

EKZISTENSIAL PARADIGMA MOHIYATI

*O'zbekiston Milliy universiteti Jizzax filiali
Yoshlar psixologiyasi kafedrası o'qituvchisi*

Ravshanov Olim Ahmedovich

*O'zbekiston Milliy universiteti Jizzax filiali psixologiya
fakulteti talabalari*

Jaloliddinova Sevinch

Isomiddinova Sarviniso

Annotatsiya: Ushbu maqolada Irvin Yalomning ekzistensial psixoterapevtik qarashlariga asoslanib ekzistensial paradigmaning asosiy mazmuni va uning klinik jihatdan aks etishi haqida ma'lumotlar keltirilgan. Bunda bemordagi klinik simptomlar asosi va o'lim bilan bog'liq qarashlarga borib taqalishi haqida yoritilgan.

Kalit so'zlar: Ekzistensial paradigmalari, izolyatsiya, Psixopatologiya, psixik uyqusizlik, "sof" o'lim, repressiya.

Ekzistensial paradigmalari - bu shaxslar mavjudlik, ma'no va voqelikning mohiyatini sharhlaydigan va tushunadigan ramkalar yoki istiqbollari. Ushbu paradigmalari ko'pincha erkinlik, tanlov, haqiqiylik, mas'uliyat va hayotning ma'nosini izlash kabi mavzularni o'rganadi. Misol uchun, ekzistensializm falsafiy paradigma bo'lib, u ko'pincha xayolii va bema'ni dunyoda o'z ma'nosi va o'ziga xosligini yaratishda shaxsning erkinligi, avtonomligi va mas'uliyatini ta'kidlaydi. Boshqa ekzistensial paradigmalari borliq va ma'noning turli jihatlariga e'tibor qaratishi mumkin, ammo ularning barchasi inson mavjudligining asosiy masalalari bilan bog'liq. Ekzistensial paradigmaga ko'ra, tashvish insonning borliqning cheklangan berilganlari bilan to'qnashuvi natijasida yuzaga keladi. Ushbu bobda men shaxsning o'lim tashvishi bilan kurashiga asoslangan psixopatologiya modelini taqdim etaman va keyingi boblarda men tashvishlari birinchi navbatda boshqa yakunii berilganlar - erkinlik, izolyatsiya va ma'nosizlik bilan bog'liq bo'lgan bemorlarning holatlariga tegishli modellarni taqdim etaman. Didaktik sabablarga ko'ra men bu ma'lumotlarni bir-biridan alohida muhokama qilishim kerak, lekin aslida to'rttasi borliqning yagona tolasii bo'lib, oxir-oqibat psixopatologiyaning yaxlit ekzistensial modelida qayta birlashtirilishi kerak.

Hamma odamlar o'lim tashvishlari bilan shug'ullanadilar, ko'pchilik inkorga asoslangan mexanizmlarni o'z ichiga olgan adaptiv strategiyalarni ishlab chiqadilar, masalan, bostirish, repressiya, ko'chirish, shaxsiy qudratga ishonish, o'limni "neytrallashtiradigan" ijtimoiy ruxsat etilgan diniy e'tiqodlarni baham ko'rish va nihoyat, o'limni engish uchun shaxsiy harakatlar. ramziy boqiylikka erishishga

qaratilgan turli faoliyat turlari orqali. Ammo "bemorlar" dunyosiga kirgan odamning farqi shundaki, haddan tashqari stress yoki mavjud himoya strategiyalarining etarli emasligi tufayli o'lim tashvishini engishning universal usullari unga etishmaydi va u ekstremal usullarga murojaat qilishga majbur bo'ladi. himoya qilish imkoniyatlari.

Psixopatologiya (har qanday tizimda), ta'rifga ko'ra, samarasiz mudofaa rejimidir. Jiddiy tashvish muvaffaqiyatli aks ettirilgan taqdirda ham, mudofaa manevrlari o'sishni to'sib qo'yadi va natijada cheklangan va qoniqarsiz hayotga olib keladi. Ko'pgina ekzistensial nazariyotchilar o'lim tashvishini jilovlash uchun kurashda shaxs to'lashi kerak bo'lgan yuqori narxni ta'kidladilar. Kierkegor bilardiki, "har bir insonning yonida bo'lgan dahshat, halokat va halokatni" his qilmaslik uchun odamlar o'zlarini cheklaydilar va kamsitadilar. (o'lim) ". Pol Tillich "nevroz - bu mavjudlikdan qochish orqali yo'qlikdan qochishning bir usuli" deb ta'kidladi. Ernest Bekker xuddi shu narsa haqida: "Inson holatining kinoyasi shundaki, insonning eng chuqur ehtiyoji ozod bo'lishdir. O'lim va vayronagarchilik bilan bog'liq tashvishlardan, lekin bu tashvish hayotning o'zi tomonidan uyg'onadi va shuning uchun biz umuman tirik bo'lmaslikka harakat qilamiz." Robert Jey Lifton nevrotikning o'lim tashvishidan himoyasini tasvirlash uchun "psixik uyqusizlik" atamasini ishlatgan.

Psixopatologiya paradigmasida "sof" o'lim tashvishi birinchi o'ringa chiqmaydi. Ammo bu bizni ajablantirmasligi kerak: nazariy tizim qanday bo'lishidan qat'i nazar, unda birlamchi tashvish o'zining asl shaklida kamdan-kam hollarda aniq namoyon bo'ladi. Shuning uchun ichki kamuflyajning bu funksiyasini bajarish uchun himoya tuzilmalari mavjud: repressiya va boshqa anti-disforik manevrlar ichki ziddiyatning mohiyatini yashiradi. Natijada, ikkinchisi chuqur yashirin bo'lib chiqadi va spekulativ xulosa chiqarish mumkin - lekin hech qachon to'liq ma'lum emas - faqat ushbu manevrlarni mashaqqatli tahlil qilgandan keyin. Misol uchun, shaxs onasi bilan ramziy aloqani saqlab, o'zini individuallashtirish jarayoni bilan bog'liq o'lim tashvishidan himoya qilishi mumkin. Ushbu himoya strategiyasi vaqtinchalik muvaffaqiyatli bo'lishi mumkin, ammo oxir-oqibat uning o'zi ikkinchi darajali tashvish manbai bo'lib qoladi: masalan, onadan ajralishni istamaslik maktabga borishga yoki ijtimoiy ko'nikmalarning rivojlanishiga xalaqit berishi mumkin va bu kamchiliklar bolalarda tashvish tug'dirishi mumkin. Ushbu ikkilamchi patologiyalarning qotib qolgan qobig'i ostida asosiy mojaro yashiringan va asosiy tashvishni aniqlash juda qiyin bo'ladi. Shuning uchun klinisyen o'lim tashvishini bevosita ko'rmaydi: u tushlarni, xayollarni, psixotik so'zlarni tekshirish yoki nevrotik belgilarning boshlanishini sinchkovlik bilan tahlil qilish orqali kashf etadi. Misol uchun, Lyuis Lousser va Tia Bray erta fobik hujumlarni sinchkovlik bilan o'rganish har doim o'lim tashvishining yutug'ini ko'rsatishini ta'kidlaydilar. Fobiyaning keyingi hujumlari o'zgarishlar, almashtirishlar va ko'chishlarning qo'shimcha aralash ta'siriga ega.

Anksiyetening hosilaviy, ikkilamchi shakllari, shunga qaramay, "haqiqiy" tashvish. Ijtimoiy tashvish yoki chuqur pastlik tuyg'ulari odamni bosib ketishi mumkin; va keyingi bobda ko'rib turganimizdek, terapevtik harakatlar odatda asosiy tashvishga emas, balki hosilaga qaratilgan. Psixoterapevt, tashvishning asl manbasi va psixopatologiyaning kelib chiqishi haqidagi qarashlaridan qat'i nazar, bemorning shikoyatlari darajasida terapiyani boshlaydi. U unga yordam berishi, moslashuvchan himoyani rag'batlantirishi va shaxslararo o'zaro munosabatlarning buzg'unchi stereotiplarini tuzatishga yordam berishi mumkin. Terapiyaning ko'p holatlarida psixopatologiyaning ekzistensial paradigmasi an'anaviy terapevtik strategiyalar va usullardan tubdan voz kechishga olib kelmaydi.

O'limni inkor etishning ikkita asosiy shaklini va ulardan kelib chiqadigan psixopatologiya turlarini tasvirlab beraman. (Garchi ko'plab ma'lum bo'lgan klinik sindromlarni ushbu asosiy o'limni inkor etish orqali ko'rib chiqish va tushuntirish mumkin bo'lsa-da, men o'zimni to'liq tasniflash tizimi sifatida ko'rsatmayman, bu ko'proq aniqlik va keng qamrovlilikni talab qiladi.) Ikkala e'tiqod ham o'z-o'zini istisno qilish va mavjudligiga ishonish. yakuniy qutqaruvchi juda adaptiv bo'lishi mumkin. Biroq, ikkalasi ham haddan tashqari yuklanishi va haddan tashqari yuklanishi mumkin, shunda moslashish muvaffaqiyatsizlikka uchraydi, tashvish ongga kiradi va shaxs ekstremal himoyaga murojaat qiladi. Natijada mudofaa yoki himoyasi buzilishi shaklida psixopatologiyaning namoyon bo'lishi. Aniqlik uchun har bir himoyani alohida olsak. Ammo keyin ularni birlashtirishga to'g'ri keladi, chunki ular murakkab o'zaro bog'liqlik bilan bog'liq; ko'pchilik odamlarning xarakter tuzilmalari ikkala himoya elementlarini o'z ichiga oladi.

Foydalanilgan adabiyotlar:

1. Irvin Yalom "Eksiztensial Psixoterapiya"
2. Fayllar.org