

Файзиева Мавлуда Худаяровна,
психология фанлари доктори (DSc), Қарши
давлат университети "Психология" кафедраси
профессори

ШАХСДА КОНСТРУКТИВ ПСИХОЛОГИК ҲИМОЯНИНГ ИЖТИМОЙ ПСИХОЛОГИК ХУСУСИЯТЛАРИ

УЎК 301.085:15(021)

[HTTPS://DOI.ORG/10.34920/SO/VOL_2026_ISSUE_3_6](https://doi.org/10.34920/SO/VOL_2026_ISSUE_3_6)

ФАЙЗИЕВА М.Х. ШАХСДА КОНСТРУКТИВ ПСИХОЛОГИК ҲИМОЯНИНГ ИЖТИМОЙ ПСИХОЛОГИК ХУСУСИЯТЛАРИ

Мақолада шахсда психологик ҳимоя механизми шаклланишининг ижтимоий психологик хусусиятлари хусусидаги фикрлар баён этилган. Унда экспериментал тадқиқотларни амалга ошириш шарт-шароитлари: психологик ҳимоя тизими ҳақидаги билимларни ассимиляция қилиш, айниқса, шахс психологик ҳимоя тизимининг ишлаш талабаларини психологик ҳимоя тизимининг турли йўналишларда ўзгаришига олиб келиши таҳлилларда ифодаланган.

Таянч сўз ва тушунчалар: конструктив психология, диагностик, назарий ва ташкил этилган тажриба блоклари, Плутчик – Келерман -Конте анкетаси, ҳимоя тизимининг умумий кучла-ниши, психологик ҳимоя, копинг хулқ-атвор.

ФАЙЗИЕВА М.Х. СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ ЛИЧНОСТИ ПО КОНСТРУКТИВНОЙ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ЗАЩИТЕ

В статье изложены мнения о социально-психологических особенностях формирования механизма психологической защиты личности. В ней путём анализа выражены условия проведения экспериментальных исследований: ассимиляция знаний о системе психологической защиты, особенно, работа психологической защиты личности, приводящая к изменению в различных направлениях системы психологической защиты студентов.

Ключевые слова и понятия: конструктивная психология, диагностические, теоретические и организованные экспериментальные блоки, анкета Плутчика - Келермана-Конте, общая напряженность защитной системы, психологическая защита, копинг- поведение.

FAYZIYEVA M.KH. SOCIAL AND PSYCHOLOGICAL PERSONALITY FEATURES BY CONSTRUCTIVE PSYCHOLOGICAL PROTECTION

The article presents opinions on the socio-psychological features of the formation of the mechanism of psychological protection of the individual. It expresses by analysis the conditions for conducting experimental research: assimilation of knowledge about the system of psychological protection, especially the work of psychological protection of the individual, leading to a change in various directions of the system of psychological protection of students.

Keywords and concepts: constructive psychology, diagnostic, theoretical and organized experimental blocks, Plutchik-Kelerman-Conte survey, general strength of the protective system, psychological protection, coping behavior.

Кириш. Психологик ҳимоя ҳодисаси психология фанида энг мунозарали ҳодисалардан биридир. Замонавий психологияда шахс ривожланишини белгилайдиган психологик ҳимоянинг роли ҳақида ягона нуқтаи назар мавжуд эмас. Бир қатор муаллифлар психологик ҳимоя тушунчасини мослашишнинг етарли бўлмаган усулларини, шахснинг атроф-муҳит билан реал алоқасини сусайтирувчи, унинг ривожланишини қашшоқлаштирувчи ва девиант хулқ-атвор шаклланишига ёрдам берувчи патологик коммуникациялар сифатида баҳолайдилар. Бошқалар "Мен" - шахсининг ижобий тасвирини сақлаб қолиш учун ҳимояни қўллаш заруриятини, асабийлашиш вазиятини бошдан кечириш, дезорганизацион хулқ-атворнинг олдини олиш учун зарур имкониятлар сифатида баҳолаганлар.

Мавзунинг долзарблиги. Бугунги кунда жаҳонда содир бўлаётган жиддий ўзгаришлар шахслараро муносабатлар психологиясига ҳам ўз таъсирини ўтказмасдан қолмайди ва бунинг натижасида маълум бир зиддиятларнинг юзага келиши ҳам сир эмас. Бундай зиддиятларнинг мавжудлиги шахсни психологик ҳимоя қилишнинг турли йўналишларини юзага келтиради. Улардан бири психологик ҳимоя механизмларининг конструктив фаолиятини таъминлаш шарт-шароитлари, мезонлари ва хусусиятларини аниқлашни мақсад қилади. Бу улардан фойдаланиш самарадорлиги муаммосини ойдинлаштиришга ёрдам беради бу эса бугунги куннинг энг долзарб масалаларидан биридир..

Мақоланинг илмий янгиллиги шундан иборатки, психолог олимларимиз томонидан талабаларда психологик ҳимоя механизмининг ижтимоий жиҳатлари етарли ўрганилмаган.

Тадқиқотнинг мақсади хориж олимлари ва мамлакатимиз психологлари томонидан психологик ҳимоя механизмларини шаклланиш жараёнларини ўрганиш ва таълим жараёнини ташкил этиш бўйича амалий таклиф ва тавсиялар ишлаб чиқишдан иборат.

Тадқиқотнинг объекти сифатида шахсда психологик психологик ҳимоя механизмлари жараёни танланди.

Тадқиқотда тизимлилик, қиёсий-мантиқий таҳлилдан фойдаланилди.

Тадқиқотнинг эмпирик манбаини анкета сўровномалари натижалари ташкил этди.

Шахсни психологик ҳимоя қилиш фаолияти унинг махсус механизмлари орқали амалга оширилади. Психологик ҳимоя механизмлари остида «келиб тушадиган ахборотларни онгли равишда қайта ишлаш ҳисобидан шахснинг интрапсихик мослашув жараёнлари» юзага келади, деб тушуниш мумкин. Бу операцияларда барча руҳий жараёнлар ва функциялар иштирок этади: ҳис-туйғулар, фикрлаш, тасаввур, диққат, хотира, идрок. Психик шикастланиш вазиятида ҳимоя механизмлари ахборот филтрлари сифатида ўзига хос кўринишда намоён бўлади; ахборотни тартибсизлаштириш ёки рад этиш ёки бузиб ташлаш ёки бошқа бир маъқулроғи билан алмаштириш тарзида ифодаланади. Ҳолатнинг бундай ички ўзгариши атрофдаги воқееларга мослашувнинг махсус шаклига (ҳимоя механизмига) сабаб бўлади.

Экспериментал тадқиқотлар, психологик ҳимоя тизими ва унинг фаолият кўрсатиш хусусиятлари турли шахслар учун бир хил эмаслигини кўрсатади. Баъзиларда ҳимоя заиф бўлади ва керакли нарсалардан ҳимоя қилмайди, бошқаларда эса шахсни ривож топиши учун зарур бўлган маълумотларни идрок этмайдиган даражада шунчалик интенсив ҳимоя шаклланади.

Мавзу бўйича бошқа олимлар илмий асарлари қисқача таҳлили.

Юқорида айтиб ўтилганлар профилактик функцияларни ва жамиятда шахснинг бузилишига олиб келадиган патологик ҳимояни бажарадиган нормал, доимий ҳаракатланадиган заруриятни фарқлаш талаб қилинади. Ҳимоя механизмларини нормал ва патологик таснифлашга уринишлар замонавий психологияда тасвирланган (И.М.Грановская, Г.В.Грачев, Л.Р.Гребенников, Е.Л.Доценко, Б.В.Зейгарник, В.Г.Каменская, F.Kramer, В.Ф.Моргун, И.М.Никольская, Е.С.Романова, Р.Плутчик, А.Freud. Ушбу тадқиқотларда психологик ҳимояни таснифлаш учун турли ёндашувлар қўлланилади:

1. Клиник-нейропсихик бузилишларнинг етакчи белгиларига асосланган.
2. Онтогенетик-алоҳида ҳимоя турлари шаклланишининг вақтига асосланган.

3. Эволюцион-эмоционал- мослашув табиатига эга бўлган алоҳида асосий ҳис-туйғуларни назорат қилиш тамойилига асосланган.

Биринчи ёндашув патопсихологияда, тиббиётда ва психиатрияда кенг қўлланилади. Иккинчиси 4 дан 36 гача бўлган ибтидоий (боланинг ақлий ва ижтимоий ривожланишида биринчи бўлиб шаклланган ва намоён бўлган) ва ундан юқори (ривожланиш жараёнида ибтидоий ўзгартирилади)га ажратилади. Учинчи ёндашув Р.Плутчик томонидан илгари сурилган ҳиссиётларнинг психозволюцион назариясига асосланган.

Биринчи марта ҳимоя механизмларининг таснифи А.Фрейднинг монографиясида берилган¹. Муаллиф қуйидаги мезонларни таклиф қилади: «мен» таҳдидининг локализацияси, онтогенезда шаклланиш вақти. Бундан ташқари, А.Фрейд ривожланиш жараёнларининг нормаллиги муайян ҳимоя жараёнлари ва тенденцияларнинг ҳукмронлигига боғлиқ эканлигини таъкидлаган. Агар шахс бир ҳимоя усулини қунт билан қўлласа ва бошқа одамларга бўлган муносабатлар ҳам шу ҳимояга асосланса, бу ҳодисани меъёрийми ёки патологик, қай даражада кўриб чиқилишини аниқлаш қийин. Кейинчалик, сўнги мезон психологик ҳимоя механизмларининг замонавий бўлинмаларида бирламчи ва иккиламчи, ибтидоий ва ривожланган, адаптив ва мосланмайдиган, етарли ва кам, самарали ва самарасиз бўлган ҳолда ишлатилган.

Психологик ҳимоя механизмларининг асабийлашиш шароитида намоён бўлишини М.А.Мкртчян кўриб чиққан². Шахс бундай вазиятларда ҳеч қандай ягона ажратилган механизм билан эмас, балки улардан бири етакчи ва структуравий роль ўйнайдиган ҳимоя реакциялари бутун мажмуаси билан реакцияга киришади. Ҳимоя мажмуаларининг шаклланишига шахснинг ўтмиш тажрибаси, унинг қадриятлари ва муносабатлари таъсир этади. Муаллиф ҳимоя механизмларини икки асосий гуруҳга ажратади: фаол ва суст кўринишларга. Фаол ҳимоялар фрустра-

торни, низоли вазиятни бевосита ҳужумни бартараф этиш орқали низоларни бартараф этишга олиб келади. Суст ҳимоя реакциялари тўсиқларни бартараф этиш орқали зиддиятни бартараф этишга олиб келади.

Шахснинг ёшга оид ривожланиш босқичида интраперсонал ҳимоя механизмларининг тобелигига асосланиб, билим жараёнларининг ўзига хос хусусиятларини Р.Плутчик³ примитивлик-етуклик мезонига кўра ҳимоя таснифини тузади. Онтогенетик жиҳатдан дастлабки ҳимоялар перцептуал жараёнларга асосланган ҳолда пайдо бўлади: диққат, сезгилар, идрок, уларни фаолиятда кўрмаслик, ахборотни рад этиш билан боғлиқ. Бу гуруҳга Р.Плутчик рад этишни, лойиҳалашни, орқага қайтишни ва уларнинг аналогларини тегишли, деб ҳисоблайди. Мазкур ҳимоялар энг ибтидоий, ва улардан фойдаланадиган одам эса ҳиссий ва чала шаклланган шахс сифатида ифодаланади. Кейинчалик, хотира жараёнларига асосланган ҳимоялар пайдо бўлади: ўрнини эгаллаш ва ўрнини алмаштириш. Ушбу механизмларнинг таъсири ахборотни унутишга асосланган. Энг мураккаб ва етук ҳимояларга ўрнини алмаштириш, компенсация ва рационализаторлик киради. Улар тасаввур ва фикрлашнинг ривожланиши ҳажмига кўра шаклланади ва ахборотни ҳимояли қайта ишлаш ва қайта баҳолашга ёрдам беради. Биз саккизта асосий ҳимоя механизмларининг конструктивлик даражасини белгилайдиган ва уларнинг ишлаш хусусиятларини кўрсатадиган ҳолда тасвирлаймиз.

Инкор этиш - дастлабки онтогенетик ва энг ибтидоий ҳимоя механизми-дир. Воқеликдаги нарса ва ҳодисалар идрок қилинаётган вақтда ахборот фильтри фаолият кўрсатади. Шахснинг тасаввур мазмуни ва дунёқарашига қарама-қаршилик қиладиган маълумотлар қабул қилинмайди. Инкор этиш мавжуд воқеликни инфантил алмаштиришни назарда тутди ва ҳар қандай салбий жиҳатлар блоккланади ва ижобий тизимга рухсат этилади. Натижада, шахс травматик вазиятни босқичма-босқич бошдан кечириш имконига эга бўлади. Янги шароитларга мос-

¹ Фрейд А. Эго и механизмы защиты. – М.: Изд-во Эксмо, 2003. –256 с.

² Мкртчян М.А. Проблема фрустрации и защитные механизмы личности: автореф. дис. ... канд. психол. наук. – Ереван, 1975. – 26 с.

³ Plutchik R., Kellerman H., Conte H. R. Ego Defenses: Theory and Measurement / Ed. H. P. Conte and R. Plutchik. New York, 1994. .

1-жадвал. Психологик ҳимоя механизмларининг ички хусусиятлари

Психологик ҳимоя механизмларининг ички хусусиятлари	Инкор этиш	Лойиҳалаштириш	Орқага қайтиш	Ўрин алмаштириш	Сиқиб чиқариш	Рационализация	Компенсация	Гиперкомпенсация
Етакчи билим жараёни	Ўзлаштириш	Ўзлаштириш	Хотира	Фикрлаш	Хотира	Фикрлаш	Фикрлаш	Фикрлаш
Кечирган ҳис-туйғулар	Рад этиш	Ўқимсизлик	Журъатсизлик	Ғазаб	Қўрқув	Хавфсизлик	Ғам, қайғу, хорлик	Ғам, қайғу, хорлик
Мослашиш табиати	Суст	Фаол	Фаол	Аралаш	Суст	Суст	Тобе эмас	Тобе эмас
Конструктивлик даражаси	Қуйи	Суст	Қуйи	Ўрта	Ўрта	Юқори	Юқори	Юқори

лашиш суст характерга эга бўлиб, конструктивликнинг қуйи даражаси ифодаланади.

Лойиҳалаштириш - психологик ҳимоя шакли бўлиб, бу тушунча дастлаб З.Фрейд¹ томонидан илмий муомалага киритилган. Лойиҳалаштиришнинг функцияси субъект томонидан унинг шахсий фикрлари, кечинмалари, сиқиб чиқарилган мотивлари ва характер хислатларини ўзи англаган ва англамаган ҳолда бошқа одамларга кўчирилишида намоён бўлади. Баъзан ўз қилмишлари учун жавобгарликни ўтказиш мақсадида қўлланилади. Бунда атрибутив лойиҳалашни ҳам фарқлайдилар (ўз салбий сифатларини онгсиз рад этиш ва уларни атрофдагиларга тарқатиш); рационалистик ўзига тегишли фазилатларни англаш ва («ҳамма шундай қилади» формуласига кўра лойиҳалаш); хушомадгўй (ўзгаларнинг ҳақиқий ёки хаёлий камчиликларини яхши фазилатлар сифатида талқин қилиш); симулятив (камчиликларни ўхшашлик билан мослаштириш, масалан, ота – бола). Ушбу механизм ижтимоий мослашишнинг фаол турига эга бўлган шахслар учун хосдир. Конструктивликнинг қуйи даражаси ифодаланади.

Орқага қайтиш – Зигмунд Фрейд² назарияси бўйича психологик ҳимоя механизмларидан бири бўлиб, инсон таҳликали ҳолатларда одатда болалигида ўзлаштирган хулқ-атвор шакллари мурожаат этади. Орқага қайтиш инқироз, таназзул, чекиниш маъноларини ҳам ифодалайди, ривожланишнинг анча олдинги даражаларига қайтиш. Ҳар бир

катта ёшдаги киши ҳатто жуда яхши мослашиб олган бўлсада, “енгил тортиб олиш” учун вақти-вақти билан ҳимояланишнинг бу усулига қайтиб туради (болалигида одатланган иш-ҳаракатларини такрорлайди). Орқага қайтиш кўпроқ хулқ-атворнинг ва қониқишнинг етилмаган усулларига қайтишни тахмин қилади. Регрессив хулқ одатда бола-нинг инфантилизацияси ва ҳиссий симбиозига муносабатда бўлган катталар томонидан рағбатлантирилади. Орқага қайтиш- ижобий ўз-ўзини ҳис қилиш учун қабул қилиниши мумкин бўлмаган ва тажовузкорга бевосита тобелikka тушиб қолиш хавфи бўлган қўрқув ҳисини жиловлаш учун ишлатилади. Қўрқув ҳақиқий рағбатни, шунингдек, у билан боғлиқ барча нарсалар, фактлар ва ҳолатларни унутиш билан блокланади. Механизм мослашувнинг суст турига эга бўлган шахслар томонидан қўлланилади. Конструктивликнинг қуйи даражаси ифодаланади.

Ўрин алмаштириш - ғазаб туйғусини жиловлаш учун амал қилади. Шахс кўпроқ заифроқ жонли ёки жонсиз объектга ёки ўзига тажовуз қилинганлигига эътибор берган ҳолда кескинликни йўқотади. Ўрин алмаштириш ҳам фаол ва ҳам суст шакллarga эга бўлиб, шахслар томонидан уларнинг зиддиятли муносабат турларидан ва ижтимоий мослашишидан қатъий назар шахс муносабатларида фойдаланилади. Мазкур механизм фаол мослашиш турига эга бўлган шахслар учун хосдир. Бу ҳолатда конструктивликнинг ўртача даражаси намоён бўлади.

Ўрнини эгаллаш (сиқиб чиқариш) – бу психологик ҳимоя механизмини дастлаб Зигмунд Фрейд ўрганиб чиққан (унинг аналоглари «бостириш»). Ваҳима ёки васва-

¹ Фрейд З. Психология бессознательного. – М.: Просвещение, 1989. 448 с..

² Фрейд З. Психология бессознательного. – М.: Просвещение, 1989. 448 с..

сага қарши тура олмайдиган ҳар бир кишида сиқиб чиқариш «ўзини» ҳимоя қилишнинг асосий усули ҳисобланади. Бошқача қилиб айтганда,» репрессия « - бу шахс учун қабул қилинадиган импульслар: истак, фикр, ташвиш уйғотадиган ҳис-туйғулар онгсиз намоён бўладиган ҳимоя механизми ҳисобланади. Кўпгина тадқиқотчиларнинг фикрига кўра, бу механизм шахснинг бошқа ҳимоя механизмларининг ҳаракати таъсирида ҳам намоён бўлади. Хулқ-атворда ҳали шаклланмай, репрессия қилинган (тушкунликка тушган) импульслар, уларнинг ҳиссий ва психовегетатив қисмларини сақлаб қолишади. Мисол учун, психотравматик вазиятнинг мазмунли томони тушунилмайдиган одадий ҳолат бўлиб, инсон ҳар қандай нотўғри хатти-ҳаракатларнинг амалга ошишини бекор қилади, аммо интрапсихикада можаро давом этади ва унинг оқибатида пайдо бўлган ҳиссий танглик субъектив равишда ташқи кўринишдаги ташвиш сифатида юзага чиқади. Шунинг учун юзага келган истаклар неврологик ва психофизиологик аломатларда намоён бўлиши мумкин. Юзага келган шароитларга мослашиш суст характерга эга бўлиб, конструктивликнинг ўрта даражаси ифодаланади.

Рационализаторлик - стрессли ҳолатларда юзага келадиган психологик ҳимоя механизмларидан бири. Бунда яқинлашиб келадиган салбий ҳодиса ҳар томонлама таҳлил қилинади, унинг ноаниқлик даражаси пасайтирилади, ҳодисанинг ичига кириб, унга олдиндан мослашиб борилади, кутилмаганлик (тўсатданлик) эффекти бартараф қилинади. Муаммонинг ечимига эришиш оқилона ташкил этилади. Бу механизм, мослашувнинг суст турига эга бўлган шахслар томонидан қўлланилади. Конструктивлик даражаси юқори бўлади.

Компенсация - психологик ҳимоя механизмларидан бири. Бунда, руҳий ёки жисмоний функцияларни мақсадга мувофиқ ривожлантириш ҳисобига адекватлик ҳисининг кечиши рўй беради. Компенсация инсоннинг муайян соҳадаги бирор бир камчилиги, нуқсон ёки ожиз томонини бошқа соҳаларда ўзини намоён қилиш орқали бекитишга ҳаракат қилишидир. Ушбу психологик ҳимоя механизми онтогенетик жиҳатдан энг сўнгги ва когнитив жиҳатдан мураккаб

мудофаа механизмидир. Ҳақиқий ёки ҳаёлий йўқотиш, етишмовчилик ва хорлик сабабли ғам ва қайғу каби ҳис-туйғуларни жиловлаш учун мўлжалланган. Компенсация-ўрнини қопламоқ, ўрнини тўлдирмоқ маъноларида келиб, бу камчиликларни тузатиш ёки яхши сифатларга ўрнини алмаштиришга уринишни ўз ичига олади.

Компенсация кластерига идеал даражадаги компенсация деб тушуниш мумкин бўлган **гиперкомпенсация** механизми ҳам киради. Гиперкомпенсация-ҳаддан ташқари, оқилона ёки маҳорат билан ўрнини қопламоқ, ўрнини тўлдирмоқ маъноларини ифодалайди. Механизмдан фойдаланиш ижтимоий мослашувнинг индивидуал турига боғлиқ эмас. Конструктивликнинг юқори даражаси амал қилади.

Талабаларда психологик ҳимоя механизмларининг конструктив усулларини шакллантириш бўйича экспериментал изланиш натижаларини статистик қайта ишлаш Вилкоксон Т-мезони ёрдамида амалга оширилди. Бу борада статистик жиҳатдан аҳамиятли ўзгаришлар психологик ҳимоя механизмларидан: репрессия, регрессия, рад этиш, компенсация, гиперпенсацияларда аниқланди.

Психологик тадқиқотимизнинг диагностика натижаларини муҳокама қилишнинг навбатдаги босқичига ўтамиз. Иккинчи жадвалда тақдим этилган психологик ҳимоя механизмларининг талабалар гуруҳларидаги сезиларли фарқларини таҳлил қилиш Стъюдент мезони ёрдамида амалга оширилди.

Ибтидоий ҳимоя гуруҳида механизмларнинг кескинлиги статистик жиҳатдан сезиларли даражада камайиб борди: «ўрнини эгаллаш» (фарқ-12%;), «орқага қайтиш» («фарқ-11%),» «рад этиш» (фарқ-16%). Психологик ҳимоянинг юксак механизмлари гуруҳида «компенсация» (фарқ-9%), «гиперкомпенсация» (фарқ-9%) дан фойдаланиш частотасининг ошиши қайд этилди.

Таъкидлаш жоизки, Тг-1 ва Нг-1 талабаларида ҳимоя механизмларининг умумий кескинлиги (Ҳимоя механизмлариининг умумий кескинлиги ХМУК) нинг кўрсаткичлари статистик жиҳатдан сезиларли фарқ қилмайди, аммо ҳосил қилувчи ўзаро таъсир натижасида ҳар икки гуруҳ субъектларининг қийинчиликларни бартараф этишлари

2-жадвал. 1-курс талабаларини психологик ҳимоя қилиш механизмларининг кескинлигини таққослаш Тг-1 ва Нг-1 ўзаро таъсирдан кейин

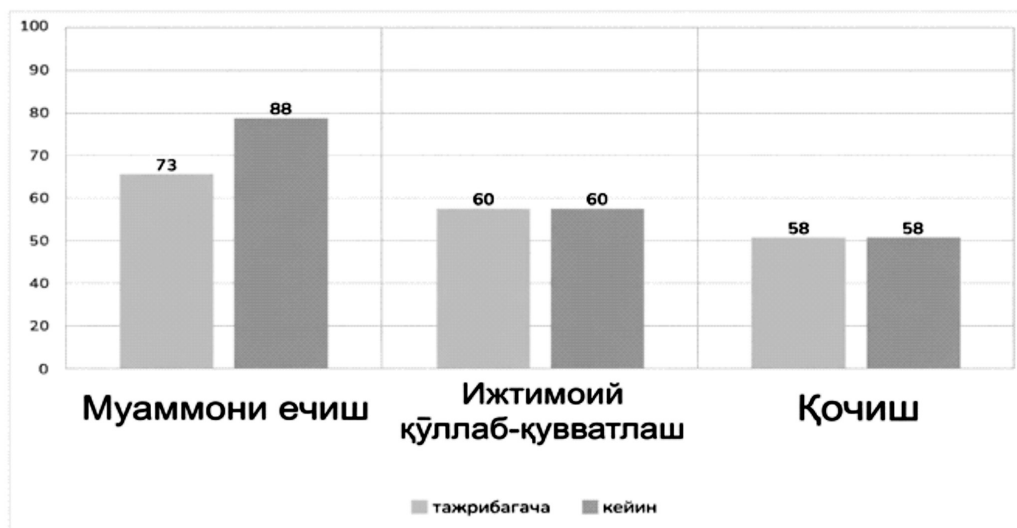
Психологик ҳимоя механизмлари	Тг-1 курсда психологик ҳимоя механизмларининг кучланиши (%)	Нг-1 курсда психологик ҳимоя механизмларининг кучланиши (%)	t < P
Ўрнини эгаллаш	38	50	2,12
Орқага қайтиш	43	54	2,55
Ўрин алмаштириш	41	46	2,01
Рад этиш	44	60	2,15
Лойиҳалаштириш	56	60	2,02
Компенсация	69	60	2,80*
Гиперкомпенсация	42	33	2,78*
Рационализация	54	51	1,99
Психологик ҳимоя усуллари кескинлиги	48	50	1,83

Изоҳ: 1,11-0,05 (2.04) даражасида муҳим аҳамиятга эга.

1,11* - муҳим аҳамиятга эга бўлган 0,01 (2.75).

t < P. - Стьюдент мезонининг аҳамиятли кўрсаткичи.

1-расм. Биринчи курс психология йўналиши талабаларининг тажриба гуруҳида копинг хулқ-атвор стратегиясини тақсимланиши.



учун сифат жиҳатидан турли механизмлар кўрсаткичлари фарқланди (1-расм).

Талабаларнинг копинг хулқ-атвор хатти-ҳаракатларидаги ўрта гуруҳ ўзгариши фақат «муаммони ечиш» стратегиясини қўллашда (тажрибагача-73%, кейин-88%; фарқ-15%). Талабаларнинг қийинчиликларни енгиб ўтиш йўллари мустақил излашга бўлган интилишлари кучайиб борган.

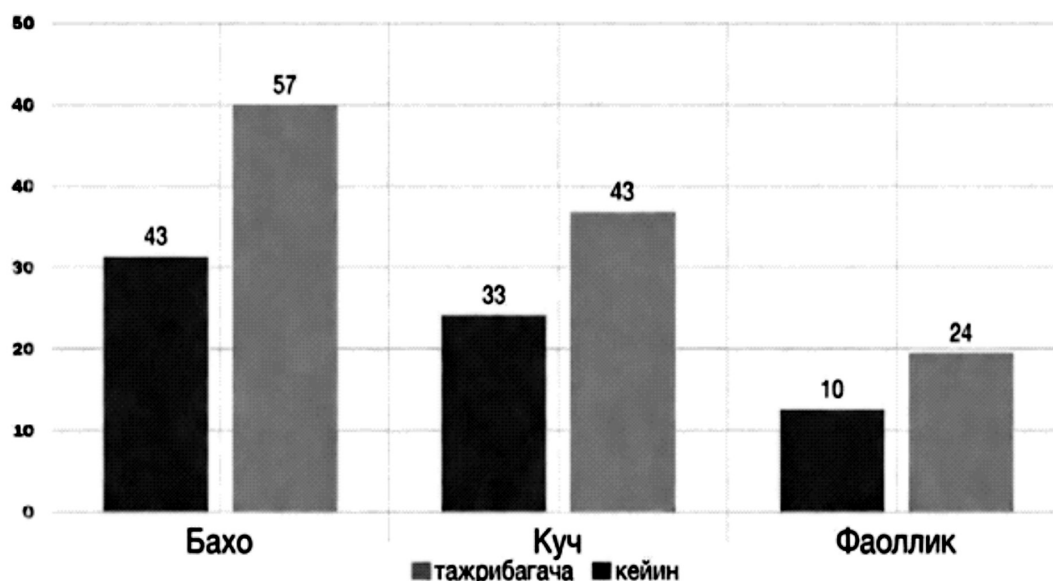
«Ижтимоий қўллаб-қувватлаш» стратегиясига амал қилиш интенсивлиги (тажрибагача -60%, кейин-60%), «қочиш» механизмидан фойдаланиш (тажрибагача -58%, кейин-58%) ўзгаргани йўқ.

Ўз-ўзини англашнинг хусусиятлари ва психологик ҳимоя тизимининг самарадорлиги мезонлари сифатида ифодаланган «баҳолаш», «куч», «фаолият» омиллари ўрганилганда, тажриба-тадқиқот ишлари натижаларида ўзгаришлар юз берди (2-расм).

«Баҳо» омилнинг гуруҳий ўртача кўрсаткичлари (тажрибагача-43%, кейин-57%; фарқ-14%) сезиларли ортганлиги кузатилди (3-расм), бу ўз-ўзидан уларнинг қобилиятлари ижобий намоён бўлишига кўра, имкониятлари ошиб бораётганлигини кўрсатди.

«Куч» омилнинг қийматлари ҳам сезиларли ортганлиги аниқланди (тажрибагача- 33%, кейин-43%, фарқ-10%), бу тала-

2-расм. Психология йўналиши 1-курс талабаларида (Тг-1да) ўз-ўзини англаш хусусиятларининг ифодаланиш кўрсаткичлари.



балар шахсининг иродавий сифатларини кучайиб бориш назоратини оширишни, қийинчиликларни енгиб ўтишга мойиллигини кўрсатади.

«Фаоллик» омили биринчи курс талабаларида (тажрибагача- 10% гача; кейин-24%; фарқ-14%) анча юқори баҳоланганлигини кўриш мумкин, бу муаммоларни ҳал қилишда қатъийлик, дадиллик, журъатлилик ва тadbиркорлик сифатлари шаклланаётганлигини кўрсатади (3-расм).

Шундай қилиб, олиб борилган тадқиқотларимизга таяниб қуйидаги **хулосаларга** келинди

1. Конструктив психологик ҳимояни шакллантириш бўйича тажриба-эксперимент ишлари давомида биринчи курс талабаларида психологик ҳимоя механизмлари ва ўзлигини

англаш стратегиялари муносабатларида ижобий ўзгаришлар юз берди.

2. Психологик ҳимоянинг функционал жиҳатларида умумий зўриқиш кўрсаткичи сақланиб қолса-да, ибтидоий ҳимоя қийматларининг пасайиши кузатилди (ўрнини эгаллаш, орқага қайтиш, рад этиш) ва юксак ҳимоя механизмлари (компенсация, гиперкомпенсация) кучайганлиги аниқланди.

3. Юқоридаги ўзгариш талабаларнинг мақсадга эришишларида фаол бўлишга, шахс хусусиятларининг намунали ва меъёрий намоён бўлишини таъминлашга имкон берди.

4. Аниқланган ўзгаришлар талабаларни психологик ҳимоя тизимининг самарадорлигини оширишга ва уларнинг янги фаолият даражасига осонлик билан ўтишга олиб келди.

Фойдаланилган адабиётлар рўйхати:

1. Фрейд А. Эго и механизмы защиты. – М.: Изд-во Эксмо, 2003. –256 с.
2. Мкртчян М.А. Проблема фрустрации и защитные механизмы личности: автореф. дис. ... канд. психол. наук. – Ереван, 1975. – 26 с.
3. Фрейд З. Психология бессознательного. – М.: Просвещение, 1989. 448 с
4. Файзиева М. Шахсининг психологик ҳимоя механизмлари. Монография. – Қарши: "Насаф", НМИУ. 2021. - 143 бет.