

ЎСМИРЛАР ГУРУҲИДА ПСИХОЛОГИК МУҲОФАЗА МЕЗОНЛАРИНИ ТАДҚИҚ ҚИЛИШНИНГ АМАЛИЙ -МЕТОДИК АСОСЛАРИ

<https://doi.org/10.53885/edinres.2022.6.6.009>

*Ахмадов Назиржон Рахмат ўғли,
Бухоро давлат университети, Психология кафедраси ўқитувчиси
<https://orcid.org/0000-0002-1837-9878>*

Аннотация: Ушбу мақолада ўсмирлар гуруҳида психологик муҳофаза мезонларини тадқиқ қилишнинг амалий -методик асослари ҳақида сўз боради. Бундан ташқари бугунги кунда ўзига хос хулқ-атвори, «Мен» лиги намоён этилишида шахслараро муносабат, идентификация, рефлексивлик жараёнларининг яққол таъсири кўриниб турган ҳар бир ўсмирлар гуруҳида меъёридан ортиқ безовталиқ, ҳиссий зўриқиш, руҳий тушкунлик ва асабийлик ҳолатларини ўз вақтида пайқаш ва бартараф этиши учун тегишли чоратadbирларни қўлламай туриб, таълим-тарбия самарадорлигига эришиб бўлмаслиги ҳақида фикр боради.

Калит сўзлар: адекватлиқ, ноадекватлиқ, экстрверт- беқарор, экстрверт –барқарор, интроверт –барқарор, интроверт –беқарор, психологик муҳофаза

ПРАКТИЧЕСКИЕ И МЕТОДИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ИЗУЧЕНИЯ КРИТЕРИЙ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ЗАЩИТЫ В ГРУППЕ ПОДРОСТКОВ

*Ахмадов Назиржон Рахматович,
Бухарский государственный университет, преподаватель кафедры
психологии*

Аннотация: В данной статье рассматриваются практические и методические основы изучения критериев психологической защиты в группе подростков. Кроме того, для своевременного выявления и устранения чрезмерной тревожности, эмоциональной напряженности, депрессии и нервозности в каждой группе подростков, личностное поведение которых сегодня ярко отражается в процессах межличностных отношений, идентификации, рефлексивности в проявлении «Я». существует мнение, что эффективность образования не может быть достигнута без принятия соответствующих мер.

Ключевые слова: адекватность, неадекватность, экстраверт-неустойчивый, экстраверт-устойчивый, интроверт-устойчивый, интроверт-неустойчивый, психологическая защита.

PRACTICAL AND METHODOLOGICAL BASES FOR STUDYING THE CRITERION OF PSYCHOLOGICAL PROTECTION IN A GROUP OF ADOLESCENTS

*Akhmadov Nazirzjon Rakhmatovich,
Bukhara State University, Teacher of the Department of psychology*

Annotation: This article discusses the practical and methodological foundations for studying the criteria for psychological protection in a group of adolescents. In addition, for the timely detection and elimination of excessive anxiety, emotional tension, depression and nervousness in each group of adolescents, whose personal behavior today is clearly reflected in the processes of interpersonal relations, identification, reflexivity in the manifestation of «I». there is an opinion that the

effectiveness of education cannot be achieved without taking appropriate measures.

Keywords: adequacy, inadequacy, extravert-unstable, extravert-stable, introvert-stable, introvert-unstable, psychological defense.

Кириш: Психологик муҳофаза қилиш муаммоси ҳамиша инсоният олдида турган энг долзарб муаммолардан бири бўлиб келган. Зеро, инсоннинг ҳар жиҳатдан ижтимоий тараққиёти, шахс сифатидаги фаоллиги ва ўзини ўзи ривожлантира бориши кўп жиҳатдан ушбу жараёнга боғлиқдир.

Алоҳида таъкидлаш жоизки, шахслар ўзларининг маълум доирадаги психологик имкониятлари, ютуқлари, камчиликлари ҳақида етарли маълумотга эга бўлсалар, бу уларнинг ҳаётда учрайдиган ҳар қандай муваффақиятсизликларни осонлик билан бартараф этишга, ўзимқониятларидан янада кенгроқ фойдалана олишга, бир сўз билан айтганда, ўзлари ҳақида янада теран, ижобий ва ўзига хос ижтимоий қийматга эга бўлган тасаввурларнинг шаклланишига кенг имкониятлар яратади. Ўсмирлик даври эса худди шундай имкониятлар кўламини янада кенгайтириш учун муҳим босқич ҳисобланади. Шу боис мамлакатимизда ёшлар ва уларнинг тарбиявий имкониятлари алоҳида қадрият сифатида тобора юксакларга кўтарилмоқда.

Дарҳақиқат, бугунги кунда ўзига хос хулқ-атвори, «Мен» лиги намоён этилишида шахслараро муносабат, идентификация, рефлексивлик жараёнларининг яққол таъсири кўриниб турган ҳар бир ўсмирлар гуруҳида меъёридан ортиқ безовталиқ, ҳиссий зўриқиш, руҳий тушқунлик ва асабийлик ҳолатларини ўз вақтида пайқаш ва бартараф этиш учун тегишли чора-тадбирларни қўлламай туриб, таълим-тарбия самарадорлигига эришиб бўлмайди. Таълим-тарбия самарадорлиги заифлашган жойда эса шахс етарли даражада ривожланмайди.

Маълумки, ижтимоий психология фанида айнан психологик муҳофаза муаммосига бағишланган ва унинг барча йўналишларини батафсил баён этишга қодир илмий адабиётлар етарли бўлмаса-да, бугунги кунда фан оламида ва жамият тараққиётида психологик муҳофаза муаммосининг зарурлигини кўрсата олувчи ва унинг методологик илдизларини асослаб бера олувчи илмий тадқиқотларни алоҳида қайд этиш мумкин.

Мазкур адабиётларни таҳлил қилар эканмиз, улардаги психологик муҳофаза методологиясига тааллуқли айрим умумий жиҳатларни ижтимоий психология фани нуқтаи назаридан тадқиқ қилишимизга тўғри келади.

Чунончи, барча тадқиқотчилар ҳам ижтимоий психологиянинг методологик тамойилларига амал қилган ҳолда шахс психологик муҳофазаси учун муҳим бўлган у ёки бу жиҳатни назарий-илмий тарзда асослаб берадилар. Булар ичида шахс психологик муҳофазаси учун муҳим назарий-илмий аҳамият касб этувчи ижтимоий психологик вазифаларни аниқлашга қаратилган тадқиқотларни Г.М.Андреева, М.Г.Давлетшин, Ю.М.Забродин, Д.Карнеги, В.М.Каримова, Б.Д.Паригин, Т.Б.Снигирева, А.В.Филиппов, П.Н.Шихирев, Ғ.Б. Шоумаров, В.А. Ядов, Э.Ғ. Ғозиев; шахс фаоллиги билан боғлиқ тадқиқотларни К.А.Абульханова-Славская, Л.П. Гримак, Б.Ф. Ломов, Н.С. Лейтес, Э.А. Голубева, Б.Р. Қодиров, А.И. Липкина, А.В. Петровский, С.Л. Рубинштейн; ижтимоий установка билан боғлиқ тадқиқотларни А.Г. Асмолов, Ш.А. Надирашвили, Д.Н. Узнадзе, П.Н. Шихирев.

Психологик муҳофаза мезонларининг танланиши ва тадқиқ қилиниши асосан тадқиқотимизнинг биринчи бобида батафсил қайд этилган психологик муҳофаза ҳақидаги назарий-методологик тушунчаларга таянади. Жумладан, ҳар бир мезон маълум даражада ўсмир шахсидаги психологик муҳофаза имкониятларининг у ёки бу жиҳатларини очиб беришга хизмат қилади.

Бинобарин, ҳар бир тадқиқотни олиб бориш, унинг натижаларини илмий

таҳлил қилган ҳолда тегишли ҳулосалар қилиш учун шартли равишда у ёки бу мезонлар қабул қилинади. Худди шу қабул қилинган мезонлар ёрдамида тадқиқот мақсади, вазибалари, илмий ҳулосалар очиб берилади. Шу анъанага амал қилган ҳолда олиб борилиши лозим бўлган тадқиқотимизнинг илмий салоҳиятини яққолроқ кўрсатиш мақсадида ўсмирлар учун характерли бўлган ўзини ўзи психологик муҳофаза қилиш жараёнини очиб берувчи мезонларни танлаш ва тадқиқ қилиш услуби белгилаб олинди. Албатта, ҳар бир мезоннинг танланиши юқоридаги бобнинг биринчи ва иккинчи параграфларида қайд этилган илмий-фундаментал ғоялар асосида шакллантирилди.

Тадқиқотнинг методлари:

Рикс -Уэссман шкаласи бўйича ўсмирлар гуруҳида ўзини ўзи ҳиссий баҳолашга асосланган адекват ва ноадекват психологик муҳофаза кўрсаткичларининг респондентлар умумий сонига нисбат тутган ўринлари

| № | 5-синф | | | | 9-синф | | | |
|---|--------------|------|----------------|------|--------------|------|----------------|------|
| | адекватлилик | | ноадекватлилик | | адекватлилик | | ноадекватлилик | |
| | шкаласи | % | шкаласи | % | шкаласи | % | шкаласи | % |
| 1 | III | 57,4 | IV | 49,0 | IV | 56,2 | I | 57,3 |
| 2 | I | 52,8 | II | 47,5 | III | 48,5 | II | 54,5 |
| 3 | II | 52,5 | I | 47,2 | II | 46,5 | III | 51,5 |
| 4 | IV | 51,0 | III | 42,6 | I | 42,7 | IV | 43,8 |

Бешинчи ва тўққизинчи синф ўқувчиларидан олинган эмпирик маълумотларни синчиклаб ўрганадиган бўлсак, ўзини ўзи ҳиссий баҳолашга асосланган психологик муҳофаза кўрсаткичларида турли хил қонуниятлар мавжудлигини кўраимиз.

1. Тадқиқот мақсадига мос қўлланилган асосий ва қўшимча усуллар ҳамда жадвалдаги маълумотлар шундан гувоҳлик берадики, ўсмирликнинг дастлабки даврида ҳам, охириги босқичида ҳам ўзини ўзи ҳиссий баҳолашга асосланган психологик муҳофаза ҳақидаги тасаввурларнинг “адекват” ва “ноадекват” кўрсаткичлари ўртасидаги тафовутнинг унчалик катта эмаслигини таъкидлаш мумкин.

2. 5-синф ўқувчиларида ҳам, 9-синф ўқувчиларида ҳам “адекват” кўрсаткичлар кўлами талайгина миқдорни ташкил этиши, жумладан 5-синф ўқувчилари орасида ($n_1=2000$ га нисбатан) барча тўртала шкалани умумлаштирган ҳолдаги ўртacha умумий кўрсаткич миқдори нисбатан кўпроқ миқдорни, яъни 53,4% ни ташкил этган бўлса, бу миқдор 9-синф ўқувчиларига нисбатан ($n_2 = 2000$) олганда эса 48,5% га камайганлигини кўриш мумкин. “Ноадекват” кўрсаткичлар миқдори эса 5-синф ўқувчилари орасида нисбатан камроқни яъни 46,6 % ни, 9-синф ўқувчилари орасида нисбатан кўпроқ миқдорни, яъни 51,5%ни ташкил этганлиги билан характерланади. Олинган бу кўрсаткичлар ўсмирлик даврида ўзини ўзи ҳиссий баҳолаш жараёни ва унинг психологик муҳофаза жараёнига нечоғлиқ мутаносиблик жиҳатлари ва унинг динамикаси ҳақида таҳлиллар олиб бориш имкониятини очиб беради.

3. Олинган маълумотларга асосланиб Рикс-Уэссман шкаласи бўйича ўзини ўзи ҳиссий баҳолашга асосланган “адекват” ва “ноадекват” психологик муҳофаза кўрсаткичларининг респондентлар умумий сонига нисбатан тутган ўринлари белгиланади. Жумладан, 5-синф ўқувчилари орасида белгиланган тўрт шкаладаги адекват кўрсаткичлар бўйича 1-ўринни III шкала ҳиссий кўтаринкилик кўрсаткичлари (57,4%) эгаллаган бўлса, 9-синф ўқувчилари орасида эса мазкур йўналиш бўйича 1-ўрин IV шкалага ўз-ўзига ишончлилик шкаласига тааллуқлилиги (59,9%) маълум бўлди. Шунингдек, 5-синфдаги адекват кўрсаткичлар кўламида 2-ўрин I шкалага (52,8%), 3-ўрин II шкалага (52,5%), 4- ўрин эса IV шкала (51,0%) га тўғри келди. 9-синф ўқувчилари орасидаги ўзини ўзи ҳиссий баҳолашга бўлган адекват кўрсаткичлари кўламида эса 2-ўрин III шкалага (48,5%), 3-ўрин II шкалага (46,5%) ва охириги

4- ўрин I шкалага (42,7%) тўғри келиши билан характерланади. Ўзини ўзи ҳиссий баҳолашга бўлган ноадекват кўрсаткичлар кўлами бўйича 5- синфда ўқувчилар орасида 1- ўрин IV шкалага, 2- ўрин II шкалага (47,5%), 3- ўрин I шкалага (42,7%), 4- ўрин III шкалага (42,6%) тўғри келган бўлса, бундай кўрсаткичлар 9-синфга келиб бир оз ўзгарганлигини кузатиш мумкин. Яъни 1-ўрин I шкалага (57,3%), 2- ўрин II шкалага (54,5%), 3- ўрин III шкалага (51,5%) 4-ўрин IV шкалага (43,8%) тўғри келиши яққол номоён этилди. Олинган бу кўрсаткичлар ҳар бир ўсмирга индивидуал ёндашув имкониятларини излашда муҳим аҳамият касб этади.

Шахс динамик хусусиятлари доирасидаги психологик муҳофаза мезонлари номоён этилишининг ўртача умумий типик кўрсаткичлари (9 – синф)

| Объект | Мезон | | | | | | | | | | | | | | | | |
|----------|-------|-----|------|-----|------|-----|------|-----|------|-----|------|-----|------|-----|------|-----|------|
| | № 1 | | № 2 | | № 3 | | № 4 | | № 5 | | № 6 | | № 7 | | Жами | | |
| | n | % | n | % | n | % | n | % | n | % | n | % | n | % | n | % | |
| I | A | 20 | 28.5 | 4 | 57.1 | 3 | 37.0 | 5 | 45.0 | 4 | 57.1 | 3 | 46.7 | 2 | 40.0 | 23 | 44.8 |
| | B | 50 | 71.5 | 3 | 42.9 | 5 | 62.0 | 6 | 54.0 | 3 | 42.0 | 4 | 53.3 | 3 | 60.0 | 29 | 55.2 |
| | жами | 70 | 33.3 | 7 | 22.0 | 8 | 26.7 | 1 | 29.1 | 7 | 28.4 | 7 | 25.0 | 5 | 20.0 | 52 | 10.0 |
| II | A | 40 | 66.7 | 3 | 40.0 | 4 | 64.0 | 4 | 39.5 | 3 | 50.0 | 4 | 47.4 | 4 | 47.0 | 27 | 48.9 |
| | B | 20 | 33.3 | 4 | 60.0 | 2 | 35.0 | 7 | 60.9 | 3 | 50.0 | 5 | 52.6 | 4 | 53.0 | 28 | 51.1 |
| | жами | 60 | 28.6 | 7 | 23.8 | 6 | 20.7 | 1 | 30.1 | 6 | 24.0 | 9 | 31.6 | 8 | 34.0 | 55 | 10.0 |
| III | A | 20 | 66.7 | 5 | 57.4 | 5 | 56.8 | 5 | 53.8 | 2 | 40.0 | 3 | 42.9 | 3 | 42.9 | 23 | 51.0 |
| | B | 10 | 33.3 | 3 | 42.9 | 3 | 43.8 | 3 | 46.2 | 3 | 60.0 | 4 | 57.1 | 4 | 57.1 | 22 | 49.0 |
| | жами | 30 | 14.3 | 8 | 27.6 | 8 | 29.3 | 6 | 17.5 | 5 | 20.0 | 7 | 23.4 | 7 | 28.0 | 46 | 10.0 |
| IV | A | 20 | 40.0 | 4 | 48.1 | 2 | 41.9 | 4 | 47.1 | 2 | 41.9 | 3 | 50.0 | 2 | 44.0 | 20 | 44.9 |
| | B | 30 | 60.0 | 4 | 51.9 | 4 | 58.1 | 4 | 52.9 | 4 | 58.1 | 3 | 50.0 | 2 | 55.5 | 25 | 55.1 |
| | жами | 50 | 23.8 | 8 | 26.4 | 7 | 23.4 | 8 | 22.5 | 7 | 28.0 | 6 | 20.0 | 4 | 18.0 | 46 | 10.0 |
| Жами | A | 110 | 52.3 | 1 | 50.7 | 1 | 49.7 | 1 | 42.7 | 1 | 47.1 | 1 | 46.7 | 1 | 44.0 | 94 | 47.4 |
| | B | 100 | 47.7 | 1 | 49.3 | 1 | 50.3 | 2 | 57.3 | 1 | 52.4 | 1 | 53.3 | 1 | 56.0 | 10 | 52.6 |
| Хаммаси: | 210 | 100 | 150 | 100 | 300 | 100 | 375 | 100 | 500 | 100 | 500 | 100 | 500 | 100 | 2000 | 100 | |

- I. Экстреверт- беқарор
- II. Экстреверт -барқарор
- III. Интроеврт -барқарор
- IV. Интроеврт -беқарор

«А»- шахс динамик хусусиятлари доирасидаги адекват кўрсаткичлар миқдори

«Б»- шахс динамик хусусиятлари доирасидаги ноадекват кўрсаткичлар

миқдори

Авалло шуни айтиш керакки, ўсмирлар гуруҳида ҳар бир ўсмир шахсини психодиагностик ўрганиш натижаларига мувофиқ улардаги психотизм, невротизм ва депрессиянинг маълум даражада яққол намоён этилиши кузатилсада, ўсмирлар гуруҳининг фаолият самарадорлигига қараб фрустрацияга чидамлилиқни шакллантириш, муваффақиятсизлиқни енгиш орқали психологик муҳофаза механизmlарини ҳосил қилишнинг муҳим аҳамият касб этади. Тегишли таҳлиллар шуни кўрсатадики, психологик ҳимоя механизми ўсмир шахсини психофизиологик жиҳатларига, яъни олий асаб тизимининг қуввати, мувозанати, ҳаракати, лабиллиги, пластиклиги акс этган “Мен”ининг кучига боғлиқ. Бу “боғлиқлик”ни таҳлил қилиш орқали ҳар бир ўсмир учун характерли бўлган психологик муҳофаза механизmlари ҳақида тегишли маълумотга эга бўлиш мумкин.

Энди, бевосита қўлга киритилган эмпирик маълумотлар таҳлиliga ўтамыз. Келтирилган жадвалларда ўсмирларнинг ҳар бир динамик хусусият доирасидаги психологик муҳофаза кўрсаткичлари (“а-адекват”, б-ноадекват”) қийёсий тарзда яъни ўсмирликнинг бошланиши арафасида турган 5-синф ўқувчилари ҳамда ўсмирликнинг якуний босқичида турган 9-синф ўқувчилари мисолида ўрганилди. Ҳар бир ўсмир (респондент) билан тадқиқот максалига мос методика талаблари асосида индивидуал ишлар олиб борилди. Контент-таҳлил учун қўшимча саволномалар ва анкета сўровномалари ўтказилиб, унинг натижалари умумий методика натижаларига мос равишда тадқиқ қилинди. Маълумотларнинг ишончлилиқ даражаси эса математика-статистик мезонлар билан текширилди ва маълум ҳулосалар қилинди.

Тадқиқот давомида шу нарса аён бўлдики, бугунги кунда барча таълим муассасаларида ҳар бир ўсмир шахси ўзига хос ва ўзига мос индивидуал услубни намоён этган ҳолда маълум бир ўқув топшириқларини бажаради, ёки бўлмаса мавжуд индивидуал имкониятлари асосида ўқув фаолиятидаги айрим муваффақиятсизлиқлардан ўзини ҳимоя қилади. Лекин кўп ҳолларда ўсмир ўзидаги мавжуд динамик хусусиятларга мос (адекват) тарзда ҳаракат қила олмаслигидан қийналади. Бу ҳолатга катталар томонидан унчалик жиддий эътибор қаратилмаганлигининг оқибатида ўсмирда ўзини ўзи психологик муҳофаза қилиш механизми етарли даражада ишламаслиги мумкин. Шу нуқтаи назардан қуйидаги жадвалларда (3.14, 3.15) келтирилган маълумотлар тегишли ҳулосалар чиқариш имконини беради. Бинобарин, тақдим этилган кўрсаткичлар респондентларда намоён бўлувчи шартли равишда қабул қилинган иккита мезон, яъни “А” мезони шахс динамик сифатлари доирасидаги адекват кўрсаткичлар миқдорини билдирса, “Б” мезон кўрсаткичлари эса шахс динамик сифатлари доирасидаги ноадекват кўрсаткичлар миқдоридан гувоҳлиқ беради. Ҳар иккала мезон кўрсаткичлари шартли ва нисбий тарзда талқин қилинади ва бу талқиннинг ишончлилиги, ҳаққонийлиги эса олдиндан қўшимча усуллар, контент-таҳлиллар ва индивидуал савол-жавоблар ҳамда сўровномаларнинг натижаларига таянган ҳолда таъминланади.

Хулоса: Мамлакатимизда ўзига хос изчиллик билан амалга оширилаётган ижтимоий, сиёсий, иқтисодий ва маънавий ислохотларнинг туб негизида энг аввало ҳар бир инсоннинг кадр–қиммати, ақл–заковати, маънавий салоҳияти ва ўзига хос ижтимоий психологик тараққиётига хизмат қилувчи омиллар ётади. Зеро, бу омилларни ҳар жиҳатдан муҳофаза қилиш башариятнинг энг олий неъматини ҳисобланган шахсни муҳофаза қилиш демакдир. Шу билан бирга шахсдаги ўзини ўзи турли хил муваффақиятсизлиқдан, турли хил салбий ҳолатларга тушиб қолишдан ҳимоя қила олиш тизимини ўрганиш, тадқиқ қилиш ва ривожлантириш масаласи ҳам ўта муҳим аҳамият касб этишини унутмаслик керак бўлади. Тадқиқотимиз давомида олиб борилган барча илмий–услубий ишлар ва уларнинг эмпирик натижаларига асосланган илмий-назарий мушоҳадалар худди шу масаланинг моҳиятини ва аҳамиятини очиб беришга хизмат қилади. Чунончи ўтказилган барча назарий ва амалий тадқиқотлар асосан қуйидаги умумий ҳулосаларга қелишимизга сабаб бўлди:

1. Ижтимоий психологиядаги илмий–назарий ва методик адабиётлар

таҳлили шахс фаоллиги ва ижтимоий тараққиётининг таъминланиши учун муҳим йўналиш ҳисобланган ўсмирлик даври учун характерли бўлган ўзини ўзи психологик муҳофаза қилиш жараёнини махсус таҳлил қилишга бағишланган тадқиқотларнинг ниҳоятда тақчил эканлигини кўрсатади. Холбуки, ҳар қандай шахс, айниқса, ўсмирлик даврида унинг ижтимоий тараққиётига салбий таъсир этиши мумкин бўлган турли хил муваффақиятсизликлардан, ички зиддиятлардан, юқори даражадаги стресс ҳолатларига тушишдан вақтидаёқ ўзини ўзи психологик муҳофаза қила олишга тайёр бўлсагина, у етарли даражада фаолият ва фаоллик кўрсата олади. Бундай фаолият ва фаолликнинг таъминланиши эса ҳар бир ўсмирда шаклланаётган ўзини ўзи психологик муҳофаза қилиш жараёнига дахлдор бўлган ўзига хос ижтимоий психологик ҳолатларни тадқиқот предмети сифатида ўрганишни, тадқиқ қилишни ва тегишли илмий-амалий хулосалар чиқаришни тақозо этади.

2. Ўсмирларда ўзини ўзи психологик муҳофаза қилиш жараёнига таъсир қилувчи ва айни пайтда тадқиқот предметиға айлантирилган мезонларнинг ҳар бири ўзига хос муҳофаза омили, белгиси, динамикаси ва иерархик тизимиға эға эканлиги ва бу умумий психологик муҳофазанинг бир–бириға боғлиқ иерархик занжирни мустаҳкамлашға ҳамда мукамаллаштиришға хизмат қилиши билан алоҳида характерланади. Шу нуқтаи назардан мазкур мезонлар талқини шахснинг ўзини ўзи психологик муҳофаза қилиш тизими ҳақида эмпирик маълумотлар бериш мумкинлигини исботлади. Жумладан: Ижтимоий ҳолат безовталиги (1-омил)нинг психологик муҳофаза мезони–адекват психологик ҳимоя, психологик муҳофаза белгиси ижтимоий меъёрий фаоллик, психологик муҳофаза иерархияси–А) мактаб ҳаёти билан боғлиқ фаоллик, Б) ўзини ўзи баҳолаш, В) шахслараро мулоқот билан боғлиқ эканлигини, ўзини ўзи ҳиссий баҳолаш (2-омил) нинг психологик муҳофаза мезони–меъёрий ҳиссий баҳолаш, психологик муҳофаза белгиси ўзини ўзи адекват бошқариш, психологик муҳофаза иерархияси–хотиржамлик, ўз–ўзига ишонч хусусиятларининг намоён этилиши билан; зиддиятли ҳолатдан сақланиш (3-омил)нинг психологик муҳофаза белгиси–индивидуал услубни намоён эта олиш, психологик муҳофаза иерархияси–баҳс–мунозара, ҳамкорлик, келишув, ўзини четға олиш, мослашиш каби хусусиятлар билан; фаолият ва индивидуал ёндашув (4-омил)нинг психологик муҳофаза мезони–адекват динамик сифатлари мутаносиблиги, психологик муҳофаза иерархияси эса ҳар бир динамик сифатға хос хусусиятларнинг намоён этилиши билан бевосита боғлиқ эканлиги тақдим этилган эмпирик маълумотлар таҳлилида ўз аксини топди.

Адабиётлар рўйхати:

Ахмадов, Н. Р. (2022). Психологические механизмы реабилитации процесса дезадаптации у подростков. *Science and Education*, 3(4), 1271-1277.

Ахмадов, Н. Р. (2020). Роль психологического здоровья студентов в учебный процесс. Психология XXI столетия. In Сб. научных статей по материалам международной конференции) (pp. 127-131).

G'aybulloyev, A. A. (2022). Sportchilarda irodaviy sifatlarni shakllanishining psixologik mexanizmalari. *Science and Education*, 3(4), 832-837.

Гайбуллаев, А. А. Особенности эмоционального состояния спортсменов. *Вестник интегративной психологии (Ярославль, выпуск 23, 2021.–С. 69-73.*

Nazarov, A. M. (2020). PSYCHOLOGICAL MECHANISM FOR IMPROVEMENT OF PSYCHOLOGICAL PROTECTION OF SPORTSMEN. *Theoretical & Applied Science*, (1), 435-438.

Назаров, А. М. (2020). Психологическая защита личности в спортивной деятельности “Психология XXI столетия”. Выпуск, 1, 97-99.

Бафаев, М. М., Усманова, М. Н., & Остонов, Ш. Ш. (2014). Симптомы эмоционального выгорания современного педагога. *Наука. Мысль*, (6).

Бафаев, М. М., & Остонов, Ш. Ш. (2014). СОЦИАЛЬНОЕ РЕГУЛИРОВАНИЕ КАК МЕХАНИЗМ ЗАЩИТЫ ОБЩЕСТВА. In *Формы и методы социальной работы в различных сферах жизнедеятельности* (pp. 24-26).