

PSIXOANALIZDA INSON TABIATINI TUSHUNISHNING PSIXOLOGIK MEXANIZMLARI

Bo'ronova Hilola Akramjonovna

Qo'qon davlat pedagogik instituti Amaliy psixologiya kafedrasida o'qituvchisi

Annotatsiya. Konsultatsiya shaxslararo munosabatdan iborat jarayon. Konsultatsiya jarayonida psixolog bilan mijozning bir-birini tushinishi hamda mijozning o'zgarishi va o'sishi uchun konsultant bilan mijoz orasida ishonch muhiti yaratiladi. Har qanday konsultatsiyada mijozning o'zgarishini belgilovchi to'rtta o'zgaruvchan tarkib mavjud: psixolog, mijoz, konsultatsiya o'tkazilayotgan muhit, konsultant psixologning nazariy yo'nalishi. Konsultatsiyadagi ko'pgina yondoshuvlar to'rtta nazariy toifalardan biriga kiradi: psixoanalitik, affektiv, kognitiv va bixevioral. Maqolada psixoanalitik yondoshuvning metodologik asoslari xususida so'z boradi.

Kalit so'zlar: Id motivlar, instinktlar, Id, Ego, Super-ego, himoya mexanizmlari, proeksiya, siqib chiqarish, reaktiv tuzilmalar, ratsionalizatsiya, identifikatsiya.

ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ МЕХАНИЗМЫ ПОНИМАНИЯ ПРИРОДЫ ЧЕЛОВЕКА В ПСИХОАНАЛИЗЕ

Боронова Хилола Акрамжоновна

Коканский государственный педагогический институт Преподаватель кафедры прикладной психологии

Абстракт. Консультирование – это межличностный процесс. В процессе консультации между консультантом и клиентом создается атмосфера доверия, позволяющая психологу и клиенту понимать друг друга, а клиент меняться и расти. В любой консультации есть четыре переменные, определяющие изменение клиента: психолог, клиент, среда, в которой проводится консультация, и теоретическая направленность психолога-консультанта. Большинство подходов к консультированию относятся к одной из четырех теоретических категорий: психоаналитический, аффективный, когнитивный и поведенческий. В статье говорится о методологических основах психоаналитического подхода.

Ключевые слова: Ид-мотивы, инстинкты, Ид, Эго, Супер-Эго, защитные механизмы, проекция, вытеснение, реактивные структуры, рационализация, идентификация.

PSYCHOLOGICAL MECHANISMS OF UNDERSTANDING HUMAN NATURE IN PSYCHOANALYSIS

Boronova Hilola Akramjonovna

Kokan State Pedagogical Institute Teacher of the Department of Applied Psychology

Abstract. Counseling is an interpersonal process. In the process of consultation, an environment of trust is created between the consultant and the client for the psychologist and the client to understand each other and for the client to change and grow. In any consultation, there are four variables that determine the change of the client: the psychologist, the client, the environment in which the consultation is held, and the theoretical orientation of the consulting psychologist. Most approaches to counseling fall into one of four theoretical categories: psychoanalytic, affective, cognitive, and behavioral. The article talks about the methodological foundations of the psychoanalytic approach.

Key words: Id motives, instincts, Id, Ego, Super-ego, defense mechanisms, projection, repression, reactive structures, rationalization, identification.

Kirish. Psixoanalitik yondoshuvning dastlabki g'oyalarini mashhur psixiatr Z.Freyd taklif etgan. Z.Freydning g'oyalari mashhur psixologlar Alfred Adler, Karl Yung, Albert Ellis, Rollo Mey va Frits Perlzlarining qarashlariga ham o'z ta'sirini ko'rsatgan. K.Rodgers, B. F. Skinner, Otto Rank va boshqalar ba'zi psixologlar esa Freydning qarashlariga butunlay qarama-qarshi yo'nalishda faoliyat yuritganlar. Uchinchilari esa, Anna Freyd, Erik Erikson, Garri Stek Sallivan, Karen Xorni va Xayns Kogutlar esa Freydning qarashlari asosida o'z qarashlarini shakllantirganlar. Har bir psixolog-konsultant psixoanalizni

bilishi shart.

Talabalik davrida Freyd Iozef Breyerning katarsis usuliga qiziqib qolgan. Breyer mijozlarining yillar davomida bostirib kelgan hissiyotlari bilan ishlab og'riqli kechinmalarini yengillashtirar edi. Bu usul gipnozdan foydalanishni ham nazarda tutar edi. Lekin Freyd bu usuldan o'zgacha foydalana boshladi. Mijoz verbal materialga to'siq qo'ya boshlaganda u qo'lini mijozning peshonasiga qo'yib mijozni allaqachonlar esdan chiqib ketgan hodisalar va fikrlarni eslashi mumkinligiga ishontirardi. Freyd bu usulni erkin assotsiatsiyalar usuli deb atagan. U bu usuldan mijozlarining ongsizligini tadqiq qilishda foydalangan, Mazkur usulda olingan ma'lumotlar sharhlangan va tahlil qilingan. Psixoanaliz mana shu tarzda paydo bo'ldi. Freyd shaxsni tushunishda ongsizlikning muhimligini ta'kidlay boshladi. Freyd nazariyasida ahamiyat jinsiy mayllarga qaratildi va bu holat ko'pgina tadqiqotchilarni undan yiroqlashishga olib keldi.

Freydning nazariyasini tushunish konsultatsiyada qo'llaniladigan turli yondoshuvlarni tushunish uchun kerak. Freydning nazariyasi uning butun umri davomida rivojlandi. Freyd inson shaxsining ichki energetik almashinuvi va o'zgarishiga ishongan. Freyd taklif etgan ba'zi gipotezalar o'sha vaqtda ilmiy isbotlangan emas edi, lekin Freyd o'z nazariyalarining amaliy isbotlanishiga ishongan. Ong, ong oldi va ongsizlik. Freyd bo'yicha inson tabiatini ong, ong oldi va ongsizlik tushunchalari bilan tushuntirish mumkin. Ong tashqi dunyoni bilishga, bugungi kundagi hodisalarga yo'naltirilgan. Ong oldi, ong va ongsizlik o'rtasidagi oraliq bo'lib, unda yashirin xotiralar yoki esga tushirish mumkin bo'lgan unutilgan kechinmalar bo'ladi. Ong oldidan pastroqda shaxsning tushunishi qiyin bo'lgan ongsizlik joylashgan. Ongsizlikda shaxs bostirib turadigan kuchli instinktlari joylashgan. Id, Ego va Super-ego. Freydning fikriga ko'ra shaxs uch qismdan iborat: Id, Ego, Super-ego. Id va Super-ego ongsizlik bilan chegaralangan. Ego, avvalambor, ongda, shuningdek, ong oldida va ongsizlikda ishlaydi. Id o'zida shaxsning asosiy irsiy mohiyatini jam etgan va u tug'ilgan vaqtdan beri mavjud. Id axloqsiz, impulsiv, irratsional bo'lib, qoniqish tamoyiliga muvofiq harakat qiladi. Id nimani xohlayotgan bo'lsa shunga erishishga intiladi, chunki qondirilmagan ehtiyoj zo'riqishini ko'tara olmaydi. Id motivlar, instinktlar va xayol, ya'ni birlamchi jarayonlar orqali harakat qiladi (masalan, tushlar, xayolparastlik). Tafakkur birlamchi jarayonlar darajasida vaqtinchalik yengillik keltirsada, oxir- oqibat qoniqarli bo'lmaydi. Yetarli darajada kuchga ega bo'lgan Id nazoratsiz qolganda shaxsni butunlay buzib, o'zidagi oddiy, agressiv motivlarni namoyon qilish yo'li bilan noxushliklarning sababchisi bo'lishi mumkin. Id impulsarlari bilan harakat qilish imkoni bo'lgan sharoitda tarbiyalangan odamlar o'z harakatlarining oqibatlarini yetarli darajada yaxshi tushunmaydilar. Idda energiyaning ikkita asosiy turi, ikkita instinkti mujassamlangan: eros sifatida mashhur hayot instinkti va tanatos –o'lim instinkti. Freyd hayotni ta'minlovchi instinktlarni eros, ularga hamrohlik qiluvchi psixik energiyaning libido deb tavsiflagan. Freyd har bir shaxs o'limni xohlaydi deb hisoblagan, lekin u tanatos g'oyasini oxirigacha rivojlantirmagan. Shunday bo'lsada, Freyd agressiyaning har qanday ko'rinishini, shuningdek, hayot uchun xavfli nojoiz tavakkalchilik harakatlarini tanatosning ko'rinishi deb hisoblagan. Ego Id va Super-egoni insonning xohish va istaklarini to'g'rilab turadi. Ego Iddan keyin va Super-egodan oldin rivojlanuvchi ikkinchi tizimdir. Dastlab Ego Idni nazoratdan chiqishdan ushlab turadi. Egoni —ongni bajaruvchisi deb ham atashadi. U to'liq rivojlangandan so'ng uning vazifasi Id bilan Super-egoning istaklarini nazoratda ushlab turib, insonga tevarak muhit bilan normada o'zaro aloqa qilishiga yordam berishdan iborat bo'ladi. Ego reallik tamoyiliga muvofiq harakat qiladi. Reallik – bu mavjud narsa. Shuningdek, Ego Id (butun energiya manbai) dan faoliyat uchun energiya oladi, muayyan maqsadlarga erishish usullarini topadi hamda shaxsni tevarak muhit bilan uyg'un holda ushlab turadi. Egoning tafakkuri ikkilamchi jarayon sifatida ma'lum. Bu jarayon u yoki bu vaziyatlarda namoyon bo'ladigan ratsional tafakkurdan boshqa narsa emas. Shaxsning sog'lom ishlashi uchun kuchli Ego zarur. Super-ego Iddan farqli ravishda ideal tasavvurlarga muvofiq ishlaydigan ongning axloqiy bo'lagidir. Super-ego ota-onaning farzandiga beradigan axloqiy tarbiyasi natijasidir va u individning takomillikka erishishiga harakat qiladi. Demak, Super-ego axloqiy tamoyilga muvofiq ishlaydi. Ideal Ego sifatida ma'lum bo'lgan mexanizm orqali, u ota-ona aytganidek bajaradiganlarni va ijtimoiy qoidalarga rioya qiladiganlarni mukofotlaydi. Masalan, ota—onasi tartiblilikni qadrlashga o'rgatganlarning farzandlari xona toza bo'lganida o'zlarini yaxshi his etadilar. Boshqa tomondan o'rgatganlarini teskarisini qilganlar, aybdorlik hissini paydo qiluvchi Super-egoning vijdon deb ataluvchi qismi tomonidan jazolanadi. Agar Super-egoga hukmronlik berilgan bo'lsa, u shaxsni juda qattiq axloqiy chegaralarda ushlab turadi. Chunki uning maqsadi – mukammallik. Super-ego ziddiyatli vaziyatlar bilan to'qnash kelganda odamlarning

faoliyatlarini cheklashi yoki umuman harakatdan to'xtatib qo'yishi mumkin.

Psixoanalizda himoya mexanizmlari. Himoya mexanizmlari shaxsni vaziyatlarga moslashtirish yo'li bilan yoki voqealarni o'zgartirish, inkor etish orqali haddan ortiq xavotirdan himoya qiladi. Anna Freyd va boshqa ego-psixologlar Freydning qiziqarli g'oyalarini qayta ishlab himoya mexanizmlari himoyasiga asosli dalillar keltirishgan. Asosiy himoya mexanizmlari quyidagilar: Siqib chiqarish. Siqib chiqarish – asosiy himoya mexanizmidir. Barcha narsa uning asosida quriladi. Bu mexanizmdan foydalanilganda Ego ixtiyorsiz ravishda ongdan har qanday yoqimsiz yoki og'riqli fikrlarni, hislarni, xotiralarni yoki impulslarni chiqazib tashlaydi. Ego energiyani inkor etilgan sohalarni ongga kirishiga yo'l qo'yimaslikka sarflashi lozim. Ba'zan bostirilayotgan fikrlar tushda yoki og'zaki iboralarda namoyon bo'ladi.

Proeksiya (olib o'tish). Proeksiyaning yordamida shaxs yoqimsiz hissiyotlarni yoki xarakteristikalarini biror bir odamda qayd etadi. Proeksiya mazkur hissiyot va xususiyatning insonni o'zining xarakteristikasi ekanligini rad etishga urinishdir. Masalan, ayol boshliqdan jahli chiqqanini gapirishni o'rniga, — boshliqning mendan jahli chiqyapti deb gapirishi mumkin. Reaktiv tuzilmalar. Bu mexanizm yordamida xavotirni paydo qiluvchi fikrlar, hislar yoki mayllar bostiriladi, ularga qarama-qarshilari namoyon bo'ladi. Masalan, bayram kechasining egasi aytilmagan mehmonga haddan ortiq e'tibor qaratishi mumkin. Ko'pincha reaktiv tuzilmani qarama-qarshi hissiyotning namoyon bo'lish intensivligidan aniqlash mumkin.

O'rin egallash. O'rin egallash energiyani bir ob'ektdan egallanishi xavfsiz bo'lgan maqsadga, alternativiga yo'naltiradi. Masalan, og'ir ish kundan keyin inson uyga kelgach itiga baqirishi mumkin.

Regress. Regress holatida shaxs rivojlanishning oldinroqdagi bosqichiga qaytadi. Masalan, jinsiy yetilish yoshidagi bola psixologik jarohat, stress ta'sirida o'rnini ho'llab qo'yishi mumkin. Umuman olganda, barcha odamlar yetarli darajadagi bosim yoki stress ostida regressga moyil bo'ladi.

Ratsionalizatsiya. Ratsionalizatsiya insonning noma'qul yoki nojo'ya xulqini mantiqiy va maqbul deb tushuntirishni bildiradi. Masalan, mijoz —men buni hamma shunday qilgani uchun qildim deyishi mumkin.

Inkor etish. Inkor etish mexanizmidan foydalanganda inson noxush yoki jarohat yetkazuvchi hodisa yoki vaziyatning mavjudligini tan olmaydi. Inkor etish odamlarni og'riqli kechinmalar bilan to'qnash kelish zaruratidan himoya qiladi. Masalan, er va xotin munosabatlari yomonlashayotganini anglasalar ham nikohlarida muammolar borligini inkor etishlari mumkin. Inkor dastlab insonga ba'zi vaziyatlarning uddasidan chiqishga yordam berishi mumkin, lekin doim qo'llanilganda oxir oqibat destruktiv bo'lib qoladi.

Identifikatsiya. Identifikatsiyada inson o'ziga boshqa odamning sifatlarini o'zlashtiradi. Identifikatsiya boshqa odam bilan munosabatda har qanday qo'rquvni bartaraf etadi va yangi xulq ko'nikmalarini beradi. Masalan, bola qo'rqadigan ota-onasi bilan identifikatsiya qilishi mumkin. Identifikatsiya boshqa himoya mexanizmlaridan farqli ravishda insonga muammolarini yechishga yordam beradi. Freydning fikricha inson tabiatini ong va ongsizlik o'rtasidagi nizo namoyon etadi. Yetuk inson shaxsi bolalikdagi psixoseksual bosqichlarni o'tish jarayonida shakllanadi. Agar inson yoshligida jarohatlovchi hodisalarni boshidan kechirgan bo'lsa va rivojlanishning muayyan psixoseksual bosqichlarini unga xos bo'lgan muammolarni yechmasdan bosib o'tgan bo'lsa, u holda u bu yechilmagan bosqichni hayoti davomida o'tishi kerak bo'ladi.

Xulosa. Himoya mexanizmlari kishilarga tevarak-olamga oson, qulay va stresslarsiz moslashishga xizmat qilar ekan. Ushbu sohaga psixolog-mutaxassislar bugungi globallashuv davrida ayniqsa, e'tibor bilan va ilmiylik nuqtai nazari bilan yondoshishlari maqsadga muvofiqdir.

Adabiyotlar:

1. Гледдинг С. Психологическое консультирование. 4-е изд. – СПб.: Питер, 2002. стр.165
2. Абрамова Г.С. Психологическое консультирование: теория и опыт. – М.: Академия, 2000. – 240 с.
3. Алешина Ю. Индивидуальное и семейное психологическое консультирование. М, 1999.
4. Болотова А.К., Макарова И.В. Прикладная психология: организация работы, диагностика, психологическое консультирование. – М.: Аспект-Пресс, 2001. – 384 с.
5. Бондаренко А.Ф. Психологическая помощь: теория и практика. М., 2000.
6. Бурнард Ф. Тренинг навыков консультирования. – СПб.: Питер, 2002. – 256 с
7. Alimardonov. Z. Individual va guruhiy konsultatsiya. Toshkent, 2020.