

**PSIXOLOGIK HIMOYA MEXANIZMLARI**

**Annotatsiya:** Ushbu maqolada shaxsning psixikasi bilan bog‘liq masalalar va unga ta‘sir ko‘rsatuvchi omillar xususida qayd etilgan. Shuningdek, psixologik himoya mexanizmlari va uni shakllantirish masalalari haqida ma‘lumot berilgan

**Kalit so‘zlar:** himoya, mexanizm, psixika, xulq, fenomen, moslashuvchanlik

8 Shaxsning himoya mexanizmlari salbiy ta‘sirlarni kamaytirishga yo‘naltirilgan bo‘lib, ular inson xatti-harakatlarini tartibga soluvchi, uning moslashuvchanligini oshirishga va psixikasining muvozanatlashishiga qaratilgan anglanilmagan psixologik himoya mexanizmlar hisoblanadi. Ko‘pgina himoya mexanizmlari erta bolalikdan rivojlanadi va bolaning yopiq (bola o‘z fikrini erkin bayon etolmaydi, odamovi bo‘ladi) bo‘lishiga, tashqi qiyinchiliklar hamda xavfdan yashirinishiga olib keladi. Bola taraqqiyotining asosiy determenanti oilaviy munosabatlar bo‘lib, bunda oilaviy munosabatlarning buzilishi ko‘pincha shaxsiy emotsional rivojlanishining disgarmoniyasi, patopsixologiyasi va bola psixologik himoya gipertrofiyasiga olib keladi. Bugun oiladagi tarbiya sharoiti, oilaning ijtimoiy mavqeyi, oila a‘zolarining kasbi va moddiy ta‘minoti, ota-onaning ma‘lumotlilik darajasi bolaning psixik rivojlanishiga ta‘sirini inkor etib bo‘lmaydi.

Psixologik himoya va mexanizmlarini shakllantirish muammosini o‘rganishning dolzarbligi hamda ahamiyati jamiyatdagi hozirgi ijtimoiy-iqtisodiy, madaniy, siyosiy o‘zgarishlar bilan ham bog‘liq bo‘lib, ular shaxsning rivojlanishi va ijtimoiylashuvi jarayoniga ta‘sir qiladi. Bu ta‘sir rivojlanishning o‘tish davrida, ayniqsa, muhimdir. Jamiyat va oiladagi ijtimoiy o‘zgarishlar o‘smirlarda hissiy noqulaylik va ichki zo‘riqishning kuchayishiga olib keladi va ular bu holatni shaxsiy qiyinchilik sifatida boshdan kechirishadi, bu esa atrofida bilan munosabatda yaqqol namoyon bo‘ladi. Shu jihatdan, bugungi kunda o‘smirlarning o‘zining va atrof-muhitning barqarorligini hamda hissiy jihatdan qabul qilishini saqlashga yordam beradigan psixologik himoya mexanizmlarini shakllantirishni o‘rganishga qiziqish ortib bormoqda. Shaxsning og‘ishgan xulqining shunday maxsus xususiyatlarini ajratish maqsadga muvofiqki, u bizga bu xulqni boshqa fenomenlardan farqlashda, shuningdek, aniq bir odamda uning mavjudligi hamda dinamikasini aniqlash zaruratida yordam bersin.

1. Shaxsning og‘ishgan xulqi - bu umumqabul qilingan yoki rasman o‘rnatilgan ijtimoiy me‘yorlarga mos tushmaydigan axloq. Boshqacha aytganda, bu harakat mavjud qonunlar, qoidalar, ana‘analar va ijtimoiy buyruqlarga mos tushmaydi. Deviant axloqni me‘yordan og‘ishgan axloq sifatida aniqlaganda shuni esda tutish kerakki, ijtimoiy me‘yorlar o‘zgaradi. Bu, o‘z navbatida, og‘ishgan xulqqa tarixan o‘tkinchi xarakterni beradi. Shubhasiz, deviant axloq - bu har qanday me‘yor emas, balki ushbu jamiyat uchun shu vaqtda bir muncha muhim bo‘lgan ijtimoiy me‘yorning buzilishidir.

2. Shaxs va deviant axloq, uning namoyon bo'lishi boshqa odamlar tomonidan salbiy baholanadi, salbiy baho jamoatchilik muhokamasi yoki ijtimoiy sanksiya, shu jumladan, jinoiy jazo shakliga ega bo'lishi mumkin. Dastavval, sanksiyalar istalmagan axloqning oldini olish vazifasini bajaradi. Biroq boshqa tomondan ular shaxs stigmatizatsiyasi -unga tamg'a bosish kabi salbiy ko'rinishga olib keladi. Masalan, jazo muddatini o'tab, "me'yoriy" hayotga qaytgan odamning moslashuvdagi qiyinchiliklari yaxshi ma'lum. Insonning yangi hayot boshlashga intilishi ko'pincha atrofdagi odamlarning ishonmasligi va ularni rad etish natijasida barbod bo'ladi. Deviant (giyohvand, jinoyatchi, o'z joniga qasd qiluvchi va h.k.) tamg'asi sekin-asta deviant barobarlikni (o'z~o'zini his qilish) shakllantiradi. Shunday qilib, ahmoqona shuhrat xavfli yakkalanishni kuchaytiradi, ijobiy o'zgarishlarga to'sqinlik qiladi va deviant axloqning takrorlanishini keltirib chiqaradi.

3. Og'ishgan xulqning xususiyatlari shaxsning o'zi yoki atrofdagilarga ahamiyatli tarzda hayot sifatini pasaytirgan holda real zarar keltirishi hisoblanadi. Bu mavjud tartibning noturg'unligi, ma'naviy va moddiy zarar keltirish, jismoniy zo'rlik va dard-alam yetkazish, sog'ligining yomonlashishi bo'lishi mumkin. Deviant axloq o'zining eng keyingi ko'rinishlarida hayot uchun bevosita xavf tug'diradi, masalan, suitsidal axloq, zo'ravonlik jinoyatlari, "og'ir" giyohvand moddalar iste'mol qilish. Zararning markeri o'sha odamning o'zi yoki uning atrofidagilarning aziyat chekishidir. Ushbu belgi shaklidan - destruktiv yoki autodestruktiv bo'lishidan qat'i nazar og'ishgan xulqning parchalovchi ekanini bildiradi. Bizning nazarimizda radikallik, kreativlik va orginallik kabi yaqin ijtimoiy ko'rinishlar og'ishgan xulq bo'la olmaydi va ushbu belgini qoniqtirmaydi. Garchi ular ham umumqabul qilingan me'yorlardan cheklanib, aholining konservativ holatga mayli bo'lgan qismida g'ashlik uyg'otsa-da, bu fenomenlar jamiyat uchun xatardan ko'ra foydaliroqdir.

Psixologik himoyaning muhim komponenti hisoblangan shaxs individual farqlanish muammosi rus psixologi K.K.Platonov tadqiqotlarida ilmiy jihatdan o'rganilgan. K.K.Platonovning psixologik himoya o'z-o'zini adekvat baholashi va o'zini rivojlantirishga asoslangan shart-sharoitlarni yaratish bilan kamol toptirish muqarrarligini ilmiy jihatdan asoslab bergan. Shaxslarda o'z-o'zini himoya qilish qoidalari: 1. Har qanday faoliyat uchun psixologik himoya juda muhim hisoblanadi. Shaxsni himoya qiluvchi psixologik mexanizm muvaffaqiyatsizlik haqidagi fikrlar, musobaqa jarayonida kutilmagan vaziyatlarda faollashtirilgan insonning "Men"ligini namoyon etiladi.

2. Psixologik himoyaning individual xususiyatlarining namoyon bo'lishi shaxsning jinsiga, yoshiga ijtimoiy-psixologik fazilatlar va ularning kognitiv jarayonlariga bog'liq tarzda shakllanadi.

3. Shakllanish darajasi, barqarorlik, moslashuvchanlik, o'zgaruvchanlik va psixologik himoyaning samaradorligi ularning faoliyat turiga bog'liq va muvaffaqiyatga intilish

yoki raqobatda muvaffaqiyatsizlikka yo‘l qo‘ymaslik kerak. Psixologik himoya tushunchasi ilmiy jihatdan isbotlanganligi haqiqat, uni birinchi bo‘lib, mashhur psixolog Z.Freyd tomonidan qo‘llanilgan. Ushbu tushuncha 1894 yilda psixoanalitik nazariya vakillari tomonidan turli yo‘nalishlarda ilmiy jihatdan o‘rganilgan. Shaxsdagi psixologik himoya qilish odatdagi, kunlik ishlaydigan mexanizmdir. So‘nggi yillarda bu psixologik hodisa, insonning fenomenal xususiyati sifatida namoyon bo‘lmoqda. Shaxsdagi hissiyotlar "Men" ning yaxlitligini himoya qilish zarurligini anglashni talab qiladi. Bu odatda o‘z-o‘zini hurmatni qilishda namoyon bo‘ladi.

Shaxsdagi psixologik himoya muammosiga doir ilmiy izlanishlarni amerikalik psixolog R.Plutchik tomonidan eng samarali olib borgan. R.Plutchikning psixologik muhofaza konsepsiyasi alohida e‘tiborga loyiq hisoblanadi. Shaxsning psixologik himoya imkoniyatlarini o‘rganish psixologiyaning eng zamonaviy tadqiqotlar sirasiga kirishini ta’kidlaydi. R.Plutchik fikriga ko‘ra, hissiyotning hosil bo‘lishiga qarab, psixologik himoya mexanizmlaridan qarab kattalar ham, hattoki chaqaloqlar foydalanishi mumkin. R.Plutchikning psixologik muhofaza mexanizmining nazariy modelini G.Kellerman va X.Konte bilan hamkorlikda ishlab chiqqan. R.Plutchik tomonidan olib borilgan tadqiqotlar natijasida shaxsning psixologik himoya mexanizmlarini diagnostika qilish so‘rovnomasi yaratildi. R.Plutchik tomonidan yaratilgan testda 8 ta asosiy psixologik himoya mexanizmlarini joylashtirdi. R.Plutchik, psixologik himoya mexanizmiga - ob‘ektiv vaziyatni inson tomonidan real tarzda idrok etilishi natijasida vujudga keluvchi ziddiyatli, tashvishli holatlarni hissiy-emotsional tarzda yumshatish, ruhiy zo‘riqishni pasaytirish sifatida qaraydi. Bu o‘rinda ikkita bir-biriga qarama-qarshi fikr maydonga keladi.

Psixologik himoyasi birinchi holatda shaxsni o‘z-o‘zini rivojlantirishiga, o‘z-o‘zini qayta qurishiga monelik ko‘rsatadi, sababki, "Men" obrazini xavfdan saqlash uchun inson xotirjamlikka beriladi, tashqi shart-sharoitga, vaziyatga moslashishga undaydi; ikkinchi holatda esa shaxs ichki ruhiy va tashqi to‘siqlarni, ziddiyatlarni yengishga, uni bartaraf etishga chog‘lanadi. Bu o‘rinda "Men obrazi"ni rivojlantirish maqsadida kuchli emotsional zo‘riqish holatini boshdan kechirishga rozi bo‘ladi, u o‘z-o‘zi ustida ishlaydi, muammoning yechimini izlaydi. Mazkur metod shaxsda ustunlik qiladigan psixologik muhofaza mexanizmlarini o‘rganadi. Shunday qilib, himoya mexanizmlari, shuningdek, shaxslar dunyoqarashning ma’lum bir pozitsiyasini va bu dunyoda bo‘lish usulini aks ettiradigan noyob hayotiy tajribalarini qanday tuzishlarining namunasi. Psixologik himoyaning eng keng tarqalgan mexanizmlari bir necha usullarda namoyish bo‘lishi mumkin. Psixologik himoya usullaridan biri rad etilgan yoki tashlab yuborilgan narsalarni qayta ishlashning yetishmasligini birlashtiradigan psixologik himoyadan iborat. Unga yaqin bo‘lgan va mavjud bo‘lgan ma’lumotlar o‘rtasidagi og‘riqli tafovutni avtomatik idrok etmaslik reaksiyalaridan iborat bo‘lgan sezgir himoya qilish usullari ko‘rib chiqiladi. Psixologik himoya fikrlar,

his-tuyg'ular yoki xatti-harakatlarning mazmunini o'zgartirish (buzish) bilan bog'liq bo'lgan jarayondir. Psixologik himoya usullaridan yana biri salbiy hissiy stressni tushirish mexanizmlari. Bular spirtli ichimliklar, giyohvand moddalar va giyohvand moddalarga psixologik qaramlikning asosini tashkil etadigan ta'sirchan xatti-harakatlar faollashtiriladigan harakatni amalga oshirish mexanizmini o'z ichiga oladi. Psixologik himoyaning usullaridan - ruhiy himoyaning manipulyatsion mexanizmlari, masalan, tashvishlanishni kamaytirish va real hayotning talablaridan qochish uchun kasallikka o'tish, xayol surish yoki kasallikka o'tish kiradi.

#### Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati

1. "O'zbekiston Respublikasi Prezidentining 2022 yil 28 yanvardagi "Yangi O'zbekistonning taraqqiyot strategiyasi" to'g'risidagi PF-60-sonli Farmoni.
2. Ксенофонтова Е.Г. Исследование локализации контроля личности –новая версия методики «Уровень субъективного контроля» // Психол. журнал. – 1999. – № 2.
3. Островский А.Н. Теория и практика педагогической профилактики правонарушений школьников-подростков. Автореф. дис... кан. психол. Наук. Санкт-Петербург, 2006.
4. Психодиагностика функциональных состояний человека / под ред. А.Б.Леонова. – М., 1994.