

AYOLLARDA AYBDORLIK HISSI VUJUDGA KELISHINING SABABLARI

Abdullayeva Nilufarxon Shukurjon qizi.
Psixologiya kafedrası o'qituvchisi

Annotatsiya. Mazkur maqolada ayollarda aybdorlik hissining paydo bo'lish sabablari nazariy jihatdan ko'rib chiqiladi. Aybdorlik hissini keltirib chiqaruvchi asosiy omillar hamda uning ayollarning psixologik holatiga ta'siriga doir ilmiy nazariyalar muhokama qilinadi. Ushbu tahlillar aybdorlik hissi muammosiga oid tadqiqotlar uchun nazariy asos yaratishga xizmat qiladi.

Tayanch so'zlar: aybdorlik hissi, aybdorlik hissining sabablari, ijtimoiy ta'sirlar, psixologik tahlil, nazariy yondashuv.

ПРИЧИНЫ, ПО КОТОРЫМ ЖЕНЩИНЫ ИСПЫТЫВАЮТ ЧУВСТВО ВИНЫ

Абдуллаева Нилуфархон Шукурджон кызы.
Преподаватель кафедры психологии

Аннотация. В данной статье теоретически рассматриваются причины возникновения чувства вины у женщин. Обсуждаются основные факторы, вызывающие чувство вины, а также научные теории, касающиеся его влияния на психологическое состояние женщин. Эти теоретические анализы служат основой для дальнейших исследований проблемы чувства вины.

Ключевые слова: чувство вины, причины чувства вины, социальные воздействия, психологический анализ, теоретический подход.

REASONS WHY WOMEN EXPERIENCE GUILT

Abdullaeva Nilufarkhon Shukurjon kyzy.
Lecturer, Department of Psychology

Abstract. This article theoretically examines the causes of guilt in women. The main factors causing guilt are discussed, as well as scientific theories concerning its influence on the psychological state of women. These theoretical analyses serve as a basis for further research on the problem of guilt.

Key words: sense of guilt, causes of sense of guilt, social influences, psychological analysis, theoretical approach.

Kirish.

Aybdorlik – bu murakkab va ko'p qirrali hissiyot bo'lib, u bir nechta emotsiyalarning o'zaro bog'liqligini ifoda etadi. Bu insonda ma'naviy zo'rqiqlash, o'z harakatlari yoki xatti-harakatlarini anglash va baholashda ziddiyatli holatni keltirib chiqaradi. Aybdorlik tushunchasi psixologiyada turlicha talqin qilinadi. Masalan, V.V.Stolin aybdorlik va uyat hissini shaxsning ichki ziddiyatlari va o'zini ayblash

tendensiyasi bilan bog'lagan I.I. Yalom ta'kidlaganidek, aybdorlik — bu shaxs o'z salohiyatini ochishda foydalanadigan vositadir. "Aybdorlik hissi" tushunchasi ko'pincha mualliflar tomonidan shaxsning boshqa murakkab kechinmasi – uyat bilan bog'liq holda o'rganiladi. Ayollarda aybdorlik hissi – bu shaxsning o'ziga nisbatan tanqidiy munosabati va ijtimoiy meyorlar, shaxsiy intilishlar yoki boshqalarning kutishlariga mos kelmaganlik hissini ifodalovchi murakkab emotsional holatdir. Ushbu his tufayli ayollarda o'ziga ishonchsizlik, emotsional charchoq va stress darajasining oshib borishi mumkin. Aybdorlik hissini keltirib chiqaruvchi omillar, asosan, jamiyatda mavjud bo'lgan ijtimoiy stereotiplar, genderga oid munosabatlar va shaxsning ijtimoiy aloqalaridagi o'zgarishlar bilan bog'liq. Ijtimoiy stereotiplar ayollardan ma'lum bir o'rnak yoki moslikni kutishga asoslangan, bu esa ularning shaxsiy qarorlari yoki harakatlariga shubha bilan qaralishiga olib keladi. Genderga oid munosabatlar esa ayollarga nisbatan qo'yilgan cheklovlar, jamiyatdagi rollarning aniq taqsimlanishi va mas'uliyat yuklatish orqali aybdorlik hissini kuchaytirishi mumkin. Bundan tashqari, shaxsiy ijtimoiy aloqalardagi o'zgarishlar, ya'ni oilaviy, ishchi yoki do'stlik munosabatlarida paydo bo'ladigan tanqidlar, kelishmovchiliklar yoki muhitning qo'llab-quvvatlamasligi ayollarda aybdorlik hissining paydo bo'lishiga olib keladi. Bu omillar birgalikda ayollarning emotsional holatiga jiddiy ta'sir o'tkazib, ularda aybdorlik hissini kuchaytiradi. Ayollarda aybdorlik hissining kelib chiqish sabablari va uning psixologik, ijtimoiy va madaniy jihatlari bo'yicha bir qator olimlar o'z tadqiqotlarini olib borgan. Aybdorlik hissi va uning psixologik tahlili bo'yicha avval olib borilgan tadqiqotlar mavjud. Aybdorlik hissi – bu shaxsning o'ziga nisbatan his qilgan tanqidiy hissi bo'lib, u turli ijtimoiy va psixologik omillar ta'sirida shakllanadi. Ayollarda aybdorlik hissining paydo bo'lishi, ko'p hollarda, genderga oid ijtimoiy kutilmalar va madaniy qadriyatlar bilan bog'liqdir. Ushbu holatni nazariy jihatdan tahlil qilganda, bir necha asosiy sabablarni ajratish mumkin, jumladan:

Gender stereotiplari va ijtimoiy kutuvlar. Jamiyatdagi ayollar haqidagi ijtimoiy stereotiplar ulardan muayyan xulq-atvor va harakatlarni kutishni talab qiladi. Jumladan, ayollardan hamisha eng mukammal oila a'zosi, farzand tarbiyalovchi, ishlab chiqarishda ham muvaffaqiyatli bo'lishlari kutiladi. Bu kutuvlar ayollarda o'zlarining harakatlari va qarorlariga nisbatan aybdorlik hissini paydo qiladi.

Ijtimoiy mas'uliyat va empatiya. Ayollar ko'pincha ijtimoiy mas'uliyatni o'z zimmasiga olishadi, jumladan, oiladagi qarorlarni qabul qilish va yaqinlarining ehtiyojlarini ta'minlash. Agar ayol o'zining mas'uliyatlari yoki vazifalarida muvaffaqiyatga erishmasa, u aybdorlik hissini sezishi mumkin. Ijtimoiy empatiya, ya'ni boshqalarning hissiyotiga sezgirlik, ayollarda aybdorlik hissini yanada kuchaytirishi mumkin, chunki ularning empatiyasi boshqalarga nisbatan ushbu hislarni ko'proq his qilishga olib keladi.

Shaxsiy intilishlar. Ayollar ko'pincha o'zlari uchun muayyan maqsadlar qo'yishadi va bu maqsadlarga erishishda muvaffaqiyatsizlikka uchrasa, aybdorlik hissini sezishlari mumkin. Ayollar ko'pincha o'zlarining shaxsiy maqsadlariga erishish uchun jamiyat tomonidan qo'yilgan meyorlarga mos kelishga harakat

qilishadi, ammo ular o'ziga qo'ygan talablar va jamiyatning intilishlari o'rtasidagi ziddiyat aybdorlik hissining paydo bo'lishiga sabab bo'ladi.

Oilaviy va ijtimoiy munosabatlar. Oiladagi munosabatlar ayniqsa ayolning farzandlari va jamiyatdagi o'rni bilan bog'liq bo'lgan ishonchiliklar aybdorlik hissini shakllantirishi mumkin. Masalan, ayollar, ularning ijtimoiy rolini bajarishda yoki oiladagi vazifalarini ado etishda muvaffaqiyatsiz bo'lsa, aybdorlik hissini his qilishadi. Oiladagi haddan tashqari tanqid yoki qo'pol munosabatlar ham ayolda aybdorlik hissining paydo bo'lishini ishontirishi mumkin.

Psixologik omillar. Aybdorlik hissining paydo bo'lishida individual psixologik xususiyatlar ham muhim rol o'ynaydi. Misol uchun, ayollarda yuqori darajadagi o'zini tanqid qilish yoki o'z ehtiyojlarini ifodalashda muammolar bo'lishi mumkin. Bu holatlar ayollarning aybdorlik hissini sezishlariga olib kelishi mumkin. Ayni paytda ayollardagi o'zini past baholash va kimligini aniqlashdagi muammolar aybdorlik hissining shakllanishiga hissa qo'shishi mumkin.

Ayollarda aybdorlik hissining kelib chiqish sabablari ko'p va ularning shakllanishida ijtimoiy, psixologik va madaniy omillar muhim rol o'ynaydi. Bu sabablarning o'rganilishi ayollar psixologiyasiga oid tadqiqotlar uchun muhim ahamiyatga ega bo'lib, ularga shaxsiy va ijtimoiy psixologik davolash yoki qoliplashuvda ko'maklashishga yordam beradi. Ayollarda aybdorlik hissining shakllanishining sabablarini aniqlash, jamiyatda ayollar va erkaklarga bo'lgan yondashuvni yaxshilash va ularning psixologik holatini chuqurroq tushunishga yordam beradi. Aybdorlik hissi insonning o'z xatti-harakatlarining boshqalarga bo'lgan oqibatlarini anglash bilan bog'liq kechinmalarni o'z ichiga oladi. Zamonaviy psixologiyada aybdorlik hissini o'rganish shaxsning shaxsiy kechinmalaridan tortib, aybdor yoki jabrlanuvchining xulq-atvorini va etikasini qabul qilish va baholashgacha keng doirani qamrab oladi.

Yakuniy qism. Maqolada ayollarda aybdorlik hissining shakllanish sabablari va uning psixologik holatga ta'siri nazariy jihatdan tahlil qilindi. Aybdorlik hissining shakllanishida jinsiy va ijtimoiy rollarning, shuningdek, shaxsiy va ijtimoiy aloqalarning ahamiyatiga alohida e'tibor qaratildi. Aybdorlik hissi ayollarda ko'pincha jamiyatdagi stereotiplarga, ijtimoiy normaga va o'zlarini atrofdagilarga qanday ko'rsatishlariga qarab shakllanadi, bu esa ular o'zlarini ko'pincha aybdor deb his qilishlariga olib keladi. Bundan tashqari, aybdorlik hissining psixologik oqibatlari, jumladan, o'ziga past baho berish, depressiya va tashvishlarning ortishi, o'z huquqlarini himoya qilishda qiyinchiliklar yuzaga kelishi kabi salbiy ta'sirlar ko'rsatilgan. Aybdorlik hissi ayollarning psixologik farovonligiga jiddiy ta'sir o'tkazishi, ularning hayot sifatiga salbiy ta'sir qilish ehtimolini oshiradi. Maqolada keltirilgan tahlillar aybdorlik hissining shakllanishining ilmiy va amaliy jihatlarini yanada rivojlantirish va ayollarning psixologik farovonligini oshirish uchun yangi yondashuvlar va strategiyalarni ishlab chiqishda muhim ahamiyatga ega. Kelgusida ayollarda aybdorlik hissini kamaytirishga qaratilgan amaliy chora-tadbirlarni ishlab chiqish va psixologik yordam ko'rsatish, ayollarning o'zini anglash, o'z huquqlarini himoya qilish va psixologik farovonliklarini oshirishga yordam beradi.

Foydalangan adabiyotlar.

1. Berkovich L. Agressiya: sabablari, oqibatlari va nazorati. - Sankt-Peterburg, 2001. - B.232.
2. Karimova V.M. Ayollar va gender masalalari // Sog'lom avlod uchun, 2006, № 5.- 12-15 b.
3. Oksford Illustrated Entsiklopediyasi. 7-jild. – M.: “Akademiya”, 2002.167c
4. Volkova A.N. Nikohning xiyonatini o'rganish tajribasi // Psixologiya savollari. - M., 1989. - No 2. - B. 98-102.
5. Zabelina T.A. Ayol va zo'ravonlik. - M.: EKSMO-Press, 1995. – 105 b.
6. Ziyavutdinova, X.Sh., “O'zbek oilalarida turmush o'rtoqlar o'rtasidagi zo'ravonlikning ijtimoiy-psixologik xususiyatlari”. // Integrativ psixologiya byulleteni. Psixologlar uchun jurnal. No 23. Buxoro-Yaroslavl: MAPN, 2022. 130 b.
7. Mo'minov, A. “Madaniy-ma'naviy o'zlikni rivojlantirishning yetakchi tendentsiyalari. O'zbekiston xalqlari”. Jurnal: Scienceweb akademik maqolalar to'plami, 2020, №1, 5525-5538-betlar
8. Dawtry R.J., Cozzolino Ph.J., Callan M.J. I Blame Therefore It Was: Rape Myth Acceptance, Victim Blaming, and Memory Reconstruction // Personality and Social Psychology Bulletin. 2019. Jan. 11.
9. Ward S.J., King L.A. Gender Differences in Emotion Explain Women's Lower Immoral Intentions and Harsher