GENDER TENGLIK VA O’ZINI ANGLASH

Xaydarova Sayyora Chinaliyevna
Guliston davlat universiteti
https://doi.org/10.5281/zenodo.23292784

Annotatsiya. *Ushbu maqolada zamonaviy jamiyatda muhim mavzularidan biri bo‘lgan gender tengligi yoritiladi. Inson ruhiyati va shaxsiy taraqqiyoti ko‘p jihatdan jamiyatdagi turli xil kutilmalarga bog‘liq. Bundan tashqari turli xil bosimlarga duch kelganda inson o‘zini qanday anglashi kerakligi yoritilib o‘tiladi.*

Kalit so‘zlar: *gender tengligi, o‘zini anglash, jamiyat, ruhiy holatlar, gender stereopidlari.*

Аннотация: *В этой статье обсуждается гендерное равенство, одна из важнейших тем в современном обществе. Психология человека и личностное развитие во многом зависят от различных ожиданий в обществе. Кроме того, в ней обсуждается, как человек должен понимать себя, сталкиваясь с различными давлениями.*

Ключевые слова: *гендерное равенство, самосознание, общество, психические состояния, гендерные стереотипы.*

Annotation: *This article discusses gender equality, one of the most important topics in modern society. Human psychology and personal development are largely dependent on various expectations in society. In addition, it discusses how a person should understand themselves when faced with various pressures.*

Keywords: *gender equality, self-awareness, society, mental states, gender stereotypes.*

Gender tenglik jamiyatimizda muhokamaga sabab bo‘ladigan mavzulardan biri hisoblanadi. Hatto hozirgi kunda ham bu mavzu bo‘yicha turli xil uchrashuvlar va munozaralar bo‘lmoqda. Jamiyatda har bir yosh avlodning o‘z o‘rni bor. Xoh u erkak bo‘lsin, xoh ayol kishi.

Oldingi davrlarda qiz bolani na o‘qishga na ishga qo‘yishgan.Chunki ularda qiz bola o‘qib dunyoni olib bermaydi degan fikr mavjud bo‘lgan. Oradan ancha vaqt o‘tdi, texnika va texnologiya takomillashdi undan tashqari ta’lim sifati yaxshilandi. Hozirgi kunga kelib hayotimizni yarmini talaba qizlar va ishlayotgan ayollar tashkil qiladi. Universitetlarda o‘g‘il bolalarga qaraganda qiz bolalar ko‘proq ta‘lim olmoqda. Hatto ish bilan ta‘minlangan ayollar safi ham kengayib bormoqda. Prezindentimiz tomonidan ayol va qizlarga juda ko‘p imkoniyatlar yaratib bermoqda. Masalan, turli davlat grandlari, davlat stipendiyalari yo kreditlar ajratib bermoqda.

Gender – xotin-qizlar va erkaklar o‘rtasidagi munosabatlarning jamiyat hayoti va faoliyatining barcha sohalarida, shu jumladan siyosat, iqtisodiyot, huquq, mafkura va madaniyat, ta‘lim hamda ilm-fan sohalarida namoyon bo‘ladigan **ijtimoiy jihat hisoblanadi**.

Gender tenglik tushunchasi jamiyat hayoti va faoliyatining barcha sohalarida, shu jumladan siyosat, iqtisodiyot, huquq, madaniyat, ta‘lim, ilm-fan, sport munosabatlarida xotin-qizlar va erkaklarning huquq hamda imkoniyatlarining tengligini anglatadi.

Gender tengligi va **jinsiy tenglik,** aniqrog‘i: **erkaklar va ayollar o‘rtasidagi tenglik** — bu oilada va jamiyatda erkaklar va ayollar o‘rtasida teng huquqlarga erishishni nazarda tutadigan tushuncha va boshqa qonuniy munosabatlar. Ba’zi tadqiqotchilarning fikriga ko‘ra , gender tengligi — bu patriarxal tizimdan keyingi ijtimoiy-jinsiy munosabatlarning keyingi bosqichi.

Gender tengligi tamoyili insonning shaxs sifatida paydo bo‘lishiga to‘sqinlik qiladigan barcha ijtimoiy to‘siqlarni o‘rganish va yo‘q qilish, shuningdek, hayotning barcha sohalarida erkakalar va ayollar shaxsiyatini o‘rganish uchun teng ijtimoiy imkoniyatlarni yaratishdan iborat.

Endi **gender stereotiplari**ga to‘xtaladigan bo‘lsak. Ular 3 guruhga bo‘linadi

Birinchisi maskulinlik/feminlik (yoki femininlik) stereotiplari. Boshqacha aytganda, bu **mardlik, latofatlik stereotiplari** deb ataladi.

Birinchi guruhdagi gender stereotiplarni mardlik va latofatlik haqidagi tasavvurlar aksini topgan muayyan shaxsiy fazilatlar va ijtimoiy-psixologik xususiyatlar yordamida erkaklar va ayollarni tasniflovchi stereotiplar sifatida belgilash mumkin.

•Masalan, ayollarga passivlik, bog‘liqlik, emotsionallik kabi xususiyatlar, erkaklarga esa-faollik, mustaqillik, kompetentlik, jahldorlik va hokazolar xos.

Gender stereotiplarning **ikkinchi guruhi** oilaviy, **professional va boshqa sohalarda muayyan ijtimoiy rollarni** mustahkamlash bilan bog‘liq. Ayollarga, odatda, asosiy rollar sifatida oilaviy (ona, uy bekasi, turmush o‘rtog‘i) rollar, erkaklarga esa professional rollar belgilanadi.

• Erkaklar o‘z kasb-korida erishgan yutuqlariga qarab, ayollar esa-oilasi va bolalari mavjudligiga qarab baholanadi.

Gender stereotiplarining **uchinchi guruhi** erkaklar va ayollar o‘rtasidagi farqlikni **mehnatning muayyan turlari** bilan shug‘ullanish jarayonida o‘z ifodasini topgan. Jumladan, erkaklarga odatda ijodiy va yaratuvchanlik xarakteriga ega instrumental soha faoliyatidagi mashg‘ulot va kasblar, ayollarga esa- bajaruvchi va xizmat ko‘rsatuvchi xarakteri bilan farqlanuvchi ekspressiv sohalar xos deb hisoblanadi. Shuning uchun "erkaklarga xos" va "ayollarga xos", deb ataluvchi kasblar mavjudligi to‘g‘risidagi fikr keng tarqalgan.

Jamiyat erkaklar va ayollarga nisbatan an’anaviy rollarni yuklaydi. Masalan, erkaklar kuchli, mustaqil va rasyonalligini namoyish etishi, ayollar esa mehribon, hissiy va uy ishlari bilan band bo‘lishi kerak degan tasavvurlar mavjud. Ushbu stereotiplar shaxsning o‘zini anglash jarayoniga ta‘sir qiladi: inson jamiyat talablariga moslashishga harakat qilgani sari ichki erkinligi cheklanadi. Bu insonlarga shunday psxilogik ta‘sir ko‘rsatadi:

Ayollar ijtimoiy bosim tufayli o‘z qobiliyatlarini past baholashlari mumkin.

Erkaklar esa hissiy zaiflikni ko‘rsatishdan qo‘rqib, stress va depressiyaga moyil bo‘lishadi. Ikkala jins vakillari ham jamiyatning kutilmalariga javob berishga intilib, o‘z haqiqiy istaklarini rad etishlari mumkin.

Jamiyatdagi gender rollari inson ruhiyatida ichki konfliktlarni keltirib chiqarishi mumkin. Masalan, ayollar martaba sari intilishni xohlasa, lekin ular an’anaviy oilaviy vazifalar bilan cheklansa, o‘zini noqulay his qiladi. Erkaklar esa oilaviy hayot va kasbiy faoliyat o‘rtasida muvozanat topishda qiyinchiliklarga duch kelishlari mumkin.

Natijalar: O‘zini anglash jarayoni murakkablashadi, inson o‘ziga bo‘lgan ishonchini yo‘qotishi mumkin. Psixologik stress, depressiya va xavotir kuchayishi mumkin. Shaxsiy taraqqiyotga to‘siq bo‘luvchi ichki ziddiyatlar yuzaga keladi.

Gender tenglik jamiyatda har bir inson o‘zini erkin anglash va rivojlantirish imkoniyatiga ega bo‘lishini anglatadi.

Tadqiqotlar shuni ko‘rsatadiki, gender tenglik yuqori bo‘lgan jamiyatlarda:

Insonlarning o‘ziga bo‘lgan ishonchi yuqori bo‘ladi. Stress darajasi kamayadi, depressiya kamroq uchraydi. Ayollar va erkaklar o‘zlarini jamiyatning to‘laqonli a‘zosi sifatida his qilishadi. Psixologlar gender tenglikning psixologik farovonlikka ijobiy ta‘sirini ta‘kidlaydi.

Odamlar ijtimoiy stereotiplardan xoli bo‘lganda, ular o‘z istaklarini erkin ro‘yobga chiqarishlari mumkin.

Jamiyatdagi gender tenglikni ta‘minlash uchun quyidagi psixologik strategiyalar tavsiya etiladi:

Stereotiplarga qarshi kurashish. O‘z shaxsiy qobiliyatlarini aniqlab, gender rollaridan qat‘i nazar, o‘z yo‘lini tanlash.

O‘zini qabul qilish va ishonchni shakllantirish. Jamiyat bosimiga berilmasdan, o‘z qadr-qimmatini anglash.

Hissiy muvozanatni saqlash. O‘z his-tuyg‘ularini tahlil qilish va ularga nisbatan sog‘lom munosabatda bo‘lish.

Tenglik madaniyatini rivojlantirish. Farzandlarga bolalikdan gender tenglik qadriyatlarini singdirish.

Gender tenglik faqat jamiyatdagi ijtimoiy muammolarni hal qilish bilan cheklanmay, balki insonning psixologik holatiga ham kuchli ta‘sir qiladi. Tenglik yuqori bo‘lgan jamiyatlarda: Ayollarda stress va depressiya darajasi past bo‘ladi, chunki ular o‘z martaba yo‘lini tanlashda erkin bo‘lishadi. Erkaklar hissiy jihatdan ochiqroq bo‘lishadi va muammolarini yashirish o‘rniga, ularga yechim topishga intilishadi. Jinsiy rollarga bog‘liq bosim kamaygani sababli shaxsiy rivojlanish tezlashadi.

Psixologik tadqiqotlar shuni ko‘rsatadiki, gender tenglik mavjud bo‘lgan muhitda odamlarning hissiy intellekti yuqori bo‘ladi, ular o‘z his-tuyg‘ularini yaxshiroq boshqara oladi va boshqalar bilan sog‘lom munosabatlar o‘rnatadi.

Bir qancha tadqiqotlar gender tenglik va psixologik farovonlik o‘rtasidagi bog‘liqlikni isbotlagan. Masalan:

WHO (Jahon sog‘liqni saqlash tashkiloti) ma ‘lumotlariga ko‘ra, gender tenglik darajasi yuqori bo‘lgan mamlakatlarda ruhiy kasalliklar kamroq uchraydi.

Harvard universiteti tomonidan olib borilgan tadqiqotlar shuni ko‘rsatdiki, ayollar va erkaklar o‘rtasida mehnat bozoridagi tenglik kuchaygani sayin, stress darajasi pasayadi.

Shvetsiya va Norvegiya kabi gender tengligi yuqori bo‘lgan mamlakatlarda baxt indekslari boshqa mamlakatlarga nisbatan yuqoriroq bo‘lishi kuzatilgan.

Psixologlar gender tenglikni qo‘llab-quvvatlashda katta rol o‘ynaydi. Ular orqali:

Jinsiy stereotiplardan ozod bo‘lish bo‘yicha psixologik maslahatlar beriladi.

Ota-onalar va bolalar uchun gender tenglik bo‘yicha treninglar o‘tkaziladi.

Ayollar va erkaklarning ruhiy sog‘ligini muhofaza qilishga yo‘naltirilgan maxsus dasturlar ishlab chiqiladi. 2024-yil boshida BMT Taraqqiyot Dasturi tomonidan mahalla darajasida o‘tkazilgan kichik tajriba: zararli gender normalariga qarshi kurashish va ularni o‘zgartirish quyidagilarga chuqur ta‘sir qilganini ko‘rsatdi:

- **Ishlash uchun teng imkoniyatlar:** Erkaklar ayollarga qaraganda ko‘proq ishlash huquqiga ega bo‘lishi kerak degan qarash ikki baravar kamaydi (60% dan 30% gacha). Bundan tashqari, 100% erkak ishtirokchilar endi ayollar uchun biznesda imkoniyatlarni kengaytirishni qo‘llab-quvvatlashlarini bildirishgan, 80% ayollar esa o‘z daromadlariga ega bo‘lish imkoniyatini ko‘rib chiqmoqda.
- **Jinsiy sherik tomonidan zo‘ravonlik:** Aralashuv jinsiy sherigiga nisbatan zo‘ravonlikka yo‘l qo‘yish darajasini pasaytirdi: "erkak o‘z xotinini kaltaklashi mumkin" degan fikrga qo‘shilish 67% ga kamaydi.
- **Siyosat va ta’lim:** "Siyosatda ayollar uchun ko‘proq imkoniyatlar bo‘lishi kerak" g‘oyasini qo‘llab-quvvatlash 65 foizdan 85 foizga ko‘tarildi, shuningdek, ayollar erkaklar bilan teng

huquqqa ega bo‘lishi demokratiya.uchun zarur degan fikr 20 foizdan 50 foizgacha o‘sdi. Bundan tashqari, ayollarning oliy ta‘lim olishini qo‘llab-quvvatlash 100 foizga yetdi.

- **Oiladagi xulq-atvordagi o‘zgarishlar:** Aralashuvdan so‘ng ishtirokchilarning 85 foizi erlarining ko‘proq uy-ro‘zg‘or ishlarini o‘z zimmalariga ola boshlaganliklarini ma‘lum qildilar. Bu oilada gender rollarining sezilarli darajada o‘zgarganligini ko‘rsatadi. Bundan tashqari, ishtirokchilarning 80 foizi gender tenglik masalalarini muntazam ravishda muhokama qilishni boshlashgan.
- **Jamoatchilik fikri yetakchilarining ta’siri:** Ayollar uchun namuna bo‘lgan shaxslar, diniy rahbarlar va jamoat arboblari, ayniqsa ayollar orasida, muammoga bo‘lgan munosabatni o‘zgartirishda hal qiluvchi ahamiyat kasb etdi. Nufuzli jamoatchilik fikri yetakchilarini jalb etish orqali amalga oshirilgan harakatlarning muvaffaqiyati jamiyatni gender tengligini rivojlantirishga jalb qilishning qudratini namoyon etdi.

Xulosa qilib aytganda, jamiyatda avvalo gender tenglikni rivojlantirish kerak. Qachongi gender tenglik rivojlansa, insonlarning ruhiy holati ham yaxshilanadi. Gender tenglik insonning o‘zini anglash jarayoniga bevosita ta‘sir qiladi. Tenglik va erkinlik insonning ruhiy holatini va faravonligini oshiradi. Gender teng bo‘lgan jamiyatda insonlar o‘z qobiliyatlarini to‘liq namoyon qila oladilar va hayotdan mamnunlik hissi oshadi.

Foydalanilgan adabiyotlar:

1. https://www.mintrans.uz/gender-tenglik-asosiy-inson-huquqlaridan-biri
2. https://uz.wikipedia.org/wiki/Gender_tengligi
3. https://uz.wikipedia.org/wiki/Gender_stereotiplar
4. Saparova Z.A. (2024). Jamiyatda gender tenglik muammolariga nisbatan psixologik qarashlarning shakllanishi.
5. https://www.undp.org/uz/uzbekistan/press-releases/bmt-taraqqiyot-dasturi-gender-tenglikni-targib-qilish-uchun-bixevioral-tahlil-boyicha-tajriba-hisobotini-chiqardi