



Тревожность проявляется в боязни общения, страхе перед тестированием и отрицательной оценкой, негативно влияя на успеваемость и мотивацию. Понятия аффекта, академического стресса и страха рассматриваются в рамках теории достиженьческих эмоций Пекруна, с акцентом на роль преподавателя в создании позитивного аффективного климата.

Ключевые слова: тревожность при изучении иностранного языка, FLA, аффект, овладение вторым языком, академический стресс, эмоциональные факторы, боязнь общения, тревожность перед тестированием, страх отрицательной оценки, когнитивные факторы, теория достиженьческих эмоций, FLCAS, академический страх, позитивный аффект, психологический конструктор

Xorijiy tilni o'zlashtirish (Second Language Acquisition — SLA) jarayoni nafaqat kognitiv, balki emotsional omillar bilan ham chambarchas bog'liqdir. Dastlabki tadqiqotlarda asosan bilim va ko'nikmalar rivojiga e'tibor qaratilgan bo'lsa, keyingi yillarda emotsiya, affekt va xavotir kabi psixologik omillar muhim tadqiqot mavzusiga aylandi. Dewaele va Li ta'kidlagan¹ "Emotsiyadan qochish bosqichi"ning 1980-yillargacha davom etgani bunga misoldir.

Xorijiy til xavotiri (Foreign Language Anxiety — FLA) ushbu yo'nalishdagi eng muhim emotsional konstruktardan biri bo'lib, Horwitz, Horwitz va Cope (1986) tomonidan ilmiy jihatdan tavsiflangan². FLA muloqotdan qo'rqish, test xavotiri va salbiy baholanishdan qo'rqish kabi holatlarda namoyon bo'lib, til o'rganish samaradorligiga ta'sir qiladi. Akademik stress va affekt omillari esa bu jarayonni yanada murakkablashtiradi.

Emotsiya (lotincha — larzaga keltiraman) — odam va hayvonlarning tashqi va ichki qo'zg'atuvchilarga nisbatan subyektiv reaksiyalari bo'lib, qoniqish, quvonch, qo'rquv kabi shakllarda namoyon bo'ladi³. SLA sohasida emotsiyalar uzoq yillar e'tibordan chetda qolgan; Dewaele va Li bu davrni "Emotsiyadan qochish bosqichi" deb ataydi.

Affekt (lot. affectus — ruhiy hayajon) — qisqa muddatli, "portlash" tarzida namoyon bo'ladigan kuchli hissiy holat bo'lib, ong doirasi torayadi va xulqni nazorat qilish qobiliyati yo'qoladi. Garrett va Young (2009) ta'kidlaganidek⁴, affekt tushunchasi sinf muhitidagi muhokamalarida ko'pincha chetda qolgan; o'qituvchining asosiy vazifasi esa o'quvchilarda ijobiy affektni shakllantirishdir.

Stress (inglizcha — bosim, kuchlanish) — organizmning nospetsifik reaksiyasi bo'lib, G. Selye tomonidan 1936-yilda tibbiyotga kiritilgan. Xorijiy til darslarida

¹ Dewaele, J.-M., & Li, C. (2021). Emotions in second language acquisition: A critical review and research agenda. *Foreign Language Annals*, 54(3), 1–24.

² Horwitz, E. K., Horwitz, M. B., & Cope, J. (1986). Foreign language classroom anxiety. *The Modern Language Journal*, 70(2), 125–132.

³ <https://uz.wikipedia.org/wiki/Emotsiya>

⁴ Garrett, P., & Young, R. (2009). Theorizing affect in foreign language learning. *Modern Language Journal*, 93, 209–226.





akademik stress imtihon bosimi, tanqid va tengdoshlar oldida xato qilish sababli yuzaga keladi; Saito va Samimy (1996) tadqiqoti ko'rsatganidek, bu stress umumiy akademik stress darajasidan yuqori bo'lishi mumkin.

Xavotir (anxiety) — kelajakdagi voqealar sababli yuzaga keladigan ichki bezovtalik holati bo'lib, mavjud tahdidga javob bo'lgan qo'rquvdan farqli o'laroq, oldindan kutish bilan bog'liqdir. Xorijiy til o'rganish bilan bog'liq xavotir "ikkinchi/xorijiy til xavotiri" deb ataladi va o'quvchilarning maqsad tilida muloqot ko'nikmalarini shakllantirishiga to'sqinlik qiladi.

Akademik qo'rquv — aniq bir o'quv vaziyatiga (imtihon, og'zaki javob, baholash) nisbatan yuzaga keladigan, xavotirdan farqli o'laroq, aniqroq ob'ektga yo'naltirilgan emotsional reaksiya (Pekrun, 2006). Pekruning Achievement Emotion Theory (Muvaffaqiyat emotsiyalari nazariyasi) akademik qo'rquv, uyat, umidsizlik va zerikish kabi salbiy emotsiyalarni "akademik salbiy emotsiyalar" guruhiga birlashtiradi. Ushbu nazariyaga ko'ra, qo'rquv u yoki bu faoliyat natijasiga bog'liqlik (kontrollabildigi) va uni muhimligini baholash (qadriyat) o'zaro ta'siridan kelib chiqadi. Xorijiy til kontekstida o'quvchi til darsini muhim, lekin o'zini unga tayyorsiz his qilsa, akademik qo'rquv yuzaga keladi (Pekrun, Goetz, Titz va Perry, 2002)⁵.

Foreign Language Anxiety (FLA) — xorijiy tilni o'rganish jarayoniga xos alohida psixologik konstrukt sifatida birinchi marta Horwitz, Horwitz va Cope (1986) tomonidan ilmiy muomalaga kiritilgan. Ular FLA ni "xorijiy til darslari bilan bog'liq o'ziga xos o'z-o'zini anglash, e'tiqod, his-tuyg'ular va xulq-atvorlar kompleksi" deb ta'riflagan. FLA umumiy xavotirdan farq qiladi — u faqat til o'rganishda namoyon bo'ladigan, boshqa akademik sohalarida ko'rinmaydigan xos xavotir turi hisoblanadi. Dastlabki tadqiqotlar FLA va xorijiy tilni o'zlashtirishdagi muvaffaqiyat o'rtasidagi bog'liqlik borasida turlicha natijalarni ko'rsatgan: ayrim tadqiqotlar xavotir va muvaffaqiyat o'rtasida salbiy bog'liqlikni aniqlagan bo'lsa, boshqalari ijobiy bog'liqlikni yoki umuman bog'liqlik yo'qligini qayd etgan.

FLA ni tushuntirishning ikki asosiy yondashuvi mavjud:

1. Xavotir insonning asosiy emotsiyalaridan biri bo'lib, turli situatsion omillar kombinatsiyasi natijasida yuzaga keladi.

2. Xorijiy til xavotiri til o'rganishga xos bo'lgan alohida xavotir shakli bo'lib, boshqa xavotir turlarining birikmasi sifatida shakllanadi.

FLA ni o'lchash uchun turli tadqiqotchilar bir nechta metodik vositalardan foydalanganlar. Horwitz, Horwitz va Cope (1986) tomonidan ishlab chiqilgan 33 bandli Foreign Language Classroom Anxiety Scale (FLCAS) ko'plab tadqiqotlarda qo'llanilgan va uning ishonchliligi hamda validligi tasdiqlangan. Bundan tashqari, Pappamihel ingliz tilini ikkinchi til sifatida o'rganuvchilar uchun English Language Anxiety Scale dan foydalangan va xavotir darajalarida bir xil natijalarni aniqlagan. FLA boshqa xavotir turlari kabi quyidagi klinik belgilar bilan namoyon bo'ladi: terlash,

⁵ Pekrun, R. (2006). The control-value theory of achievement emotions. *Educational Psychology Review*, 18(4), 315–341.





yurak urishining tezlashishi, titrash, xavfsirash, tashvish, qo'rquv, tahdid hissi, diqqatni jamlash qiyinligi, unutulchanlik, "qotib qolish", fikrning to'satdan yo'qolishi hamda qochishga moyillik. Hashemi va Abbasi (2013) tadqiqotida ishtirokchilar o'z xavotir belgilarini quyidagicha tasvirlaganlar: yuzning qizarishi, terlash, ovozning titrashi, juda tez yoki juda sekin gapirish, kaftlarni ishqalash, past natijalar, kamroq ifodaviylik, taqdimot vaqtida qog'oz yoki ekrandan o'qish sababli ko'z bilan kam aloqa qilish va boshqalar. O'quvchilar ko'pincha ularning xorijiy til bo'yicha bilim va ko'nikmalari boshqalar tomonidan baholanadigan vaziyatlarni eng stressli holatlar deb hisoblaydilar. Ular xato qilishdan qo'rqadilar va natijada o'qituvchi tomonidan sinfdoshlar oldida tuzatilishdan xavfsiraydilar.

Horwitz (1986) xorijiy til faoliyati bilan bog'liq uch turdagi xavotirni ajratib ko'rsatadi:

1. Communication apprehension — muloqotdan qo'rqish;
2. Test anxiety — test yoki imtihon xavotiri;
3. Fear of negative evaluation — salbiy baholanishdan qo'rqish.

Communication apprehension odamlar bilan gaplashish, boshqalar oldida nutq so'zlash va guruh ichida muloqot qilishdan xavotirlanishni anglatadi. Bu nafaqat gapirishdan qo'rqishga, balki boshqalarning nutqini tushuna olmaslik qo'rquviga ham olib keladi.

Test anxiety muvaffaqiyatsizlikdan qo'rqish natijasida yuzaga keladi. Bu o'quvchilarning o'z oldilariga xorijiy tilni mukammal darajada egallash kabi yuqori talablarni qo'yishi bilan bog'liq.

Fear of negative evaluation esa o'quvchilarning har qanday vaziyatda boshqalar tomonidan salbiy baholanishini kutishi bilan izohlanadi.

Xulosa qilib aytadigan bo'lsak, xorijiy tilni o'rganish jarayoni ko'p qirrali bo'lib, unda emotsional omillar — emotsiya, affekt, stress va xavotir — o'quvchining muvaffaqiyatiga bevosita ta'sir ko'rsatadi. FLA ning muloqotdan qo'rqish, test xavotiri va salbiy baholanishdan qo'rqish kabi ko'rinishlari o'quvchilarning til o'rganishdagi qobiliyatini cheklashi, kognitiv faollik samaradorligini pasaytirishi va motivatsiyasini so'ndirishi mumkin. Xorijiy tillarni o'rganayotgan o'quvchining o'z qobiliyatiga ishonchi va faoliyatni nazorat qila olish hissi FLA darajasini bevosita belgilaydi. Shu bois o'qituvchining vazifasi faqat bilim berish bilan cheklanmay, sinf muhitida xavfsiz, qo'llab-quvvatlovchi va ijobiy affektiv iqlimni shakllantirishni ham o'z ichiga olishi zarur.

Foydalanilgan adabiyotlar

1. Dewaele, J.-M., & Li, C. (2021). Emotions in second language acquisition: A critical review and research agenda. *Foreign Language Annals*, 54(3), 1–24.
2. Eysenck, M. W. (1979). Anxiety, learning, and memory: A reconceptualization. *Journal of Research in Personality*, 13(4), 363–385.
3. Hashemi, M., & Abbasi, M. (2013). The role of the teacher in alleviating anxiety in language classes. *International Research Journal of Applied and Basic Sciences*, 4(3), 640–646.





4. Pekrun, R. (2006). The control-value theory of achievement emotions. *Educational Psychology Review*, 18(4), 315–341.
5. Horwitz, E. K., Horwitz, M. B., & Cope, J. (1986). Foreign language classroom anxiety. *The Modern Language Journal*, 70(2), 125–132.
6. Garrett, P., & Young, R. (2009). Theorizing affect in foreign language learning. *Modern Language Journal*, 93, 209–226.
7. Saito, Y., & Samimy, K. K. (1996). Foreign language anxiety and language performance. *Foreign Language Annals*, 29(2), 239–249.
8. Sparks, R. L., & Ganschow, L. (1991). Foreign language learning differences. *The Modern Language Journal*, 75(1), 3–16.
9. Pekrun, R., Goetz, T., Titz, W., & Perry, R. P. (2002). Academic emotions in students' self-regulated learning. *Educational Psychologist*, 37(2), 91–105.
10. Vikipediya — Emotsiya, Affekt, Stress maqolalari.

