy (izolyatsiya) yolg'izlik, lekin ko'pincha yolg'izlik tushunchasi salbiy ma'noga ega.

Yolg'izlik ruhiy kasallik va ijtimoiy muammo sababi bo'lishi mumkin.

Yolg'izlikni tasvirlash muammosi turli tadqiqotchilar tomonidan ushbu konsepsiyani turli talqinlari bilan bog'liq: yolg'izlik va ijtimoiy izolyatsiya hissi; ekzistensial qidiruv bilan bog'liq majburiy izolyatsiya va ixtiyoriy yolg'izlikning og'riqli tajribasi. Yolg'izlik hissi tartibga solish funksiyasini bajaradi va shaxsga shaxslararo aloqalarning optimal darajasini tartibga solishga yordam beradigan qayta aloqa mexanizmiga kiradi.



XXI – asrning daslabki 25 yilidamiz o'zingizga ma'lumki hozirgi zamon bundan 10 yil oldingisidan ancha rivojlanib ketdi. Xususan bu rivojlanishni barcha sohalarda ko'rishimiz mumkin, masalan fan, texnika, tehnalogiyalar hayot tarzimiz ham tezlashib ketdi. hattoki yoshlarni biologik va jismoniy balog'atga yetishi ham tezlashdi, bu esa yoshlarda erta nikohga olib keldi va har bir juftliklarda bo'lgani kabi farzand tug'ishi ham erta sodir bo'lmoqda bazi yoshlar bunga tayyor lekin ko'plari bunga tayyor emas, ya'ni hali o'zi bola bo'lib turib yana bolalik bo'lib qolishi ularnig ruhiyatiga salbiy ta'sir etmoqda, yosh kelin va kuyovlar ruhiy holatida: agressiya, siqilish, depressiya, harakter o'zgarishlari, yolg'iz qolishga inlitishning oshishiga olib kelmoqda. Buning asosiy sababi esa yoshlarni hali oilaga taoyyor bolmaslaridan nikohlanishlari bo'lyapti.

Kuzatuvga olingan oilamiz bundan 1 yil oldin turmush qurgan yoshlar, bolalar desa ham bo'laveradi.

**Kuyov ma'lumotlari**

**Yoshi:** 18 yoshda

**Ma'lumoti:** o'rta maxsus (avtomobil sohasida o'qigan)

**Oilasi:** katta oila (ota-ona, bobo-buvi, aka-ukalar)

**Ish joyi:** avtomobilga butlovchi qismlarni ishlab chiqarish kichik korhonasida ishchi

**Harakter:** ko'rsatchichlari ham yaxshi og'ir bosiq to'g'ri yurib ish qiladigan bola

Uylangungacha spirtli ichimliklar va tamaki maxsulotlar istemoli ham yoq edi.

**Qiz ma'lumotlari**

**Yoshi:** 18 yoshda

**Ma'lumoti:** o'rta maxsus (tibbiyot yo'nalishida o'qigan)

**Oilasi:** katta oila (ota-ana, bobo-buvi, yolg'iz farzand)

**Ish joyi:** xususiy kasalhonada yordamchi hamshira

**Harakteri:** unda ham huddi bolaga o'xshashib ketadi og'ir bosiq kam gap ishni vaqtida qiladigan.

Bu oilani buzilishiga 1 yilni o'zi kifoya qigani achinarli. buning asosiy sababi esa yoshlarni bir birlarini tushunmasliklari hali oila qiyinchililariga tayyor bo'lmaganligidur. Kelinni kuzatish noqulay bo'lganligi uchun faqat bolani yani kuyovni kuzatdim. Bu juftlikning dastlabki 6 oylik hayoti oddiy o'tdi odatiy oila hammasi 7 oydan qizda ya'ni kelin homilador bo'lgandan so'ng boshlandi deyish mumkin. Chunki homiladorligi uchun kuyov bola ishlashi to'xtatishi uyda



otirishini aytgach hammasi o'zgarib ketdi. Oldingi kelindan asar ham yoq edi. Huddi bir boshqa dunyodan kelib qolgandek kuyovni har kuni so'roq savol qilishlar uning ishlaridan oilasidan kamchililar topishlar ortiqcha injiqlik, agressiv xulq qizda ya'ni kelinda shakllandi.

Binobarin bu xarakter o'zgarishlariga javoban bolaning harakteri ham o'zgara boshlani endi kuyov uyga iloji boricha kech borishga yoki bormaslikka harakat qilardi, ko'p vaqtini yo'lg'iz o'tkazish uning hayot tarziga aylanayotgandi. Hamma narsa yetmagandek spirtli ichimliklar istemoli va tamaki chekishga ruju qo'ya boshladi. Bir kun kuyov bola bilan suhbatlashgandim

### **Suhbat**

Men. Nega bunaqa bo'lib qolding?

Kuyov. Oilaviy muommmolar.

Men. Bundan boshqa yechim yoqmi?

Kuyov. Topolmadim.

Men. Har qananqa muommoni hal qilish mumkin, nima bo'lyapti o'zi?

Kuyov. Zerikdim har kuni uyimda janjal ishdan kelib ozroq dam ololmiman. Ayolim keraksiz joydan baxona topadi. Shunga uyga borgim ham kelmayapti.

Men. Shunga shunaqa ichishing kerakmi.

Kuyov. ichsam sal bo'lsa ham unutyapman muommolarni deb uxlab qoldi uni shunday tashlab ketolmadim lekin bu ahvolda uyiga ham olib borib bo'lmasdi chunki uyidagilari ham ayoli ham ichib chekishini bilmasdi. Yaxshiyam hali endi boshlagan ko'p ichmagan ekan 1-2 soatda o'ziga keldi keyim hammomga olib bordim va uyiga ketdi.

Haftaning deyarli har kuni shu axvol kechi soat 8 da ishdan chiqsa to'g'ri soy bo'yida otiradi bironta sheriksiz. Faqat ishida tungi smenada ish bop qolsagina bunday bo'lmaydi.

Lekin oxir oqibat kelin kuyovni ichib chekayotganini bilib qoldi va o'z ota uyiga ketib qoldi. Kuyov ham uni qaytargisi yoq chunki endi tinch hayotga erishgandi. Faqat bitta umid bu tug'ulajak farzand balki shu orqali oila hana tiklanar buni vaqt ko'rsatadi.

### **Foydalanilgan adabiyotlar:**

1. Ali Mamadaliyev, M., & Bobayeva, Z. (2024). O'SMIRLAR YOSHLARDA AGRESSIV XULQ-ATVORNING VAQTINCHALIK VA DAVOMLI SHAKLLANISHIGA TA'SIR ETUVCHI OMILLAR. Евразийский журнал социальных наук, философии и культуры, 4(2), 68-72.



2. Nurmatjon o'g'li, T. J. (2024). PEDAGOGIK NIZOLAR VA ULARNI SAMARALI HAL ETISH YO'LLARI. SCIENTIFIC APPROACH TO THE MODERN EDUCATION SYSTEM, 3(27), 94-97.
3. Bobayeva, Z. M. Q. (2023). Boshlang'ich sinf o'quvchilarining intellektual qobiliyatlarini rivojlantirish. Science and Education, 4(2), 973-977.
4. Мансурова, Г. Р. (2024). ВЛИЯНИЕ ПРОКРАСТИНАЦИИ И ЛЕНИ НА СФЕРУ ПСИХИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ ЛИЧНОСТИ. JOURNAL OF CHILD PSYCHOLOGY AND PSYCHIATRY, 7(5), 77-82.
5. Kizi, B. Z. M. (2023). THE DEVELOPMENT OF LOGICAL THINKING OF YOUNGER SCHOOLCHILDREN IN THE LESSONS OF THE SURROUNDING WORLD. European International Journal of Multidisciplinary Research and Management Studies, 3(06), 186-189.
6. Musayeva, S. I. (2024). ADVANTAGES AND DISADVANTAGES OF INTERACTIVE METHODS INTRODUCING THE CLT (COMMUNICATIVE LANGUAGE TEACHING) APPROACH. World Scientific Research Journal, 32(1), 217-219.
7. Musayeva, S. I., & Mengliyeva, S. S. (2022). Kursantlarning madaniyatlararo rivojlantirish.
8. Nurmatjon o'g'li, T. J. (2024). O'SMIR YOSHLAR O'RTASIDAGI GIYOHVANDLIKNI VA ALKOGOLIZIMNI OLDINI OLISH PROFILAKTIKASI. THEORY AND ANALYTICAL ASPECTS OF RECENT RESEARCH, 3(26), 271-283

