

2-TOM, 8-SON

EKSTREMAL VAZIYATLARDA SHAXSNING PSIXOLOGIK HIMOYA
MEXANIZMLARINING XUSUSIYATLARI

*Qarshi davlat universiteti
mustaqil izlanuvchisi*

Shomurodov Ibrohim Xusanmurot o'g'li
ibrohimshomurodov93@gmail.com

Annotatsiya: Maqolada shaxsning ekstremal vaziyat himoya mexanizmlarining xususiyatlari va o'ziga xos himoya strukturasi psixologik nuqtai nazardan tahlil qilindi. Shaxsda inkor etish, o'rin almashish, ratsionallik, tushkunlik, identifikatsiya, katarsis va boshqa ko'plab formalarni o'ziga xosligi yoritib berilgan.

Kalit so'zlar: Ratsionallik, identifikatsiya, katarsis, konseptual, sensor, perseptiv, primitiv, ratsionalizatsiya, intellektualizatsiya, sublimatsiya, dissasotsatsiya, proyeksiya, sublimatsiya, regressiya, koping.

Аннотация: В статье с психологической точки зрения проанализированы особенности механизмов защиты человека в экстремальной ситуации и уникальная структура защиты. Выделяются отрицание, вытеснение, рациональность, депрессия, идентификация, катарсис и многие другие формы личности.

Ключевые слова: Рациональность, идентификация, катарсис, концептуальный, сенсорный, перцептивный, примитивный, рационализация, интеллектуализация, сублимация, диссоциация, проекция, сублимация, регрессия, копинг.

Annotation: In the article, the features of the person's extreme situation protection mechanisms and the unique protection structure were analyzed from a psychological point of view. Denial, displacement, rationality, depression, identification, catharsis and many other forms of personality are highlighted.

Key words: Rationality, identification, catharsis, conceptual, sensory, perceptive, primitive, rationalization, intellectualization, sublimation, disassociation, projection, sublimation, regression, coping.

Ekstremal vaziyatlarda himoya mexanizmlarining xususiyatlari va yenga olish texnologiyalari vaziyatlarda psixologik himoya o'zida: inkor etish, o'rin almashish, ratsionallik, tushkunlik, identifikatsiya, katarsis va boshqa ko'plab formalarni aks ettiradi.



2-TOM, 8-SON

Himoya mexanizmlari xavotirni tugatish va qo'rquvdan halos bo'lishdagi kuchli mezonlar orqali o'z ishini samarali olib boradi. Z.Freyd fikriga ko'ra "insoniyat mavjudligi turli vaziyatlarda vujudga kelgan qo'rquv va xavotirlar bilan kurashishi orqali xarakterlanadi".

Zigmund Freyd ishining davomchilaridan biri bu Anna Freyddir. U psixologik himoya haqidagi bilimlarni umumlashtirib va bir tizimga solib otasining zahiraviy konsepsiyasiga tuzatishlar kiritgan. Uning fikricha, himoya mexanizmlariga nafaqat tug'ma balki individual tajriba mahsuli, ixtiyorsiz o'zlashtirish usulini ham olib kirgan. A.Freyd himoya mexanizmlarining individualligi va xarakter bosqichlarida shaxsning moslashuvchanligini umumiy qilib to'plab u haqda tasavvurlarni shakllantiradi. A.Freydning himoya mexanizmlari ta'riflarini yoritib bergani tahsinga sazovordir: "Himoya mexanizmlari "Men" faoliyati hisoblanib, "Men" haddan ortiq jadal qo'zg'alishga uchrashi orqali yoki affektiv holatga nisbatan xavfsizlikni namoyish qilish bilan yuzaga keladi. Ular ong bilan kelishmagan holda avtomatik tarzda o'z funksiyasini amalga oshiradi".

Anna Freyd himoya mexanizmlarining qo'riqlovchi tavsifini alohida ta'kidlab, ular xulq-atvorni parchalanishini va izdan chiqishini oldini olib shaxsning me'yoriy psixik statusi mavjud bo'lishiga imkon yaratishini ko'rsatib o'tgan.

Konseptual asosga ega fenomenal xulq-atvordagi himoya haqidagi fikrlar I.D.Stoikol tomonidan alohida e'tirof etilgan. U psixologik himoyani tahlil qilishda turli bosqichdagi psixik aktivlikni e'tiborga oladi. Uningcha, psixologik himoya barcha jonzot individlarda o'ziga xos xususiyat sifatida qaralib unga "himoya psixikaning evolyutsion rivojlanishinig barcha bosqichlarida insonning ontogenezda rivojlanishida yashirin holatda bo'lib faoliyat boshqaruvida aks etadi" deb ta'rif beradi.

Psixik himoyani funksional vazifasi va yosh bosqichlaridagi murakkabliklarga ko'ra uchga ajratish mumkin. Ular quyidagilardan iborat:

1. Sensor psixologik himoya –xulq atvordagi psixosensor boshqaruvni amalga oshirish orqali organizmda himoya vujudga keladi.
2. Perseptiv psixologik himoya – perseptiv psixologik boshqaruv yo'lidan foydalanishi natijasida individda himoya paydo bo'ladi.
3. Shaxsning psixologik himoyasi – shaxsning xulq- atvor, faoliyat va anglangan xatti-harakatlar natijasida shaxsda himoya vujudga keladi.

Shaxsdagi perseptiv va sensor himoyalari insondagi biologik ehtiyojlari aloqasi orqali tutashadi (individlarni saqlagan holda o'zini mavjudligini davom ettirish uchun), ma'lumki yuqorida keltirilgan himoya turlari barcha tirik organizmlar uchun xarakterli hisoblanib, shaxsdagi himoya mexanizmlari insonning o'ziga xos himoya strukturasi yuqori ko'rinishidir. Uning maqsadi insondagi shaxs ontogenezda psixologik rivojlanishi davridagi



2-TOM, 8-SON

ziddiyatlar, shaxslararo munosabatlardagi o'zaro aloqani saqlashga, himoyalashga yo'naltirilgan. Ushbu ziddiyatlarda inson organizm yoki individ sifatida emas balki shaxs sifatida ishtirok etadi.

L.M.Nikolskaya, I.R.Granovskayalarning qayd etishicha, insonda psixik travmalovchi vaziyat vujudga kelganda himoya mexanizmlari ma'lumotlar xarakatida o'ziga xos to'siq vazifasini amalga oshiradi va uning natijasida shaxs o'zaro xavotirli vaziyatda ma'lumotni yo e'tiborsiz yo noto'g'ri yoki soxta qabul qiladi. Ushbu ongning maxsus holatida insonda o'ziga xos vazmin va uyg'un struktura yuzaga keladi. Mazkur ichki himoyaviy o'zgarish insonning ayni jarayonga ko'nikishining maxsus formasi bo'lib bu barcha jarayonlarning anglanmaganidir.

Psixologik himoyaga doir bir necha klassifikatsiyalar mavjud bo'lib, ularning ichida eng sodda klassifikatsiya bu mukammal va primitiv himoyadir. Birinchisining tarkibi – ratsionalizatsiya, intellektualizatsiya, yumor, sublimatsiyadan iborat bo'lsa, ikkinchisi – dissasotsatsiya inkor, qudratli nazorat, past baholash, izolyatsiya, agressor hukm, bog'lanish va kerakli vaziyatda namoyon bo'ladi. Himoyani ajratishning o'zgacha prinsiplari xam mavjud bo'lib ulardan biri vaziyatni idrok qilish, oydinlashtirish orqali amalga oshirilsa boshqasi transformatsiya materialni ratsional qayta qayta tahlili yordamida amalga oshiriladi

B.D.Karvasarskiy fikriga ko'ra barcha himoyalarni minimal guruhga ajratish mumkin.

Guruh himoya ma'lumotlar tahlilini ishlab chiqib va ularni bloklashi, inkor etishi, oydinlashtirishi mumkin.

Guruh himoya shaxs fikrlari, tuyg'ularini buzib ko'rsatishga qaratilgan(irrotsionallik, intellektuallik reaksiyasini shakillantirish, identifikatsiya) proyeksiya.

Guruh psixologik himoya emotsional zo'riqishdan holi qilish xisoblanib bu mexanizm somatik xavotirlanish va sublimatsiyani reallashtiradi.

Guruh monipulyativ tip himoyasi hisoblanib regressiya, fantaziyani shakillantirish kasallik bilan kurashishni o'z tarkibiga oladi.

Bundan tashqari boshqa himoyalar xam mavjud bo'lib ular qudratli nazorat, ideallashtirish, baholash, dissasatsatsiya parchalanish va boshqa turli klassifikatsiyalarga bo'linish mumkin. Hozirgi kunda ko'pchilik tadqiqodchilar psixologik himoya mexanizmlari jarayoniga qabul qilingan informatsiyalarning ong osti tahliliga ko'ra intropsixik adaptatsiya sifatida ta'rif beradilar. Bu jarayonni barcha psixik jarayonlar: idrok, xotira, diqqat, tafakkur, tasavvur, emotsiyalar qabul qiladi. Har safar ushbu bo'limlardan qaysi biridir negativ zo'riqishni o'ziga oladi. (masalan tushkunlikni unitish uchun o'zining



2-TOM, 8-SON

xatti xarakterlarini mantiqiy isbotlab, ratsional fikrlab butun fikrini inkor qilishga yo'naltiradi.

Zamonaviy rad etish himoyasi shunday g'oyaga suyanadiki, xuddi shu mexanizmlar shaxsni yaxshi funksiyalashtiradi, lekin faqatgina shu holdaki, agar u katta repertuar himoyasini ishlatsa, qaysilarni qo'lanilishi aniq bo'ladi.

Koping xulq-atvor tushunchasi kamdan-kam holatda psixologik himoya tuzilishiga yaqin bo'ladi. N.Xaan, Y.A. Sotnikovlarning ishlarini tahlil qilib shuni ko'rishimiz mumkinki, himoya mexanizmlari va koping xulq-atvor jarayonlari bir xil asosga ega bo'lib ular farqlanganda ikki qutbga bo'linadi ya'ni yo mahsuldorligiga ko'ra, yo adaptatsiyaning sust kechishiga ko'ra koping xulq-atvor o'ziga chaqiruvni idrok qilishdan boshlanib undan kognitiv, axloqiy, ijtimoiy va motivatsion strukturalarda ko'rib chiqiladi va bu ketma-ketlik orqali adekvat baho topiladi. Bunday vaziyatlar shaxsga yangi talablarni qo'yib bunda mavjud javob mos kelmay koping xulq-atvor vujudga keladi. Agar shaxsning yangi talabga kuchi yetmasa unda koping xulq-atvor o'ziga himoya formasini qabul qiladi.

Yenga olish strategiyalari nafaqat anglanmagan himoyaning anglangan varianti sifatida qaraladi balki unga munsubat bildirishda ancha kengroq tushuncha sanalib o'ziga anglangan va anglanmagan texnikalarni qamrab oladi.

S.K.Bocharev–Nartova yozishicha, "koping" tushunchasini barcha ishlarda qo'llashda o'ziga keng insoniy jadallikni qamrab olib uning tarkibiga anglanmagan psixologik himoyadan tortib inqirozli vaziyatni maqsadli yengishgacha yangi vujudga keladigan harakatdan psixoterapevtik ko'rinuvlarigacha o'z ichiga oladi.

Koping so'zini kengroq talqin qilganda o'ziga subyektning barcha o'zaro ta'sirini aks ettirib u ichki yoki tashqi vazifalari bilan xarakterlidir. Muammoli vaziyat talabidan ishga olib borish yoki yumshatishga urinish o'rnini chetga olib yoki moslashish orqali amalga oshiriladi. Qo'shimcha sharoitda esa tashqi va ichki vazifalar o'zida koping tuzilmasini o'zlashtirib shu orqali subyektga psixologik xarakteristika beriladi va undan farqli o'laroq unga moslashadi.

Dastlabki koping tadqiqotlar himoya mexanizmlarini o'rganish doirasida amalga oshirilgan va ba'zi tadqiqotchilarning "koping" terminini adaptiv himoya ma'nosida ishlata boshlaganlaridan bu davom etgan.

Anchayin keng tarqalgan nuqtai nazarga binoan, psixologik himoya kopingdan individning muammoni yechishni chekinishdan va bu aniq faoliyatda komfort holat va xursandchilikni saqlashi bilan farqlanadi.

Psixologik himoya hamda koping xulq-atvor xususiyatlarini qiyosiy o'rganish ba'zi bir mualliflar tomonidan to'g'ridan-to'g'ri yondashilib, koping xulq-atvor anglanmagan



2-TOM, 8-SON

himoyaning anglangan varianti sifatida xulosalanadi. Boshqa mualliflarning fikriga ko'ra esa himoya mexanizmlari va koping xulq-atvor o'rtasidagi aloqa anchayin murakkab. Koping xulq-atvor anchayin keng ma'nodagi tug'ma xususiyat bo'lib u o'zida anglangan va anglanmagan himoya texnikalarini aks ettiradi.

ADABIYOTLAR

- 1.Фрейд З. Психология бессознательного: Сборник. Произведниэ /Сост.и науч. ред. М. Т. Ярошевского.-М.: Просвешениэ, 1990.-448 с.
- 2.Психологическая безопасность /Иван Огнев. -Ростов н/Д.: Феникс, 2007. -605 с.
- 3.Barotov Sh.R. Mehnat jarayoni va ijtimoiy ruhiy jihatlar // Iqtisod va hisobot. – Toshkent, 1997. - № 9. – В. 60-62.
- 4.Теплов Б.М. Проблемы индивидуальных различий – М.: 1961. - 536 с.
- 5.Психология: Учебник для технических вузов / Под ред. В. Н. Дружинина. - СПб.: Питер, 2000. - 608с.
- 6.Тимченко А. В. Психологическиэ аспекты состояния, поведения и деятельности людей в экстремальных условиях и методы их коррекции. — Х.: Изд-во ХВУ, 1997. 168 с.
- 7.Абулханова-Славская К.А. Развитие личности в процессе жизнедеятельности. – Психология формирования и развития личности. - М.: Наука, 1981. – С. 97-115.
- 8.Столин В.В. Познаниэ себя и отношениэ к себе в структуры самосознаниэ личности: Дис.докт.психол.наук. - М.: 1985. -530 с.

