TA'LIM JARAYONIDA PSIXOLOGIK HIMOYA MEXANIZMLARI VA DESTRUKTIV NIZOLAR PSIXOPROFILAKTIKASI

Amurshayeva Gulzodaxon Mirzajamshid qizi
Qo'qon universiteti Andijon filiali pedagogika, psixologiya va jismoniy madaniyat kafedrasi psixologiya fani o'qituvchisi
amurshayevagulzoda@gmail.com

Annotatsiya: Oliy ta'lim muassasalarida o'qituvchi va talabalar o'rtasida yuzaga keladigan destruktiv nizolarning kelib chiqishida psixologik himoya mexanizmlarining o'rni va ularning psixoprofilaktikasi masalalari yoritilgan. Shuningdek, nizoli vaziyatlarda namoyon bo'ladigan ongsiz himoya reaksiyalarini (ratsionalizatsiya, proyeksiya, siljitish va boshqalar) o'z vaqtida aniqlash hamda ularning oldini olish yo'llari ochib berilgan.

Kalit so'zlar: destruktiv nizo, psixologik himoya mexanizmlari, psixoprofilaktika, oliy ta'lim, o'qituvchi-talaba munosabatlari, emotsional zo'riqish.

Uzluksiz ta'lim tizimini modernizatsiya qilish jarayonida talabalar yoshida sog'lom psixologik muhitni yaratish ustuvor vazifalardan biri hisoblanadi. Oliy ta'lim muassasalarida o'quv-tarbiya jarayonining samaradorligi pedagog va talaba o'rtasidagi o'zaro munosabatlarning barqarorligiga tayanadi. Biroq ta'lim jarayonida tomonlar o'rtasida turli ziddiyatlar, xususan, munosabatlarni izdan chiqaruvchi destruktiv nizolar yuzaga kelishi kuzatiladi. Bunday nizolarning kelib chiqishi va chuqurlashishida shaxsning psixologik himoya mexanizmlari muhim omil bo'lib xizmat qiladi.

Z. Freyd va A. Freyd ta'limotiga ko'ra, psixologik himoya mexanizmlari inson ongi ichki ziddiyatlar, xavotir, stress va ruhiy og'riqlardan himoyalanish uchun ongsiz ravishda ishga soladigan ruhiy jarayonlardir. Pedagogik jarayonda o'qituvchi yoki talaba tanqidiy vaziyatga duch kelganda, o'zini oqlash yoki ichki taranglikni kamaytirish maqsadida ushbu mexanizmlarga tayanadi.

Xususan, ta'lim jarayonida quyidagi himoya mexanizmlarining destruktiv nizolarni keltirib chiqarish xususiyatlari yaqqol ko'zga tashlanadi:

1. **Ratsionalizatsiya:** Talaba o'zining o'qishdagi bo'shashishi yoki intizomsizligini tan olish o'rniga, bahona qidirib, o'qituvchining talablarini asossiz deb atashi va bu bilan o'zaro ziddiyatni keltirib chiqarishi.
2. **Proyeksiya:** Shaxs o'zidagi salbiy xususiyatlar yoki tajovuzkorlikni boshqalarga ag'darib, o'qituvchini asossiz ravishda adolatsizlikda yoki dushmanlikda ayblashi.
3. **Siljitish (O'rnini bosish):** Talabaning boshqa fandan yoki tashqi muhitdan olgan salbiy emotsiyasi va g'azabini shu darsdagi boshqa o'qituvchiga yo'naltirishi natijasida tang vaziyat paydo bo'lishi.

Destruktiv nizolarning oldini olishda psixoprofilaktika muhim ahamiyat kasb etadi. Psixoprofilaktika – bu nizoli vaziyatlar va shaxslararo tangliklarning kelib chiqish sabablarini, jumladan, psixologik himoya mexanizmlarining faollashuv omillarini o'z vaqtida aniqlash hamda bartaraf etishga qaratilgan maqsadli chora-tadbirlar tizimidir.

Ta'lim jarayonida ushbu profilaktikani amalga oshirish uchun:

Pedagog va talabalarda psixologik himoya mexanizmlarini to'g'ri tushunish va ularni tanqidiy baholash ko'nikmalarini shakllantirish;

© 2026 London International Monthly Conference on Multidisciplinary Research and Innovation. All Rights Reserved.

Nizoli vaziyatlarda himoya reaksiyalarini konstruktiv muloqot va emotsional o‘z-o‘zini boshqarish orqali yengib o‘tish mexanizmlarini joriy etish talab etiladi.

Xulosa qilib aytganda, oliy ta’lim jarayonida destruktiv nizolarning psixoprofilaktikasini amalga oshirishda ishtirokchilarning psixologik himoya mexanizmlarini hisobga olish ta’lim sifatini oshirish, talabalarning shaxsiy rivojlanishini ta’minlash hamda pedagogik jamoada sog‘lom ijtimoiy-psixologik muhitni qaror toptirishning asosiy shartidir.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR RO‘YXATI:

1. Фрейд З. Введение в психоанализ: Лекции.- М.: АСТ, 2022. — 480 с.
2. Фрейд А. Психология «Я» и защитные механизмы.- М.: АСТ, 2021. — 192 с.
3. Умаров Б.М. Общая психология.- Т.: Ворис-нашриёт, 2023. — 312 б.
4. Karimova V.M. Ijtimoiy psixologiya.- T.: O‘zbekiston faylasuflari milliy jamiyati, 2020. — 184 b.
5. G‘oziyev E.G‘. Ontogenez psixologiyasi.- T.: O‘zbekiston Milliy ensiklopediyasi, 2021. — 356 b.
6. Плутчик Р., Келлерман Х. Теории эмоций // Руководство по клинической психологии. — Нью-Йорк: Спрингер, 2022. - 410 с.
7. Гришина Н.В. Психология конфликта. - СПб.: Питер, 2024.- 544 с.

© 2026 London International Monthly Conference on Multidisciplinary Research and Innovation. All Rights Reserved.