



O'SMIRLARNI MONIPULYATSION TA'SIRLARDAN PSIXOLOGIK HIMOYA QILISHNING O'ZIGA XOS MEXANIZMLARI

Fayzulloyeva Mohinur Sa'dullo qizi

Buxoro davlat universiteti Psixologiya mutaxassisligi 2-bosqich magistranti

Annotatsiya: Ushbu maqolada manipulyatsiya haqida umumiy tushuncha hamda talabalarni manipulyatsion ta'sirdan himoya qilishning ijtimoiy-psixologik xususiyatlari haqidagi nazariy va amaliy jarayonlar xususida keltirib o'tilgan.

Kalit so'zlar: manipulyatsiya, stress, his-tuyg'u, xulq-atvor, qat'iyatlilik, mustaqillik, tashabbuskorlik, o'zini tuta bilish, dominantlik, ong, motiv.

KIRISH

Muvofiqlik. Psixologik himoya - bu insonning salbiy tajribalarini minimallashtirishga, uning xatti-harakatlarini tartibga solishga, uning moslashuvchanligini oshirishga va psixikani muvozanatlashga qaratilgan ongsiz ruhiy mexanizm. Boshqa tomondan, u ko'pincha shaxsiy rivojlanishga to'sqinlik qiladi.

Ko'pchilik himoya mexanizmlari erta bolalik davrida shakllanadi, bu bolani yopish, tashqi qiyinchiliklar va xavflardan yashirish imkonini beradi. Bolaning aqliy rivojlanishining asosiy belgilovchi omili oilaviy munosabatlar bo'lib, uning buzilishi ko'pincha shaxsiyatning hissiy rivojlanishidagi disharmoniyaga, patopsixologiyaga va bolaning psixologik himoyasining gipertrofiyasiga olib keladi. Oiladagi tarbiya sharoiti, oilaning ijtimoiy mavqei, uning a'zolarining kasbi, moddiy ta'minoti va ota-onalarning ma'lumot darajasi ko'p jihatdan bolaning ruhiy salomatlik darajasini belgilab berishini inkor etib bo'lmaydi.

Psixologik himoya va bardosh berish mexanizmlarini shakllantirish muammosini o'rganishning dolzarbligi va ahamiyati jamiyatdagi hozirgi ijtimoiy-iqtisodiy, madaniy, siyosiy o'zgarishlar bilan ham bog'liq bo'lib, shaxsning rivojlanishi va uning ijtimoiylashuvi jarayoniga ta'sir qiladi. Bu ta'sir rivojlanishning o'tish davrida ayniqsa muhimdir.

Davlat va oiladagi ijtimoiy o'zgarishlar hissiy noqulaylikning kuchayishiga olib keladi, o'spirinlarda ham o'z qiyinchiliklarini, ham yaqin kattalarning qiyinchiliklarini boshdan kechiradi. Shu munosabat bilan, o'smirlarning o'zini va atrof-muhitni barqarorligini va hissiy jihatdan qabul qilishiga yordam beradigan psixologik himoya mexanizmlarini shakllantirishni o'rganishga qiziqish ortib bormoqda.

Psixologik himoya va kurashish mexanizmlari (bardoshli xatti-harakatlar) odamlarning stressli vaziyatlarga javob berishning moslashuvchan jarayonlarining eng muhim shakllari sifatida qaraladi. Ruhiy noqulaylikning zaiflashishi psixologik himoya mexanizmi yordamida psixikaning ongsiz faoliyati doirasida amalga oshiriladi. Xulq-atvorga dosh berish psixologik tahdid holatini bartaraf etishga qaratilgan shaxsiy harakatlar strategiyasi sifatida ishlatiladi.

ADABIYOTLAR TAHLILI VA METODOLOGIYA



"Psixologik himoya" tushunchasining tahliliga o'tamiz. Katta psixologik lug'atda psixologik himoya (mudofaa mexanizmi) psixikadagi tartibga solish mexanizmlari tizimi sifatida talqin etiladi, ular ichki yoki tashqi nizolar, tashvish va noqulaylik holatlari bilan bog'liq salbiy, travmatik tajribalarni bartaraf etish yoki minimallashtirishga qaratilgan. Psixologik himoya vositalarini aktuallashtirish ko'plab omillar bilan qo'zg'alishi mumkin, jumladan: dushman ijtimoiy muhitda uzoq vaqt qolish; umidsizlik yoki mojaro holatlarini boshdan kechirish (tashqi va ichki); qondirilmagan ehtiyojlar; psixologik savodsizlik; odamlar bilan muomala qilishda madaniyat va axloqsizlik; "ko'rinmas stress", salbiy hayot tajribasi va boshqalarga uzoq vaqt ta'sir qilish.

Psixologik himoya mexanizmlarining ijobiy tomonlari ham mavjud. Shunday qilib, har qanday himoya, shu jumladan psixologik, xavfsizlikni ta'minlash uchun mo'ljallangan. "Xavfsizlik ko'pincha ob'ekt, hodisa, jarayonning tashqi tomondan maqsadli, buzg'unchi ta'sir sharoitida o'z mohiyatini va asosiy xususiyatlarini saqlab qolish qobiliyati sifatida qaraladi ...".

Himoya mexanizmlari harakatining konstruktiv ta'siri quyidagi shakllarda namoyon bo'ladi: kompensatsiya (A.Adler), maqsad va unga erishish vositalarini almashtirish (A.V.Petrovskiy, S.L.Rubinshteyn), vaziyatni qayta baholash (N.Pezeshkian). Psixologik himoya mexanizmlarining bunday konstruktiv ta'siriga erishish uchun har qanday amaliyotchi psixolog o'z arsenalida mavjud bo'lgan va tajriba sifatida bir qator amaliy psixologiya usullari ("ijobiy muammolarni tahlil qilish", "belgilangan g'oyalarni blokirovka qilish" va boshqalar) qaratilgan. ko'rsatuvlar, ishda juda samarali. qurbonlik munosabati bilan o'smirlar bilan.

To'g'ri ishlaganda, psixologik himoya aqliy faoliyat va xulq-atvorning tartibsizligini oldini oladi. Himoyaning mavjudligi, bir tomondan, "jabrlanuvchi" holatidan - kuchsizlik, nochorlik va halokat tuyg'ularini boshdan kechirishdan qochish imkonini beradi. Boshqa tomondan, u boshqalarni manipulyatsiya qilish uchun bu munosabatni qo'llab-quvvatlaydi, chunki tashqaridan yordam va homiylik olib, nochor va halokatli bo'lish "foydali". Psixologik himoyaning umumiy funktsiyalariga: qo'rquvni yo'q qilish, o'zini o'zi qadrlashni yuqori darajada saqlash, bizning fikrimizcha, "foйда" olishni qo'shish kerak.

Asosiysi, o'smirning bu holatda "osilishiga" yo'l qo'ymaslik, uni o'z vaqtida keyingi bosqichga: himoya qilishdan engishgacha. Bu jabrlanuvchining munosabati bilan o'smirlar bilan ishlaydigan psixologning asosiy vazifasidir. Psixologik himoyaning maqsadi hissiy taranglikni kamaytirish va xatti-harakatlar, ong va umuman psixikaning tartibsizligini oldini olishdir. Psixologik himoya mexanizmlari xatti-harakatlarni tartibga solish, yo'naltirishni ta'minlaydi, tashvish va hissiy stressni kamaytiradi.

Identifikatsiya - boshqa odamga xos bo'lgan his-tuyg'ularni, fikrlarni, kayfiyatni o'ziga xoslashtirish. Birlamchi va ikkilamchi identifikatsiya mavjud. Birlamchi asosiy o'ziga xoslikni o'rnatish uchun ob'ektni singdirish bilan bog'liq. Ikkilamchi fallik bosqichda sodir bo'ladi va jinsiy o'ziga xoslikni o'rnatish bilan bog'liq. Ushbu mexanizmning turlaridan biri tajovuzkor bilan identifikatsiya qilishdir. Bu shuni anglatadiki, dushman figura qo'zg'atadigan qo'rquv hissidan xalos bo'lish uchun sub'ekt u bilan aloqa o'rnatadi, yoki rolni o'z zimmasiga oladi yoki ob'ektni o'ziga singdiradi. Ko'rib chiqilayotgan



mexanizmning yana bir turi - bu uning ustidan nazoratni o'rnatish uchun qandaydir ob'ektga o'zini proyeksiya qilish sifatida proyektiv identifikatsiya qilish.

Manipulyatsion turdagi mexanizmlarni to'rtinchi guruhga kiritish mumkin. Regressiya bilan shaxsiy rivojlanishning oldingi bosqichlariga qaytish mavjud bo'lib, u nochorlik, qaramlik, chaqaloqlik tuyg'ulari, fikrlari va harakatlarining namoyon bo'lishida namoyon bo'ladi. Bu haqiqatdan, tashvish tug'diradigan muammolardan qochishning bir turi. Ijtimoiy-iqtisodiy muammolarning keskinlashuvi, birinchi navbatda, aholining eng zaif qatlamlari va guruhlarini, birinchi navbatda, bolalarni qamrab oldi. Ular aholining eng kam himoyalangan va eng ko'p zarar ko'rgan guruhi bo'lib chiqdi. Bolalarning jismoniy, ruhiy va ruhiy salomatligi darajasi pasayib ketdi. Ularning intellektual va ma'rifiy salohiyati sezilarli darajada pasaygan, madaniy va ma'naviy qadriyatlar o'zgargan. Bolalarning sog'lig'ining yomonlashishini maktabning boshidan oxirigacha kuzatish mumkin, ya'ni maktabda o'qish jarayoni o'quvchilar salomatligi uchun xavf omilidir.

Bu muammolar o'smirlik davrida eng keskin bo'lib, bu davrda o'z-o'zini anglash sohasida tub o'zgarishlar, o'z-o'zini anglashning konstruktsiyasi takomillashtiriladi. Ikkinchisining mazmuni ta'lim va tarbiyaning eng muhim natijalaridan biri hisoblanadi, ya'ni. bolaning ijtimoiylashuvining mazmuni va shakllari nimadan iborat. Shuningdek, u xulq-atvorning keyingi, ongli yoki ongsiz shakllanishiga hissa qo'shadi, o'smir shaxsining ijtimoiy moslashuvini belgilaydi, uning xatti-harakati va faoliyatini tartibga soluvchi hisoblanadi. Bu yoshda ijobiy o'zini o'zi kontseptsiyasining mavjudligi, o'z-o'zini hurmat qilish ijobiy rivojlanish va ijtimoiy moslashish uchun zarur shartdir. Noqulay o'zini o'zi tushunchasi (zaif o'ziga ishonch, rad etish qo'rquvi, o'zini past baho) paydo bo'lib, kelajakda xatti-harakatlarning buzilishiga olib keladi.

O'smirning o'zini o'zi anglashi o'zgaradi va rivojlanadi. Ko'rinib turibdiki, o'zi haqidagi g'oyalarni o'zgartirish og'riqli jarayon bo'lishi mumkin, chunki o'smirlik davrida u eng jadal va dinamik tarzda davom etadi. O'smirlik davrida o'z-o'zini anglashning rivojlanishi o'z "naqd" shaxsining fazilatlarini tushunish, o'z tanasi, tashqi ko'rinishi, xatti-harakati, ismi va qobiliyatlarini baholashdan boshlanadi. Masalan, o'smirning o'z tanasini qabul qilishi uning o'zini qabul qilishini belgilaydi. O'z tanasidan, uning turli qismlaridan va individual xususiyatlaridan qoniqish yoki qoniqmaslik nuqtai nazaridan o'ziga bo'lgan munosabat o'z-o'zini hurmat qilishning murakkab tuzilishining muhim tarkibiy qismi bo'lib, hayotning barcha sohalarida shaxsning o'zini o'zi anglashiga katta ta'sir ko'rsatadi.

O'smirlik davri ota-onalar va bolalar o'rtasidagi nizolarning o'ziga xos kuchayishi bilan tavsiflanadi. Shu bilan birga, o'smirlar va ularning ota-onalari o'rtasidagi nizolarning sabablari ma'lum bir yosh dinamikasiga ega: yosh o'smirlarda o'qish bilan bog'liq nizolar ustunlik qiladi; katta yoshdagi o'spirinlarda ota-onalar bilan nizolarning eng ko'p uchraydigan sababi "hayotga qarashlarning nomuvofiqligi" dir. " Qiyinchilik o'smirning mustaqillikka bo'lgan ehtiyojining ortishi bo'lishi mumkin, bu odatda oilada qandaydir nizolarga olib keladi, shuningdek, ota-onaning katta bo'lgan bolaga bo'lgan munosabati va tarbiyaviy ta'sir uslubini qayta ko'rib chiqish zarurati, o'sib borayotgan tashvishdir. O'smirlarga samarali kurashish xulq-atvorini o'rgatishda, ularning ijtimoiy yordam izlash



qobiliyatini, shuningdek, muammolarni samarali hal qilish va hissiy o'zini o'zi boshqarish usullarini rivojlantirishga e'tibor qaratish lozim.issi. va uning uchun tashvish.

XULOSA

Shunday qilib, psixologik himoya tushunchasi quyidagi qoidaga asoslanadi. Birinchidan, psixologik himoya - bu psixoanaliz amaliyotida tasvirlangan haqiqiy ruhiy hodisa. Ikkinchidan, psixologik mudofaa - bu shaxsning psixologik gomeostazini, yaxlitligini va hissiy barqarorligini saqlash uchun psixologik travma, stressli vaziyat natijasida yuzaga kelgan har qanday o'zgarishlarni kamaytirish yoki yo'q qilishga qaratilgan usullar to'plami. Uchinchidan, psixologik himoya shaxsning tuzilishiga kiritilgan. Aynan shaxsiy xususiyatlar sub'ektning qiyin vaziyatlarda javob berishning odatiy modelini aniqlaydi. To'rtinchidan, psixologik himoya himoya mexanizmlarini shaxsiy yoki kompleks qo'llash orqali amalga oshiriladi (kirish ma'lumotlarini ongsiz ravishda qayta ishlash tufayli shaxsning intrapsixik moslashuvi jarayonlari). Beshinchidan, psixologik himoyaning paydo bo'lishiga inson uchun o'ziga xos sinov bo'lgan vaziyat yordam beradi. Oltinchidan, psixologik himoya ko'p jihatdan shaxsning ichki affektiv yo'nalishi (oldindan belgilanishi) bo'lgan munosabatlar tizimi bilan belgilanadi.

ADABIYOTLAR RO'YXATI:

1. Ananiev B.G. Tanlangan psixologik asarlar. - M.: Pedagogika, 1980 yil.
2. Bassin F.V. "Men" kuchi va psixologik himoya haqida // O'z-o'zini anglash va shaxsning himoya mexanizmlari. O'quvchi. - Samara: BAHRAK-M, 2000 yil.
3. Katta psixologik lug'at. - Sankt-Peterburg: Prime-EUROZNAK, 2006 yil.
4. Vasilyuk F.E. Tajriba psixologiyasi. Kritik vaziyatlarni yengish tahlili. - M.: MGU, 1984 yil.
5. Vasilyuk F.E. Hayot olami va shaxsiyat: tanqidiy vaziyatlarning tipologik tahlili // Amaliy psixologiya va psixoanaliz jurnali, 2001 yil, 4-son.
6. Volkovich A.G. Kasbiy faoliyatda psixologik himoyaning ahamiyati // Ta'lim va kasbiy faoliyatning tizimogenezi: III Butunrossiya materiallari. Ilmiy va amaliy. Konf., 2007 yil 9-10 oktyabr, Yaroslavl. - Yaroslavl: Kansler, 2007. - S. 108-110.
7. Demina L.D., Ralnikova I.A. Ruhiy salomatlik va shaxsning himoya mexanizmlari. - Barnaul, 2003 yil.
8. Dal V.I. 4 jildda tirik Buyuk rus tilining izohli lug'ati T. 3. - Sankt-Peterburg, 2008 yil.
9. Ilyin E.P. Individual farqlar psixologiyasi. - Sankt-Peterburg: Pyotr, 2004 yil.
10. Kolienco N.S. O'smirlarda kurash strategiyalarini tanlashda ijodkorlikning o'rni // Psixologiyaning ettinchi to'liqini. Nashr. 3. - Yaroslavl, Minsk: MAPN, YarSU, 2008. - S. 222-226.