

Date: 23<sup>rd</sup> December-2024

JAMIYATDA SHAXS VA UNING TEMPERAMENTIDA PSIXOLOGIK HIMOYA  
MEXANIZMLARINING O'RNI

**Xudayberdiyeva Sevara**

International school of finance technology and science instituti Psixologiya va  
pedagogika kafedrası o'qituvchisi  
xudayberdiyevas@isft.uz

**Miraqulova Nigora, Ergashev Jasur**

International school of finance technology and science instituti  
2-kurs 23-PSD-03 guruhi talabasi

**Annotatsiya.** Ushbu maqolada shaxsning ijtimoiy xayot davomida jamiyatda shaxslararo munosabatlarga moslashish muammosi ko'rib chiqiladi. Moslashuvning mohiyati qayd etilgan insonning himoya xulq-atvor reaksiyalari majmuasi sifatida, shu jumladan temperament kabi individual psixologik xususiyatlari va psixologik himoya mexanizmlari. Bu borada olib borilgan tadqiqot ishlari, temperament va psixologik himoya mexanizmlarning o'zaro bog'liqligiga bag'ishlangan himoya mexanizmlari.

**Kalit so'zlar:** moslashish, engish xatti-harakati, temperament, psixologik himoya, psixologik himoya mexanizmlari

**Abstract.** This article examines the problem of adaptation of a person to interpersonal relations in society during his social life. The essence of adaptation is noted as a set of defensive behavioral reactions of a person, including individual psychological characteristics such as temperament and psychological defense mechanisms. Research work on this topic deals with the relationship between temperament and psychological defense mechanisms.

**Keywords:** adaptation, coping behavior, temperament, psychological defense, psychological defense mechanisms.

**Kirish**

Hayotning turli sohalaridagi dinamik o'zgaruvchan sharoitlar inson uchun uning faoliyatiga, shu jumladan quyidagi jihatlariga ta'sir qiladi, shaxsiy holatiga, ish faoliyatiga, bajarilgan ishning samaradorlik sifatiga, atrof-dagi odamlar bilan bo'ladigan munosabatlarga. Bugungi shiddat bilan rivojlanayotgan jamiyatda stress omillari, turli hildagi konfliktlar mojarolar bilan to'lib toshgan, shaxsning ichki noqulayligi xolatlarini va salbiy hissiyotini keltirib chiqaradigan talablar xavotirlar. shaxs qiyin hayotiy vaziyatlarga tushib, mavjud bilim va shaxsiy tajribasidan foydalanib, u moslashishga harakat qiladi atrof-muhitga va ruhiy holatini yaxshilashga intiladi. F.Berezin moslashuvni ikkita muhim jihatni ajratib ko'rsatd: inson va atrof-muhit o'rtasidagi eng maqbul munosabatlarni o'rnatish va aqliy va fiziologik xolatlarda etarli muvofiqlikni yaratish xususiyatlari. Ko'pgina adaptatsiya reaksiyalarning rivojlanishida ikkitasini xam kuzatish mumkin bo'lib bunda: "shoshilinch" nomukammal moslashuvning dastlabki bosqichi va undan



Date: 23<sup>rd</sup>December-2024



keyingi bosqich mukammal "uzoq muddatli" moslashish bosqichidir. Shoshilinch moslashish reaksiya stimuli boshlangandan so'ng darhol paydo bo'ladi va amalga oshiriladi faqat oldindan tuzilgan tayyor fiziologik asosdagi mexanizmlar. Moslashuvning ushbu bosqichida tananing faoliyati davom etadi uning fiziologik imkoniyatlari chegarasida deyarli to'liq funktsional zaxirani safarbar qilish, shuning uchun moslashuvchan effekt to'liq amalga oshirilmaydi va doimiy bo'lmasligi mumkin. Uzoq muddatli moslashuv asta-sekin uzoq muddatli moslashuv natijasida yuzaga keladi yoki atrof-muhit tasiri natijasida: — shoshilinch — moslashuvning takroriy takrorlanishiga asoslanadi ba'zi o'zgarishlarning asta-sekin miqdoriy to'planishi, organizmda moslashtirilmagan moslashganga aylanadi. Shunday qilib, jarayon moslashuvlar, ya'ni "shoshilinch" bosqichdan "uzoq muddatli" bosqichga o'tish yangi sharoitlarda tananing (shaxsning) doimiy hayotiy vaziyatlarga, o'zgaruvchan sharoitlarda uning yashash doirasini va o'zini tutish erkinligini kengaytiradi.

### **Muhokama**

Barcha odamlarda moslashishni tartibga solish mexanizmlari mavjudligiga qaramay reaksiyalar bir xil, moslashish natijasi hatto quyidagi hollarda ham farq qilishi mumkin xuddi shu stressorning ta'siri. Bu shaxsiyat bilan bog'liq har bir individual shaxs, uning normal chegaralari funktsional zaxiralar mavjudligini aks ettiruvchi funktsiyalar va uning shaxsiy individual psixologik xususiyatlari. Shaxs tomonidan qiyin hayotiy vaziyatlarni engib o'tish muammosi va shuningdek, bunday vaziyatlarni engish vositasi sifatida shaxsiy resurslarni o'rganish, ham ko'plab tadqiqotlarda aks ettirilgan va xorijiy mualliflar (A.Ya.Ansupov, L.I.Ansiferova, R.M.Granovoskiy, F.B.Berezin, E.L.Dosenko, T.L.Kryukova, I.M.Nikoliskaya, L.YU.Subbotina, R.Lazarus, R.Plutchik, N.Mak-Viliyams, A.A.G.Maklakov, A.I.Shipilovlar). Shaxsiyat tuzilishining asosi bo'lgan temperament, xulq-atvor va u bilan bog'liq ichki jarayonlarni tartibga soluvchi vazifasini bajaradi.

Temperament lotincha —temperamentumll degan so'zdan olingan bo'lib, uning manosilaralashmal demakdur. Temperament xususiyatlarining ilmiy sabablari akademik I.P.Pavlovning yuksal nerv faoliyati tiplari xaqidagi ta'limoti ochib berdi.

I. P.Pavlov nerv sestimasning quydagi to'rtta asosiy tiplarini ajratadi,bular Gippokratning to'rtta temperamenti tipga to'g'ri keladi.

1- kuchli muvozanatli va ephil tip.Serxarakat tip.Bu tip sangvinik temperamenti asosini tashkil etadi:

2- kuchli, muvozanatli inert (sust) tip og'ir vazmin tip. Flegmatik temperamenti asosini tashkil etadi:

3- kuchli, lekin muvozanatsiz, ya'ni quzg'alish tormozlanishdan ustun chiqadigan, qizg'in, jo'shqin, tip.Bu-xolerik temperamenti asosini tashkil etadi:

4- kuchsiz tip.Melanxolik temperamenti asosini tashkil etadi.

Temperament xususiyatlar to'plami sifatida aniqlanadi uning psixikasining dinamik xususiyatlari tomonidan shaxs faoliyatni (tezlik, ritm, faollik, intensivlik, hissiylik va boshqalar), irsiy xususiyatga ega va erta hayotda namoyon bo'ladi. Asab tizimining

Date: 23<sup>rd</sup> December-2024

quyidagi xususiyatlarining nisbati kuch, harakatchanlik va muvozanat asab tizimining turini shakllantiradi, bu fiziologik xulq-atvorning asosi: asab tizimining kuchi bu odamning ishlashi, uning reaksiya xususiyatlari haqida gapiradi stimullar va engish qobiliyati stressli vaziyatlar va harakatchanlik - atrof-muhit talablariga moslashish tezligi haqida. Ya'ni temperament asosan odamning odatiy javob berish usulini belgilaydi atrof-muhit ta'sirida, shu bilan adaptativ funktsiya. Shaxsiy reaksiyalar asosida "faolashadagan" bunday reaksiyalar orasida tabiiy xususiyatlar, ko'rib chiqiladi psixologik himoya mexanizmlar Shaxsni psixologik himoya qilish to'g'risidagi ta'limot quyidagi doirada shakllangan klassik psixoanaliz nazariyalari.

Psixologik himoyaning maqsadi hissiy stressni kamaytirish va tartibga solishni ta'minlash xulq-atvor yo'nalishi. Psixologlarning fikriga ko'ra, psixologik himoya bu insonning tabiiy moslashuv reaksiyasi hayot qiyinchiliklar va" shoshilinch "moslashuvning dastlabki bosqichiga ishora qiladi. Psixologik himoya mexanizmlari birgalikda qo'llanilishi mumkin qiyinchiliklarni engishning konstruktiv usullari bilan va faqat haddan tashqari jiddiylik darajasi va himoya intensivligi dominant moslashuv vositasi. Hozirgi vaqtda adabiyotda bir qator tadqiqotlar tajribasi tasvirlangan temperament va psixologik himoya xususiyatlarining o'zaro bog'liqligi.

A. G. Samoxvalova, shaxsning eng yaxshi xulq-atvori muammosini o'rganish, shaxsning psixologik himoyasi temperament turi bilan bog'liqligini aniqladi. Sangvinik tipga mansub shaxslar uchun eng keng tarqalgan psixologik himoya ularda intellektualizatsiya, almashtirish va bostirish, va eng kam tarqalgani esa regressiya afzal qilingan mexanizmdir. Xolerik tipga mansub bo'lgan shaxslarda ko'pincha regressiya, reaktiv kabi himoya mexanizmlaridan foydalanishadi, proektsiya, eng kam tarqalgani esa intellektualizatsiya. Melanxolik tipga mansub shaxslarda regressiya, proektsiya va intellektualizatsiyadan foydalanadi va eng kam afzal qilingani rad etish. Flegmatik tipga mansub shaxslarda eng ko'p proektsiya, rad etish va intellektualizatsiya ishlatiladi, eng kam qabul qilinadigan almashtirish mexanizmdir.

L. A. Aleksandrova, V. P. Mixaylova, N. I. Korytchenkova, T. I. Kuvsinova, qiyin paytlarda inson xatti-harakatlarining tipologiyasini tavsiflash orqali hayotiy vaziyatlarda, shaxsning psixologik himoya profilini topdi va boshqa temperament turlariga nisbatan juda keng bo'lib, bu o'z ichiga quyidagi himoya mexanizmlarini qamrab oladi inkor etish, almashtirish va regressiya. Quyidagi shaxs tiplari sangvinik temperament vakilari himoya mexanizmlaridan regressiya mexanizmi eng ko'p ishlatishadi, rad etish va repressiya. Mualliflarning fikriga ko'ra, shaxsiyat tuzilmalarining uyg'unligi ko'p narsa shaxsiy xususiyatlarning nisbati bilan belgilanadi, shu jumladan temperament va psixologik himoya.

Olib borilgan tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki sangvinik tipga mansub shaxslar uchun eng ko'p uchraydigan himoya mexanizmlari aniqlandi jumladan ularda yetakchilik qiladi almashtirish, kompensatsiya va proektsiya mexanizmlari va eng kam afzal qilingan esa rad etish himoya mexanizimi. Xolerik tipga mansub shaxslarda esa ko'pincha regressiya kabi shaxsni himoya qilish mexanizmlaridan foydalaniladi, rad etish va intellektualizatsiya,



Date: 23<sup>rd</sup> December-2024

kamroq - repressiya mexanizmi. Melanxolik tipga mansub shaxslarda esa himo mehanizmlari eng aniq almashtirish, intellektualizatsiya va regressiya, mehanizmlari esa kamroq darajalar-reaktiv shakllanishi. Flegmatik tipga mansub shaxslarda himoya profilida quyidagilar mavjud repressiya, rad etish, intellektualizatsiya.

Ko'rib turganingizdek, yuqoridagi olib borilgan ishlar mualliflar tomonidan olingan ma'lumotlar ba'zan farq qiladi va bir-biriga zid. Shunga qaramay, oz miqdorni hisobga olgan holda tadqiqotchilar ushbu mavzuga bag'ishlangan tadqiqotlarni aniqladilar o'zaro bog'liqlik individual tipologik shaxsiy xususiyatlar va u foydalanadigan himoya mexanizmlarini. Bu turli xil munosabatlarni o'rganishni davom ettirish foydasiga bo'lib insonning murakkab hayotiy vaziyatlarga moslashish tizimining tarkibiy qismlari hisoblanadi.

#### **Xulosa**

Xulosa sifatida shuni aytish lozimki, psixologik himoya mexanizmlarining konstruktiv hamda destruktiv ta'sirga olib kelishi mumkin. Konstruktiv xarakterdagi himoya mexanizmlari esa vaziyatni adekvat baholashga, alternativ maqsadni aniqlashga va erishishda optimal vositalarni tanlashga, talab va ehtiyojlarni esa qondirishga yordam beradi. Destruktiv xarakterdagi himoya mexanizmlari bo'lsa reallikni inkor etish va buzishdan iborat bo'lib, vaqti kelib shaxsning patologik o'zgarishiga olib keladi. Shuning uchun psixologik himoya mexanizmlari tanani psixotravmatik buzilishlardan, vaziyatlardan, salbiy axborotlardan asraydi va turli vaziyatlardagi barqarorligini oshiradi. Yana shuni qayd qilish kerakki, psixologik himoya mexanizmlari ba'zida og'ir oqibatlariga, shaxs shakllanishi hamda ijtimoiy moslashuvning buzilishiga olib kelishi mumkin.

#### **FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR (References):**

1. Агарков В.А., Бронфман С.А. Взаимосвязь свойств темперамента и механизмов психической защиты Журнал практической психологии и психоанализа. 2009. № С. 164-184.
2. Александрова Л.А., Михайлова В.П., Корытченкова Н.И. Связь механизмов. Психологических защит и совладания (coping) с акцентуациями характера, типом темперамента, эмоциональной компетентностью и агрессивностью Вестн. Кемеров. гос. ун-та. № 4. Кемерово, 2008.
3. Березин Ф.Б. Психическая и психофизиологическая адаптация человека. Л.:Наука, 1988. 270 с.
4. Котенева А.В. Защитные механизмы личности, гендер и тип темперамента. Наука Вестник ТвГУ. Серия "Педагогика и психология". 2017. № 3 и школа. 2010. Выпуск № 4. С. 105-109.
5. Фрейд А. Психология «Я» и защитные механизмы. — М.: «Педагогика Пресс», 1993,
6. Н.А.Еайибова- Психология укув-илмий Маркази, —Ривожлантириш психологияси лабораторияси бош илмий ходими. —Ijtimoiy psixologiya —



Date: 23<sup>rd</sup>December-2024

Moduli bo'yicha o'quv uslubiy majmua Toshkent - 2018

7. Sattorova D.G. BIOETHICS IN TODAY'S MEDICINE: PROBLEMS, CONFLICTS AND CONSIDERATIONS-2022-P.35-38. <https://krsjournal.com>.

8. Сатторова Д. Ф. бугунги замонавий муаммолар, зиддиятлар ва мулохазалар-2022-165-169-. <https://doi.org/10.24412/2181-1385-2022>.

