OLIY TA’LIM MUASSASALARI TALABALARIDA IMPOSTOR FENOMENI SHAKLLANISHINING IJTIMOIY-PSIXOLOGIK XUSUSIYATLARI

Kamilova Gulzoda Abdulatif qizi
O’zbekiston xalqaro islomshunoslik akademiyasi magistri
Gulzoda.2000@mail.ru

Annotatsiya

Maqolada oliy ta’lim muassasalari talabalarida impostor fenomeni (o’z yutuqlarini ichki qobiliyat bilan bog’lay olmaslik va “soxtalikda fosh bo’lish” qo’rquvi) shakllanishiga ta’sir ko’rsatuvchi ijtimoiy-psixologik omillar tahlil qilinadi. Oilaviy sotsializatsiya, akademik raqobat muhiti, ijtimoiy taqqoslash mexanizmi, madaniy me’yorlar va attributsiya uslubining fenomen shakllanishidagi o’rni ko’rib chiqiladi hamda oldini olishning psixologik yo’nalishlari taklif etiladi.

Kalit so’zlar: impostor fenomeni, talaba, ijtimoiy taqqoslash, perfeksionizm, attributsiya uslubi, akademik o’z-o’zini baholash, ijtimoiy-psixologik moslashuv.

Impostor fenomeni tushunchasi ilmiy muomalaga P. Clance va S. Imes tomonidan kiritilgan bo’lib, u yuqori natijalarga erishgan shaxslarning o’z muvaffaqiyatini o’z bilim va qobiliyati natijasi sifatida qabul qila olmasligi, uni omad, tasodif yoki atrofdagilarni chalg’itish bilan izohlashi hamda “haqiqiy qiyofasi ochilib qolishi”dan doimiy xavotirda bo’lishi bilan tavsiflanadi.[1] Keyingi tadqiqotlar bu holat klinik buzilish emas, balki muayyan ijtimoiy vaziyatlarda kuchayuvchi shaxslararo tajriba ekanini ko’rsatdi.[2]

[1] Clance P.R., Imes S.A. The imposter phenomenon in high achieving women: Dynamics and therapeutic intervention. *Psychotherapy: Theory, Research & Practice. — 1978. — Vol. 15, № 3. — P. 241–247*
[2] Sakulku J., Alexander J. The Impostor Phenomenon. *International Journal of Behavioral Science. — 2011. — Vol. 6, № 1. — P. 73–92*

Fenomenning talabalar muhitida o’rganilishi alohida dolzarblik kasb etadi. Tizimli sharhlar impostor tajribasining tarqalganlik ko’rsatkichi tanlanma va metodikaga qarab keng diapazonda o’zgarishini, biroq talabalar va boshlang’ich kasbiy faoliyat egalari orasida eng yuqori bo’lishini qayd etadi.[3] Buning sababi shundaki, aynan talabalik davri shaxsning kasbiy o’ziga xosligi shakllanadigan, baholash vaziyatlari zichlashadigan va yangi referent guruhga moslashuv talab etiladigan bosqichdir.

Oilaviy sotsializatsiya omili. Clance dastlabki tadqiqotlaridayoq oilaviy rollar taqsimotining ahamiyatini ta’kidlagan: bolaga “qobiliyatli” yoki aksincha “mehnatkash” yorlig’ining berilishi, aka-uka va opa-singillar bilan doimiy taqqoslash, shuningdek ota-onaning muhabbat va e’tirofni akademik natijaga bog’lab ko’rsatishi keyinchalik shaxsda o’zini qadrlashning tashqi mezonlarga bog’liq modelini shakllantiradi.[4] Bunday talabalar uchun har bir imtihon shaxsiy qadr-qimmat sinovi sifatida idrok qilinadi.

Akademik raqobat va ijtimoiy taqqoslash. L. Festingerning ijtimoiy taqqoslash nazariyasiga ko’ra, shaxs o’z qobiliyatini obyektiv me‘zon bo’lmaganda boshqalar bilan qiyoslash orqali baholaydi.[5] Oliy ta’lim muhitida reyting tizimi, grant o’rinlari uchun kurash va guruh ichidagi norasmiy ierarxiya “yuqoriga qarab taqqoslash”ni doimiy holga keltiradi. Natijada talaba o’z natijasini mutlaq emas, nisbiy tarzda idrok etadi va yuqori ko’rsatkichga erishganda ham uni yetarli deb hisoblamaydi.

Referent guruhga moslashuv va ijtimoiy maqom. Fenomen ayniqsa o’z muhitida "birinchi" bo’lgan talabalarda — oilada birinchi bo’lib oliy ta’lim olayotgan, viloyatdan poytaxt yoki chet el oliygohiga o’qishga kelgan, o’qitish tili ona tilidan farq qiluvchi talabalarda kuchli namoyon bo’ladi. Tadqiqotlar

[3] Bravata D.M. et al. Prevalence, Predictors, and Treatment of Impostor Syndrome: a Systematic Review. *Journal of General Internal Medicine. — 2020. — Vol. 35, № 4. — P. 1252–1275*
[4] Clance P.R. The Impostor Phenomenon: Overcoming the Fear That Haunts Your Success. *Atlanta: Peachtree Publishers, 1985. — 226 p*
[5] Festinger L. A Theory of Social Comparison Processes. *Human Relations. — 1954. — Vol. 7, № 2. — P. 117–140*

ozchilikni tashkil etuvchi yoki muhitga “begona” his qilayotgan talabalarda impostor tajribasi psixologik salomatlik ko’rsatkichlari bilan sezilarli bog’liqligini tasdiqlaydi.[6] Bu yerda asosiy mexanizm — guruhga mansublik hissining yetishmasligi (“men bu yerga tasodifan tushdim”).

Madaniy-normativ omil. Kollektivistik madaniyatda kamtarlik ijtimoiy ma’qullanadigan xulq me’yori hisoblanadi: o’z yutug’ini ochiq e’tirof etish “maqtanchoqlik” sifatida baholanishi mumkin. Dastlab himoya vazifasini bajaruvchi bu taqdimot strategiyasi vaqt o’tib interiorizatsiya qilinadi, ya’ni tashqi kamtarlik ichki ishonchsizlikka aylanadi.

Attributsiya uslubi va perfeksionizm. Impostor tajribasining o’zagini nomutanosib kauzal atributsiya tashkil etadi: muvaffaqiyat tashqi va beqaror omillarga (omad, topshiriqning yengilligi, o’qituvchining xayrixohligi), muvaffaqqiyatsizlik esa ichki va barqaror omilga (qobiliyatsizlik) bog’lanadi. Bu uslub perfeksionizm bilan mustahkamlanadi va ikki xil xulqiy siklni yuzaga keltiradi: haddan ortiq tayyorgarlik yoki, aksincha, prokrastinatsiya orqali “o’zini oqlash” imkoniyatini yaratish. Har ikki holatda ham natija muvaffaqiyat bilan yakunlansa, u qobiliyatga emas, sarflangan kuch yoki tasodifga yoziladi — shu tariqa sikl takrorlanadi.

Oqibatlari. Impostor tajribasi talabada emotsional charchoq, xavotir darajasining ortishi, akademik o’z-o’zini baholashning pasayishi bilan birga kechadi; u kasbiy motivatsiya va faoliyatdan qoniqish bilan salbiy bog’liqlikka ega.[7] Amaliy jihatdan eng xavfli oqibat — yordam so’rashdan qochish: talaba savol berishni “bilimsizligini fosh qilish” deb idrok etadi, bu esa bilimdagi bo’shliqlarning to’planishiga olib keladi.

[6] Cokley K. et al. An examination of the impact of minority status stress and impostor feelings on the mental health of diverse ethnic minority college students. *Journal of Multicultural Counseling and Development. — 2013. — Vol. 41, № 2. — P. 82–95*

[7] Neureiter M., Traut-Mattausch E. An Inner Barrier to Career Development: Preconditions of the Impostor Phenomenon and Consequences for Career Development. *Frontiers in Psychology. — 2016. — Vol. 7. — Article 48*

Impostor fenomeni talabada yakka shaxsiy xususiyat sifatida emas, balki oilaviy sotsializatsiya tajribasi, akademik muhitdagi baholash va raqobat tizimi, referent guruhga moslashuv darajasi hamda madaniy me'yorlar o'zaro ta'sirining natijasi sifatida shakllanadi. Shundan kelib chiqib, profilaktika ishlari ham shaxs, ham muhit darajasida olib borilishi maqsadga muvofiq:

1. oliygohlarning psixologik xizmatlarida attributsiya uslubini qayta shakllantirishga yo'naltirilgan kognitiv-xulqiy treninglar tashkil etish;
2. birinchi kurs talabalari uchun moslashuv dasturlari va tyutor-mentorlik tizimini kuchaytirish;
3. baholash mezonlarini shaffoflashtirish hamda taqqoslovchi reytingga qo'shimcha ravishda shaxsiy o'sish dinamikasini aks ettiruvchi ko'rsatkichlardan foydalanish;
4. guruh ichida impostor tajribasini ochiq muhokama qilish orqali uni "normallashtirish", ya'ni talabalarda bu his ko'pchilikka xos ekani haqidagi tasavvurni shakllantirish.

Foydalanilgan adabiyotlar

1. Clance P.R., Imes S.A. The imposter phenomenon in high achieving women: Dynamics and therapeutic intervention. *Psychotherapy: Theory, Research & Practice. — 1978. — Vol. 15, № 3. — P. 241–247.*

2. Sakulku J., Alexander J. The Impostor Phenomenon. *International Journal of Behavioral Science. — 2011. — Vol. 6, № 1. — P. 73–92.*

3. Bravata D.M. et al. Prevalence, Predictors, and Treatment of Impostor Syndrome: a Systematic Review. *Journal of General Internal Medicine. — 2020. — Vol. 35, № 4. — P. 1252–1275.*

4. Clance P.R. The Impostor Phenomenon: Overcoming the Fear That Haunts Your Success. *Atlanta: Peachtree Publishers, 1985. — 226 p.*

5. Festinger L. A Theory of Social Comparison Processes. *Human Relations. — 1954. — Vol. 7, № 2. — P. 117–140.*

6. Cokley K. et al. An examination of the impact of minority status stress and impostor feelings on the mental health of diverse ethnic minority college students. *Journal of Multicultural Counseling and Development. — 2013. — Vol. 41, № 2. — P. 82–95.*

7. Neureiter M., Traut-Mattausch E. An Inner Barrier to Career Development: Preconditions of the Impostor Phenomenon and Consequences for Career Development. *Frontiers in Psychology. — 2016. — Vol. 7. — Article 48.*