

SHAXSLARDAGI PSIXIK RIVOJLANISH VA PSIXOLOGIK SHIKASTLANISHNING MUHIM SABABLARI

Abdullayeva Nozima Akbaraliyevna

*Toshkent viloyati Oqqo 'rg'on
tumani 23-maktab psixologi*

ANNOTATSIYA

Mazkur maqolada psixik rivojlanish jarayoni hamda psixologik shikastlanishning ijtimoiy-psixologik sabablari ilmiy jihatdan tahlil qilingan. Shaxsning psixik rivojlanishi ijtimoiy muhit, tarbiya, ta'lim va shaxslararo munosabatlar bilan uzviy bog'liqdir. Shu bilan birga, salbiy ijtimoiy omillar psixologik shikastlanishlarga olib kelishi mumkin. Maqolada asosiy xavf omillari va ularning psixik rivojlanishga ta'siri yoritilgan.

Kalit so'zlar: psixik rivojlanish, psixologik shikastlanish, ijtimoiy omillar, stress, travma, oilaviy muhit, zo'ravonlik, ijtimoiylashuv, emotsional rivojlanish, psixologik himoya.

KIRISH

Psixik rivojlanish — bu shaxsning bilish jarayonlari, emotsional holati, irodaviy sifatlari va ijtimoiy xulq-atvorining hayot davomida shakllanish jarayonidir. Ushbu jarayon biologik yetilish bilan birga, ijtimoiy muhit va tarbiya ta'sirida kechadi. Har bir shaxsning psixik rivojlanish sur'ati va xususiyatlari uning yashash sharoiti va ijtimoiy tajribasiga bog'liq bo'ladi. Ijtimoiy-psixologik omillar psixik rivojlanishda hal qiluvchi rol o'ynaydi. Oiladagi muhit, ota-onaning tarbiyaviy uslubi, maktabdagi munosabatlar, tengdoshlar bilan aloqalar hamda jamiyatdagi umumiy psixologik atmosfera shaxs rivojlanishiga bevosita ta'sir qiladi. Ijobiy ijtimoiy muhit psixik barqarorlikni ta'minlasa, salbiy muhit turli psixologik shikastlanishlarga sabab bo'lishi mumkin.

Psixologik shikastlanish (travma) ko'pincha zo'ravonlik, kamsitish, e'tiborsizlik, oilaviy nizolar yoki yo'qotish kabi holatlar natijasida yuzaga keladi. Bunday vaziyatlar shaxsda qo'rquv, xavotir, ishonchsizlik va emotsional beqarorlikni keltirib chiqaradi. Ayniqsa bolalik va o'smirlik davrida olingan psixologik travmalar keyingi rivojlanishga kuchli ta'sir ko'rsatishi mumkin. Oilaviy omillar psixik rivojlanishning eng muhim asoslaridan biridir. Nosog'lom oilaviy muhit, ota-onalar o'rtasidagi doimiy nizolar, haddan tashqari nazorat yoki befarqlik bolada emotsional jarohatlarni shakllantiradi. Bunday holatlarda bola o'zini xavfsiz his qilmaydi va bu uning ijtimoiy moslashuviga salbiy ta'sir qiladi.

Maktab va tengdoshlar muhitidagi munosabatlar ham muhim ijtimoiy-psixologik omillardandir. Zo‘ravonlik (bullying), kamsitish, rad etilish yoki ijtimoiy chetlanish bolalarda o‘ziga ishonchsizlik, depressiv holatlar va agressiv xulq-atvorni keltirib chiqarishi mumkin. Shu sababli ijobiy psixologik muhit yaratish zarur. Shuningdek, zamonaviy axborot muhitining ta’siri ham ortib bormoqda. Internet va ijtimoiy tarmoqlardagi salbiy kontent, zo‘ravonlikni targ‘ib qiluvchi materiallar yoki noto‘g‘ri axborotlar psixik rivojlanishga salbiy ta’sir ko‘rsatishi mumkin. Bu esa ayniqsa bolalar va o‘smirlar uchun xavfli hisoblanadi. Psixikani shikastlanishdan himoya qiluvchi ko‘plab mexanizmlar tug‘ma ravishda, tashqi stimullarning ta’siriga moslashish uchun tayyor holatda shakllanadi. Biroq shaxsning shakllanish jarayonidagi buzilishlar hamda oilada hukm surayotgan salbiy mikromuhit turli psixologik va patologik holatlarning paydo bo‘lishiga sabab bo‘lishi mumkin. Bunday vaziyatda ob‘ektiv voqelikning kuchli ta’siri himoya mexanizmlarining zaiflashuviga olib keladi va turli buzilishlarni yuzaga keltiradi. Natijada moslashuvchan himoya mexanizmlarining izdan chiqishi ruhiy kasalliklarning shakllanishiga zamin yaratadi.

Birinchidan, psixoanaliz davolash usuli sifatida qo‘llaniladi. Hozirgi kunda deyarli barcha psixoanalitiklar shifokor yoki maxsus tayyorgarlikka ega mutaxassislar hisoblanadi. Psixoanalist bemorni asossiz shubhalar, ortiqcha aybdorlik hissi, o‘zini haddan tashqari ayblash, noto‘g‘ri qarashlar va destruktiv impulslar ta’siridan xalos etishga harakat qiladi. Shu bilan birga, u nafaqat simptomlarni kamaytirish, balki shaxsiyat tuzilishini chuqurroq o‘rganish va ochib berishni ham maqsad qiladi. Bunda tahlilchi yo‘naltiruvchi va kuzatuvchi rolini bajaradi, bemor esa jarayon natijasi uchun asosiy mas’ul shaxs bo‘lib qoladi.

Ikkinchidan, psixoanaliz shaxsni ilmiy o‘rganish usuli sifatida qo‘llaniladi. Bu usul orqali istaklar, impulslar, motivlar, orzular, fantaziyalar hamda erta rivojlanish bosqichlari va emotsional buzilishlar chuqur tahlil qilinadi.

Uchinchidan, psixoanaliz tizimli ilmiy psixologiya yo‘nalishi sifatida ham qaraladi. Unda kuzatuvlar va nazariy g‘oyalar inson xulq-atvori, shuningdek, ijtimoiy munosabatlar — nikoh, ota-ona va farzand munosabatlari kabi jarayonlarni tushuntirish va bashorat qilish uchun ishlatiladi.

Psixoanaliz jarayoni shaxsni o‘rganish va qayta tashkil etishga qaratilgan bo‘lib, u ichki taranglikni kamaytirish va shaxsning moslashuv imkoniyatlarini oshirishga xizmat qiladi. Bunda ongsiz jarayonlarni ongli darajaga olib chiqish muhim hisoblanadi. Jarayon odatda uzoq davom etadi: kamida bir yil, haftasiga uchdan olti martagacha o‘tkaziladigan, har biri taxminan bir soat davom etadigan seanslardan iborat bo‘ladi. Qisqa muddatli yoki kam sonli seanslar terapiya samaradorligini sezilarli darajada pasaytiradi. Psixoanalitik seansda bemor odatda divanga yotqiziladi, tahlilchi esa uning ko‘rinish doirasidan tashqarida joylashadi. Bu usul bemorning fikrlarini erkinroq ifodalashiga va psixik jarayonlarning tabiiy kechishiga yordam

beradi. Shuningdek, tahlilchi bemor reaksiyalariga ortiqcha ta'sir ko'rsatmasdan, diqqatni tahlilga qaratadi.

Psixoanalizda erkin assotsiatsiya usuli keng qo'llaniladi. Bunda bemor fikrlarini hech qanday ichki yoki tashqi cheklovlarsiz bayon qiladi. Natijada ong ostidagi istaklar, xotiralar, hissiyotlar va fikrlar tartibsiz ko'rinishda yuzaga chiqadi. Biroq ushbu "tartibsizlik" ortida ma'lum psixologik bog'lanishlar va ichki konfliktlar mavjud bo'ladi. Vaqt o'tishi bilan asosiy mavzular va takrorlanuvchi psixik muammolar aniqlanadi. Uzoq vaqt ong ostida saqlangan bolalik tajribalari va ichki konfliktlar shaxsning asosiy psixologik tuzilmasini shakllantiradi. Tahlilchi bu jarayonda neytral pozitsiyani saqlashi, bemorga ortiqcha emotsional aralashuv qilmasligi kerak. Bunday yondashuv kontrtransferensiyaning oldini olishga yordam beradi. Shu bilan birga, psixoanalizda ehtiyotkorlik muhim, chunki ayrim holatlarda (masalan, psixozga yaqin holatlar yoki somatik kasalliklar mavjud bo'lsa) noto'g'ri tashxis xavf tug'dirishi mumkin. Psixoanaliz nazariyasi va amaliyoti Zigmund Freyd tomonidan XIX asr oxirida asos solingan bo'lib, bugungi kunda ham rivojlanishda davom etmoqda. U to'rtta asosiy yo'nalishda qo'llaniladi:

- ong faoliyatini tushuntiruvchi nazariya sifatida;
- psixik muammolarni davolash usuli sifatida;
- tadqiqot metodi sifatida;
- madaniyat va jamiyat hodisalarini (san'at, adabiyot, siyosat va boshqalar) tahlil qilish vositasi sifatida.

Freyd psixikani uch asosiy tuzilma — Id, Ego va Super-Ego orqali izohlagan. Ushbu modelga ko'ra, inson xulq-atvori ichki instinktlar, ongli nazorat va axloqiy me'yorlar o'rtasidagi o'zaro ta'sir natijasida shakllanadi. Keyingi psixoanalitik yo'nalishlarda ham ushbu nazariya kengaytirildi. Anna Freyd himoya mexanizmlarini o'rganib, Ego faoliyatining ahamiyatini ta'kidladi. Xaynts Xartman esa Ego'ning "ziddiyatsiz zonalari" mavjudligini ko'rsatib, moslashuv jarayonlarini chuqurroq tahlil qildi. Melani Klayn erta bolalik davridagi ob'ekt munosabatlari nazariyasini rivojlantirib, psixikaning dastlabki bosqichlarida bo'linish va idealizatsiya jarayonlari muhim rol o'ynashini ko'rsatdi. Vinnikot esa "yetarlicha yaxshi ona" tushunchasi orqali bolaning sog'lom psixik rivojlanishida emotsional qo'llab-quvvatlashning o'rnini asoslab berdi.

Shuningdek, Jak Lakan psixoanalizni til va ramziy tizimlar orqali qayta talqin qildi. U ongsizlikni til tuzilmasi bilan bog'lab, inson istaklari va ijtimoiy ramzlar o'rtasidagi murakkab munosabatlarni tahlil qildi.

Koxut o'zlik (self) nazariyasini ishlab chiqib, narsisizm hamda o'zini baholash jarayonlarining shakllanishida empatiya va "o'zlik obyekti"ning rolini alohida ta'kidladi. Psixoanaliz esa inson psixikasini chuqur o'rganish, ichki konfliktlarni

aniqlash va shaxsning rivojlanishini qo'llab-quvvatlashga yo'naltirilgan murakkab ilmiy-amaliy tizim hisoblanadi. Psixologik shikastlanishlarning oldini olishda psixologik xizmat muhim rol o'ynaydi. Maktab psixologi tomonidan erta diagnostika, individual maslahatlar, psixokorreksion mashg'ulotlar hamda psixologik treninglar o'tkazilishi muhim ahamiyatga ega. Oila va maktab o'rtasidagi hamkorlik esa ushbu jarayonning samaradorligini sezilarli darajada oshiradi.

Bugungi kunda mamlakatimizda mustaqil huquqiy-demokratik davlat va erkin fuqarolik jamiyatini barpo etish borasida amalga oshirilayotgan keng ko'lamli islohotlar insonning o'zini anglash, shuningdek, uning ma'naviy-intellektual va aqliy-amaliy rivojlanish imkoniyatlarini ro'yobga chiqarish uchun yangi shart-sharoitlar yaratmoqda. Bu esa insonning ma'naviy boylikka, o'ziga va jamiyatga bo'lgan munosabatini yangicha yondashuvlar asosida shakllantirishni taqozo etadi. Natijada pedagogika va psixologiya fanlarining obyekti hamda predmeti doirasi yanada kengaymoqda. Inson biosotsial mavjudot bo'lib, uning birligi ikki asosiy omil bilan izohlanadi. Birinchidan, insonning biologik jihatlari — sezgi organlarining tuzilishi, yuqori nerv tizimining xususiyatlari kabi tug'ma psixofiziologik omillar. Ikkinchidan esa uning ijtimoiy mohiyati — jamiyatda shakllanadigan axloqiy odatlar, ongli faoliyat va ijtimoiy munosabatlarda ishtirok etishidir. Bu ikki jihat inson xulq-atvorida uzviy bog'langan holda namoyon bo'ladi. Mazkur ta'limotga ko'ra, xulq-atvorning asosida shaxs ichida yashirin bo'lgan ongsiz motivlar ham muhim o'rin tutadi.

XX asr o'rtalarini psixologiya fanida muhim burilish davri sifatida baholash mumkin. Chunki aynan shu davrda insonning ichki psixologik jarayonlarini, xususan, ichki taranglik va ongsiz mexanizmlarni chuqurroq o'rganishga imkon beruvchi yangi ilmiy yondashuvlar shakllandi. Zigmund Freyd ta'limotiga ko'ra, inson shaxsiyati uch asosiy tarkibiy qismdan iborat: "Id" (Bu), "Ego" (Men) va "Super-Ego" (Yuqori Men). "Id" — insonning ongsiz instinktlar va ichki istaklar manbai bo'lib, unda turli mayllar mujassamlangan. "Ego" — tashqi real hayot bilan bog'lovchi vosita bo'lib, u ham ongli, ham ongsiz darajada faoliyat yuritadi. "Super-Ego" esa axloqiy me'yorlar, ijtimoiy qoidalar va ichki nazorat tizimini ifodalaydi. "Ego" ushbu ikki kuch o'rtasida muvozanatni saqlashga harakat qiladi hamda shaxsni tashqi ta'sirlardan psixologik himoya qiluvchi muhim mexanizm sifatida xizmat qiladi.

XULOSA

Xulosa qilib aytganda, psixik rivojlanish va psixologik shikastlanish ko'p omilli jarayon bo'lib, u ijtimoiy-psixologik muhit bilan bevosita bog'liqdir. Ijobiy oilaviy va maktab muhiti, sog'lom shaxslararo munosabatlar hamda psixologik qo'llab-quvvatlash tizimi psixik rivojlanishni mustahkamlaydi. Salbiy ijtimoiy omillarni erta aniqlash va bartaraf etish esa psixologik travmalarning oldini olishda muhim ahamiyatga ega.

FOYDALANILADIGAN ADABIYOTLAR RO'YXATI:

1. Ibodullayev Z.R. Tibbiyot psixologiyasi. Darslik., 2-nashri. 2009. –T.: 393 b.
2. Karimova V.M. Psixologiya. –T.: 2003.
3. Karimova V.M. Salomatlik psixologiyasi. –T.: 2005.
4. Qodirov A.A. Tibbiyot tarixi. Darslik. –T.: 2005. 176 b
5. Qodirov B.R. Iqtidorli bolalarning birlamchi tanlovi metodikalari. Metodik qo‘llanma. Toshkent, 2014. 75 bet.
6. Shoumarov G‘.B., Rasulova Z.A. Oila ensiklopediyasi. –T.: 2016. 416 b.
7. Баарс Б, Гейдж Н. Мозг, познание, разум. Введение в когнитивные нейронауки. В 2-томах. Пер. с англ. –М.: 2016. – 541 с. (1-й том); 464 с. (2-й том).
8. Джеймс Л.Джекобсон., Алан М.Джекобсон. Секреты психиатрии.
9. Пер. с англ.; Под общ. ред. акад. П.И.Сидорова. –М.: 2007. 2-е изд. 576 с. 9. Ибодуллаев З.Р. Межполушарная функциональная асимметрия и нейропсихологические синдромы при церебральных инсультах, пути их коррекции. Дисс. ... докт. мед. наук. –Ташкент: 2005.
10. Каримова В.М., Акрамова Ф.А. Психология: Маърузалар матни - ТДИУ,