HSR (LONDON),
HOUGHTON STREET REVIEW JOURNAL
ISSN: 2058-5519|Impact factor-15.9
http://houghtonstreetreview.com/index.php/hsr

OLIY TA'LIM MUASSASALARI TALABALAR GURUHLARIDAGI DESTRUKTIV NIZOLI VAZIYATLAR VA PSIXOLOGIK HIMOYA MEXANIZMLARINING O‘ZARO BOG‘LIQLIGI

Amurshayeva Gulzodaxon Mirzajamshid qizi
Qo‘qon universiteti Andijon filiali pedagogika, psixologiya va jismoniy madaniyat kafedrasi psixologiya fani o‘qituvchisi
amurshayevagulzoda@gmail.com
Doi: https://doi.org/10.5281/zenodo.22932672

Annotatsiya: Mazkur maqolada oliy ta'lim muassasalarida tahsil olayotgan talabalar guruhlarida yuzaga keladigan destruktiv nizoli vaziyatlar va ularga nisbatan faollashadigan psixologik himoya mexanizmlarining o‘zaro bog‘liqlik xususiyatlari ilmiy-nazariy va amaliy jihatdan tahlil qilingan. Shuningdek, talabalarning o‘quv faoliyati va shaxslararo munosabatlaridagi emotsional zo‘riqishlarni bartaraf etishda psixologik himoya mexanizmlarining o‘rni yoritib berilgan.

Kalit so‘zlar: Oliy ta'lim, talabalar guruhi, destruktiv nizo, shaxslararo munosabatlar, psixologik himoya mexanizmlari, emotsional zo‘riqish, ratsionalizatsiya.

Kirish

Talabalik davri inson hayotining eng ma’suliyatli, qiziqarli va ayni paytda o‘tish davri hisoblanadi. Bu bosqichda yoshlar nafaqat tanlagan mutaxassisliklari bo‘yicha ilmiy bilim va kasbiy ko‘nikmalarni egallaydilar, balki jamiyatda o‘z o‘rnini topish, tengdoshlari bilan muloqot qilish va murakkab ijtimoiy munosabatlar tizimiga moslashish jarayonini boshdan kechiradilar. Oliy ta'lim muassasasi o‘ziga xos kichik ijtimoiy muhit bo‘lib, u yerda turli dunyoqarashga, tarbiyaga va xarakterga ega bo‘lgan yoshlar bir jamoaga jamlanadi.

Tabiiyki, bunday turfa muhitda shaxslararo muloqot jarayonida turli fikrlar to‘qnashuvi, manfaatlarning mos kelmasligi va ziddiyatlarning kelib chiqishi qonuniy holatdir. Agar bu ziddiyatlar o‘z vaqtida va to‘g‘ri hal etilmasa, ular destruktiv nizolarga aylanib ketadi. Destruktiv nizolar talabalarning o‘qish jarayoniga putur yetkazibgina qolmay, ularning emotsional barqarorligini izdan chiqaradi va shaxsiy xavotir darajasini keskin oshiradi. Bunday keskin va stressli sharoitda inson ongi o‘zining ruhiy muvozanatini saqlab qolish va ichki zo‘riqishni kamaytirish uchun ongsiz ravishda psixologik himoya mexanizmlarini ishga tushiradi. Mazkur maqolada talabalar guruhlarida yuzaga keladigan ana shunday destruktiv nizolar va ularga nisbatan faollashadigan psixologik himoya usullari atroflicha ko‘rib chiqiladi.

Talabalar guruhlarida destruktiv nizolarning kelib chiqish sabablari va xususiyatlari

Har qanday o‘quv guruhida sog‘lom ijtimoiy-psixologik muhit bilan bir qatorda muayyan ziddiyatli vaziyatlar ham yuzaga kelishi mumkin. Talabalar jamoasidagi nizolarning asosiy sabablarini quyidagi omillar bilan izohlash mumkin:

Moslashish davridagi qiyinchiliklar: Ayniqsa 1-kurs talabalari maktab muhitidan mutlaqo yangi bo‘lgan OTM muhitiga o‘tganda ma’lum bir emotsional stressni boshdan kechiradilar. Yangi tartib-

HSR (LONDON),
HOUGHTON STREET REVIEW JOURNAL
ISSN: 2058-5519|Impact factor-15.9
http://houghtonstreetreview.com/index.php/hsr

qoidalar, reyting tizimi va begona guruhdoshlar bilan til topishish zarurati ko‘pincha dastlabki tushunmovchiliklarni keltirib chiqaradi.

Shaxsiy xarakterdagi tafovutlar: Talabalarning temperament turlari (xolerik, sangvinik, flegmatik, melanxolik) turlicha bo‘lgani sababli, ularning muammolarga bo‘lgan munosabati va muloqot uslubi ham farq qiladi. Bu esa o‘zaro kelishmovchiliklarni keltirib chiqaruvchi ichki zaminga aylanadi.

Akademik yuklamalar va charchoq: Imtihon haftaliklari, topshiriqlarni o‘z vaqtida topshirish vaqtida yuzaga keladigan vaqt tanqisligi talabalarning asab tizimiga kuchli bosim o‘tkazib, ularni o‘ta ta’sirchan va janjalkash qilib qo‘yadi.

Agar bu kabi holatlar o‘z vaqtida konstruktiv tarzda bartaraf etilmasa, ular jamoada destruktiv tus oladi va talabaning shaxsiy rivojlanishiga to‘sqinlik qiladi.

Psixologik himoya mexanizmlari va ularning turlari

Destruktiv nizolar va stressli vaziyatlar talabada kuchli ichki ziddiyat hamda xavotirni keltirib chiqaradi. Inson o‘zining "Men" obrazini himoya qilish, aybdorlik hissidan qochish va ruhiy muvozanatini saqlab qolish uchun ongsiz ravishda psixologik himoya mexanizmlariga tayanadi. Ilmiy adabiyotlarda bu mexanizmlarning bir nechta asosiy turlari farqlanadi:

Inkor etish Noqulay haqiqatni yoki nizoli vaziyatning mavjudligini ong darajasida mutlaqo tan olmaslik. Masalan, guruhdagi keskin janjalda o‘zining aybi borligini sezib turgan talaba buni rad etib, *"Hech qanday nizo yo‘q, hamma narsa joyida, ular shunchaki o‘zlari shoshilib xulosa chiqarishyapti"* deb o‘zini ishontiradi.

Ratsionalizatsiya: Sodir bo‘lgan ziddiyatli holat yoki akademik muvaffaqiyatsizlik uchun o‘zini oqlaydigan, sirtqi jihatdan mantiqiy tuyuladigan, lekin asl sababni yashiradigan bahonalar topish. Masalan, talaba o‘z vaqtida tayyorgarlik ko‘rmagani uchun darsda past baho olsa, buni tan olish o‘rniga: *"Baribir bu fan kelajakda menga kerak emas, shunchaki vaqtim behuda ketdi"* deb o‘zini oqlaydi.

Siljish va siqib chiqarish: Salbiy emotsiyalar va tajovuzni haqiqiy sababchiga (masalan, guruh sardori yoki o‘qituvchiga) yo‘naltira olmagach, ularni xavfsizroq obektga yoki boshqa shaxslarga ko‘chirish. O‘qituvchidan dakqi eshitgan talaba o‘sha yerda javob qaytarolmay, xonaga kelib hech qanday aybi yo‘q bo‘lgan xonadoshiga baqirishi shunga yaqqol misoldir.

Proyeksiya:O‘zining yashirin salbiy xususiyatlari, xavotirlari yoki dushmanlik niyatlarini boshqa guruhdoshlarga ag‘darib, ularni ayblash. O‘zi atrofdagilarga nisbatan raqobat va yomon ko‘z bilan qaraydigan talaba boshqalarga qarab: *"Guruhimizdagi hamma menga dushman, orqamdan g‘iybat qilishyapti"* deb o‘ylaydi.

O‘rnini bosish: Asosiy ob'ektga yoki manbaga nisbatan bildirilgan salbiy emotsiya (g‘azab, norozilik) ni xavfsizroq bo‘lgan boshqa ob'ektga yo‘naltirish. Misol: Ishxonada boshliqdan dakki eshitib, g‘azabini ichiga yutib kelgan xodimning uyda kenja farzandiga baqirib berishi.

Sublimatsiya: Jamiyat tomonidan qabul qilib bo‘lmaydigan agressiv yoki jinsiy energiyani ijodiy, ijtimoiy foydali va ma'qul faoliyatga yo‘naltirish. Kuchli tajovuzkorlik yoki ichki zo‘riqishni sport bilan shug‘ullanish, rasm chizish yoki san'at orqali chiqarib yuborish.

HSR (LONDON),
HOUGHTON STREET REVIEW JOURNAL
ISSN: 2058-5519|Impact factor-15.9
http://houghtonstreetreview.com/index.php/hsr

Regressiya: Murakkab stressli vaziyatda kattalarga xos bo‘lmagan, bolalarcha yoki yoshi kichikroq davrdagi xatti-harakatlar va reaksiyalarga qaytish.Katta yoshdagi insonning qiyin vaziyatda o‘zini ojiz sezib, bolalardek yig‘lab yuborishi yoki injiqlik qilishi.

Identifikatsiya: O‘zining zaifligini yengish uchun o‘zini kuchliroq, obro‘li yoki muvaffaqiyatli deb bilgan boshqa shaxs bilan aynanlashtirish, uning xatti-harakatlari va qiyofasini ongsiz ravishda ko‘chirish.Qiyin vaziyatda bolaning o‘zini otasidek tutib: "Otam bo‘lganida nima qilgan bo‘lardi?" deb harakat qilishi.

Talabalarning kurslar kesimidagi psixologik xususiyatlari va himoya reaksiyalari

O‘tkazilgan kuzatishlar va ilmiy tahlillar shuni ko‘rsatadiki, talabalarning yoshi, o‘qish kursi va hayotiy tajribasiga qarab ularning himoya mexanizmlari turlicha namoyon bo‘ladi:

1-kurs talabalarida: Yangi ijtimoiy muhitga, talabalik maqomiga va guruhdoshlarga moslashish jarayoni qiyin kechgani bois destruktiv nizolar tez-tez uchraydi. Bunday paytda ularda ko‘proq *inkor etish*, *siljish* va o‘zini ojizdek tutish kabi moslashmagan himoya turlari ustunlik qiladi.

4-kurs talabalarida: Kasbiy o‘zini o‘zi belgilash, kelajakdagi ish joyini topish, bitiruv malakaviy ishi va davlat imtihonlari bilan bog‘liq tashvishlar kuchayadi. Bu davrdagi ziddiyatli vaziyatlarda talabalar vaziyatni ongliroq baholashga harakat qilishadi va ko‘proq *ratsionalizatsiya* hamda *intellektualizatsiya* mexanizmlariga tayanadilar.

Talabalar jamoasida nizolarning oldini olish va psixologik yordam ko‘rsatish yo‘llari

Himoya mexanizmlari insonni vaqtincha emotsional zo‘riqishdan qutqargani bilan, ular muammoning o‘zini hal qilmaydi. Aksincha, himoya turlarining haddan tashqari kuchayishi talabaning shaxslararo munosabatlarini qiyinlashtiradi. Shu bois oliy ta'lim muassasalarida quyidagi chora-tadbirlarni amalga oshirish muhim ahamiyat kasb etadi:

OTMlardagi psixologik xizmat markazlari faoliyatini yanada kuchaytirish, talabalar o‘rtasida diagnostika ishlarini muntazam olib borish.Yoshlarga destruktiv nizolarni tinch yo‘l bilan hal qilish, muzokara olib borish va stressni boshqarish bo‘yicha maxsus psixologik treninglar tashkil etish.Bundan tashqari nizolarni konstruktiv yol bilan hal etishga undash ,Guruhdagi ijtimoiy-psixologik iqlimni sog‘lomlashtirishga qaratilgan madaniy-ma'rifiy tadbirlarni ko‘paytirish.

Xulosa

Xulosa o‘rnida aytish joizki, talabalar guruhlaridagi destruktiv nizolar va psixologik himoya mexanizmlari o‘rtasida uzviy va qonuniy bog‘liqlik mavjud. Har qanday ziddiyatli vaziyat talabada ruhiy zo‘riqish keltirib chiqaradi va uni yengish uchun ongsiz ravishda himoya reaksiyalari ishga tushadi. Talabalarning bu xususiyatlarini chuqur o‘rganish va tushunish oliy ta'lim muassasalarida sog‘lom muhitni yaratish hamda barkamol avlodni tarbiyalashda muhim poydevor bo‘lib xizmat qiladi. Bundan tashqari, har bir o‘sib kelayotgan yosh avlod destruktiv nizolarning oldini olishga qaratilgan chora – tadbirlarda faol ishtirok etishi kerak.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR RO‘YXATI

1. Фрейд З. Введение в психоанализ: Лекции. — Москва: АСТ, 2022.- 480 с.
2. Фрейд А. Психология «Я» и защитные механизмы. - Москва: АСТ, 2021. - 192 с.
3. Karimova V.M. Sotsialnaya psikhologiya. — Tashkent: O‘zbekiston faylasuflari milliy jamiyati, 2020.-184 s.

HSR (LONDON),
HOUGHTON STREET REVIEW JOURNAL
ISSN: 2058-5519|Impact factor-15.9
http://houghtonstreetreview.com/index.php/hsr

4. Goziev E.G. Ontogenez psikhologii. — Tashkent: O‘zbekiston Milliy ensiklopediyasi, 2021. - 356 s.
5. Plutchik R., Kellerman H. Theories of Emotion / Handbook of Clinical Psychology. — New York: Springer, 2022. — 410 p.