

OSJ SHAXSIDA XAVOTIRLIK NAMOYON BO'LISHINING PSIXOLOGIK MEXANIZMLARI

Maxmudova Dilarom Axmadovna

Nizomiy nomli TDPU,
psixologiya kafedrası dotsenti

Annotatsiya:

Maqola odam savdosi jabrdiydalarida namoyon bo'ladigan xavotirlanish xolatlari xususiyatlari taxlil qilingan. Unda shaxsdagi xavotirlikning psixologik xususiyatlari ochib berilgan.

Tayanch iboralar: odam savdosi jabrdiydasi, xavotirlik, shaxs, emotsiya, defekt .

Abstract:

The article analyzes the characteristics of anxiety states manifested by victims of human trafficking. It reveals the psychological characteristics of anxiety in a person.

Key words: victim of human trafficking, anxiety, person, emotion, defect.

Xorij psixologlari Ch.D.Spilberger, Merlin, Fillipss, R.Kettell, Z.Freyd, Yu.L.Xanin, I.P.Volkov, V.V.Davidov, I.S.Kon, V.A.Chikker, K.D.Shefronskaya, N.V.Imedadze, N.D.Levitov, L.A.Kopitova, K.M.Gurevichlar tomonidan olib borilgan tadqiqotlarda xavotirlanish muammosining yoshga bog'liq rivojlanish masalalari tadqiq qilingan. Har qanday tadqiqotni boshlang'ich nuqtasi tushunchalarni ma'nosini aniqlashdir, ammo "xavotirlanish" atamasini aniqlashda fikrlar tarqoqdir. Shuning uchun eng avvalo quyidagi savollarga javob berish lozim. Xavotirlanish holatining o'zi nima? Uning psixologik asosini qanday omillar tashkil qiladi?

Tadqiqotchilar tomonidan "xavotirlanish tushunchasini eng ko'p umumiy o'rganiladigan jabhasi uni nevrotik va nevrotik oldi tuzilishi sifatida ko'rib chiqishdir (B.I.Kochubiy, Ye.V.Rodjers, K.Xorni va boshqalar). Bu holatni aniqlashtirish jarayonida "xavotirlanish tushunchasini fikr va mushohadalarida ziddiyat yuzaga keldi.

Avvalo xavotirlanish ichki notinchlik kechinma, qo'rquv kabi psixologik holat (A.M.Prixoan, N.D.Levitov), sub'ektiv hissiy taranglik salbiy xavotirlarni oldindan sezish (I.Spelberger, O.M.Gadyuk, A.M.Prixoan) emotsional noqulaylikni his qilish (A.M.Prixoan), noma'lum xatarni oldindan sezish (F.B.Berezin) sifatida ko'riladi. Shunga ko'ra, ko'pchilik tadqiqotchilar spesifik kechinmalarida xavotirlanish holatini tavsiflovchi faqat emotsional tarkib aks sub'ektiv tarzda yoqimsiz his qilinadigan noqulaylik xatarnigina ajratadilar (M.S.Merlin, O.M.Gadyuk, A.M.Prixoan, D.Lyuis, K.Izard). K.Izard xavotirlanishni salbiy

emotsiyalar sifatida aniqlaydi: qo'rquv, jahl va g'amginlik. Xavotirlanishga yoqimsiz emotsional fon shaxs tuzilishidagi defektlarni boshqaruvchi va turli kasalliklarni rivojlantiruvchi sifatida qaraladi. (Yu.A.Edipov 1994; Ya.Reykovskiy 1979; D.N.Isaev 1988; Dj.Atkinson 1974 N.D.Levitov esa). Ch.Spilberger izidan borgan holda har qanday psixologik holat singari xavotirlanishni his qilish qiyin va faqat shartli tarzda undagi tarkibiy qismlarni evaziga emotsional holat sifatida xarakterlanishi mumkin. Aslida esa xavotirlanish murakkab tuzilma sifatida tavsiflanadi, u o'zida kognitiv, emotsional va operatsional aspektlarni emotsionallik domentantlik qilgan holda mujassamlashtiradi. Shunday qilib Ch.Spelberger xavotirlanish holatini avtonom nerv tizimidagi faollikni oshishi bilan kuzatuvni emotsional reaksiya sifatida aniqlaydi.

Atamashunoslikdagi ko'p ma'nolilik va chalkashliklardan qochish maqsadida Ch.Spilberger o'z tusi bo'yicha yoqimsiz emotsional holatni tavsiflash va taranglik, xavotirlanish mudhish tuyg'ular kabi sub'ektiv hissiyotlar bilan xarakterlanuvchi ichki sharoitlar fiziologik tomondan esa avtonom nerv tizimining faollashtirishni xavotirlanish stress holatlarini tushuntirish uchun qo'llashni tavsiya etadi. Psixologik taranglik atamasini bu tushunchani salbiy assotsiatsiyalardan xoli qiladi va odamni qiyin vaziyatlarda aynan psixik funksiyalashuvini o'rganishga taqazo etadi. Holat sifatida ba'zi tadqiqotchilar tomonidan vaziyatli xavotirlanish deb ham yuritiladi, u sub'ektiv his qilinadigan emotsiyalar taranglik, xavotirlanish, tashvishlanish ma'lum vaziyatdan kelib chiqqan asabiylashish va vegetativ nerv tizimini faollashuvi, yurak urishining tezlashishi, ko'p terlash bilan kechuvchi xarakatlar bilan tavsiflanadi. Bunday holat vaqtinchalikdir chunki organizm bunday holatda ko'p qololmaydi va xavf vaziyati yo'qolgandan keyin yo'qoladi, shuning uchun xavotirlanishni holat sifati mantiqan haqiqatda xavotirlanish emas, vaziyatli xavotirlanish deyish maqsadga muvofiq. Bizning fikrimizcha, xavotirlanish so'zi ko'proq darajada yaqinlashayotgan tashqi xatar bilan assotsiatsiyalanadi, ichki kechinmadan ko'ra.

V.S.Merlin va Ye.P.Ilin boshqalar singari xavotirlanishni yuqori emotsional ta'sir ma'lum vaziyatga reaksiya sifatida aniqlaydi. Biroq Ye.P.Ilin umumqabul qilingan xavotirlanish holatidagi kechinmalarga salbiy tavsifnoma fikriga qarshi shuni ta'kidlaydiki, xavotirlanishning ma'lum darajasi bu shaxsning muhim faol faoliyati xususiyatidir. Har bir odamda xavotirlanish darajasining optimal varianti mavjud. Rivojlanish va kompensatorli va himoyaviy namoyishlarni realizatsiyalash va yukmaltirish stimuli sifatida ya'ni "foydali" xavotirlanish sifatida. Muallif bilan rozi bo'lgan holda xavotirlanishning bu ko'rinishini "konstruktiv xavotirlanish" deymiz.

Xuddi shunday holatni T.A.Nemchin ham egallaydi, sinaluvchilarning sub'ektiv namoyishlarini o'rganish asosida so'rovnomatibbiy ko'rikning analitik ma'lumotlarini yig'ish va kuzatish yordamida shuni aniqlaydiki, asab-psixik taranglik intensivligiga bog'liq holda sust, o'rtacha, va ortiqcha sinaluvchilar ekstremal vaziyatda o'z holatini turlicha baholaydilar, ekstermal vaziyatga turlicha qaraydilar, vaziyatni xarakterlovchi qiyinchiliklarni yengib

o'tishni turlicha his qiladilar. Agar sust taranglikda barcha namoyishlar neytral bo'lsa, ortiqchasida jismoniy va psixologik noqulaylik, psixik faoliyatni dezorganizatsiyasi yorqin namoyon bo'ladi, unda o'rtacha psixik namoyishni aks ettirishda umuman boshqacha ko'rinish namoyon bo'ladi. O'rtacha asab psixik taranglikning umumiy tavsifnomasi bo'lib, psixik faoliyat mobilizatsiyasi axloqiy-psixologik hissiy va jismoniy kuchlarni umumiy tarzda ko'tarish hislari yuzaga chiqadi. Indivud holati umumiy ijobiy tus, ijobiy emotsional fon a'lo kayfiyat bilan xarakterlanadi. Bu bog'liqlik Yerkes-Doolsonning mashhur qoidasiga mos keladi, unga ko'ra motivatsiya kuchi qancha yuqori bo'lsa, (taranglik, faollik) faoliyat natijaviyligi shuncha yuqori bo'ladi. Nafaqat keyingi motivatsion-emotsional taranglik keltiruvchi faoliyat samaradorligini yomonlashuviga olib keladigan optimal darajaga emas. G.L.Shabanova D.O.Xebbnikiga o'xshash model keltiradi, unga ko'ra, taranglik bo'lmagan talablar kam qo'yiladigan sharoitdagi faoliyat zerikishga olib keladi. Taranglikni kuchaytirishi stimullash va enerlizatordek muhim. Agar talablar odamning individual imkoniyatlaridan ortib ketsa, bu xavotirning yuqori darajasi konsentratsiya diqqatni pasayishiga faoliyat sifatini yomonlashishiga olib keladi. Xebbnik ta'kidlashicha taranglikning ortishi davom etsa shaxsiy resurslarni ko'paytirmasdan talablarni kuchaytirishi xolsizlanish yonishiga olib keladi. T.L.Shabanova L.I.Bojovichga yondashib xavotirlanish ko'rinishlarini klassifikatsiyasini keltiradi, tashqi ta'sirlarga adekvatligini bog'lagan holda:

- sub'ekt real nosog'lomligida, adekvat xavotirlanishni his qiladi;
- agar sub'ekt holati adekvat yaxshi bo'lsa, Bojovich bunday xavotirlanishni noadekvat deb baholaganlar;
- real nosog'lomlikni sezmaslik "noadekvat xotirjamlik" deb ataladi, lekin biz Xorni fikriga yondashamiz unga ko'ra har qanday xavotirlanish adekvatdir, chunki u ob'ektiv emas, sub'ektiv sabablarga ko'ra inobatga olinmasligi mumkin, u tashqaridan ko'rinmas, ammo sub'ekt uchun muhim bo'lishi mumkin.

R.Mey xavotirlanishni 2 asosiy turga bo'lgan me'yoriy va nevrotik. Me'yoriy xavotirlanish 3 asosiy jihat bilan tavsiflanadi: 1)me'yoriy xavotirlanishni namoyish etish kelib chiqqan vaziyatdagi ob'ektiv xatarni muhimligini ko'rsatadi; 2)me'yoriy xavotirlanish tushkunlikka olib kelmaydi; 3) bunday xavotirlanishni ijodiy qo'llash mumkin-agar ularni keltirib chiqaruvchi faktorlarni identifikatsiyalab va ularga qarshi turlicha harakat qilinsa. Nevrotik xavotirlanish tavsifnomalari ulardan farqlanadi-bu xatarga adekvat reaksiya emas. Bunday xavotirlanish tushkunlikka olib keladi va u buzg'unchidir, konstruktiv emas. Nevrotik xavotirlanishga bog'liq bo'lgan tushkunlik va anglashni bloklash odamlarni muhim axborotga kira olishidan mahrum qiladi, ular yordamida xatarlarni identifikatsiyalash va bartaraf etish mumkin.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati

1. Елисеев О.П. Практикум по психологии личности. – 2-е изд., испр, и перераб. – СПб.: Питер, 2007
2. Нартова-Бочавер С.К. Человек суверенный СПб ПИТЕР 2008.
3. Махмудова Д.А. Особенности психотерапевтических методов при работе с жертвами торговли людьми. Science and world international scientific journal. ISSN 2308-4804. №5(45) 2017, Vol.II. стр.96-98
4. Maxmudova D.A. Odam savdosi jabrdiydalarida emotsional buzilishlarning o'ziga xosligi. – Pedagogik maxorat jurnal. ISSN 2181-6833. 2021 aprel. - B. 94-96.
5. Maxmudova D.A. O'spirin yoshidagi odam savdosi jabrdiydalarida namoyon bo'ladigan xavotirlik holatlarining psixokorreksiyasi xususiyalari. Ta'lim va innavatsion tadqiqotlar. –Toshkent. –2023. –№3. –B.324–325.