

ORZU PSIXOLOGIYASI

*Dexkonova Marg'uba Erkinovna
Turg'unpo'latova Musharraf Xusniddin qizi
Namangan davlat universiteti Pedagogika fakulteti
psixologiya kafedراسi o'qituvchilari*

Annatsiya: : Mazkur maqola – orzuni yoshlar hayotidagi ahamiyati , orzularni yoshga doir rivojlanish tahlili, orzu qilish jarayonida muammolarini o'rganishga mo'ljallangan.

Kalit so'zlar: Orzu, tush, o'spirinlik davri, hissiy yuksalish, stess, himoya mexanizmi, kelajak .

Yoshlarning jamiyatda tutgan o'rni, ularning mavqei, ular egallaydigan bilimlarning hajmi va bir qator boshqa omillar ijtimoiy sharoitlarga bog'liqdir. Yoshlarda orzularni bo'lishi kelajakni tasavvur qilish imkonini beradi. Qanday qilib va nima uchun orzu qilamiz? Ular qanday rivojlanadi va qanday vazifani bajaradi? O'smirlik va o'spirinlik davrida orzular eng kuchli va jonli bo'ladi. Biroq, har bir kattalar ham bu qobiliyatni saqlab qolmaydi. Xayolning bir turi sifatida tush bilish jarayonlari: fikrlash, xotira, idrokning birlashmasidir. Psixolog B.I.Dodonov tushning o'ziga xos xususiyatlarini aniqlaydi: Tush tasavvur ishida o'zini namoyon qiladi. U xabardor tuyg'u bilan to'yingan shaxsiyat bilan chambarchas bog'liq. Hayol ishida namoyon bo'lib, orzu vaqt o'tishi bilan rivojlanadi va batafsilroq bo'ladi. Dastlab, u juda loyqa shaklga ega bo'lishi mumkin, natijada aniq, o'ta aniq konturlarni oladi. Tushni aniq tasvirlar bilan to'ldirish insonning bevosita shaxsiy tajribasi bilan bog'liq.

Bu egasida ijobiy his-tuyg'ularni uyg'otadi. Kuchli orzu inson taraqqiyoti uchun turtki, rag'batlantiruvchi vazifasini o'tashi mumkin. Uni amalga oshirish uchun choralar ko'rishga majbur qiladi. Biroq, tushni amalga oshirishning o'ziga xos usullari odatda yomon ifoda etilgan. Istalgan kelajak tugagan shaklda taqdim etiladi. Orzuni ro'yobga chiqarish uning atrofida reja tuzishni o'z ichiga oladi. Qoida tariqasida, tushning egasi uning qanchalik maqsadga muvofiqligini tushunadi. Tush qanday paydo bo'ladi? Birinchidan, tush, stressli yoki ko'ngilsiz vaziyatlarda hissiyotlarni ozod qilish usuli bo'lishi mumkin. Orzular "...zaif umidlarni saqlab qolishga yordam beradi, o'zlarini pastlik hissiyotlarini engillashtiradi yoki haqiqiy shikoyatlarni kamaytiradi." B.I.Dodonovning tadqiqotlariga ko'ra, salbiy stress holati 70% hollarda tushlarning manbai hisoblanadi. Ikkinchidan, orzu muvaffaqiyat yoki ma'qullash holatiga reaksiya sifatida paydo bo'ladi. Hissiy yuksalish insonning o'z kuchi va qobiliyatiga bo'lgan ishonchini oshiradi. Xayol "o'ynaladi", bundan ham katta muvaffaqiyat suratlari paydo bo'ladi. Shu sababli, orzular 30% hollarda sodir bo'lgan. Sababidan qat'i nazar, stressli

vaziyat (ijobiy va salbiy stress) nihoyasiga etganda, orzu yo'qolmaydi. U kelajakda qoladi va rivojlanadi, funksiyasini o'zgartiradi: Dastlab, paydo bo'lgan paytdagi tush, psixikani shikastlanadigan vaziyatdan himoya qilib, o'ziga xos “himoya mexanizmi” rolini o'ynaydi. Shunday qilib, o'zi yoki yaqin kishining kasalligi holatida bola qanday qilib barcha kasalliklarni davolash usullarini ixtiro qilishi haqida orzu qila boshlaydi. Shu bilan birga, tush ko'rish jarayonida ko'ngilsiz vaziyatda to'plangan tajribani o'zlashtirishning murakkab jarayoni sodir bo'ladi. Tush ko'rish mexanizmi yordamida inson salbiy tajribalarni haqiqiy ijobiy hayot yutuqlariga aylantira oladi. “Ushbu mexanizm” ni tasvirlash uchun keling, Rossiya universitetini birida, matematika fakulteti talabasi Marina S. ishlaridan parchalar keltiraylik. Qiz bola bolaligidan o'qituvchi bo'lishni orzu qilardi. U shunday yozadi: " Bu orzu mening xayolimga qanday keldi? Bu shunday sodir bo'ldi ...Men uch yildan beri ota-onamni ko'rmagan edim va ular kelib qolishdi. Kelgandan bir hafta o'tgach, bu onamning tug'ilgan kuni. Va o'sha kuni men o'qituvchidan izoh oldim. Bu birinchi emasligi sababli, u onasini maktabga chaqiradi. Sizdan kamida bir kun kutishingizni so'rayman, sababini tushuntiraman. Ammo bizning qat'iy “sinf xonimimiz” qat'iyatli bo'lib qolmoqda. Va men uning barcha xatolarini eslayman, u menga eng yoqimsiz, eng dadil va shafqatsiz odamga o'xshaydi. Men uni ishontira olmasligimdan juda umidvorman. Men aytaman: “Siz adolatsiz harakat qildingiz, qachondir men buni sizga isbotlayman” . Qandaydir tarzda sodir bo'ldi, bu kichik voqea nafaqat orzuimning asosi bo'ldi, balki kelajakdagi hayotimni hal qildi. Men orzu qila boshladim ... Men maktabni orzu qilardim, u erda faqat bolalarning his-tuyg'ularini tushunishni biladigan, ular uchun yaqin va qadrli bo'lgan o'qituvchilar bo'ladi. Va u o'zi o'qituvchilar orasida eng yaxshi bo'lishni orzu qilardi. Bolalar meni qanday sevishlarini, ularga hamma narsani berishimni orzu qilardim va ular buning uchun meni qadrlashadi. Birovning onasini qanday qilib almashtirishim mumkinligi haqida ... Tush ko'rish men uchun qiziq edi. Mening orzularim hayot uchun men uchun xarakterdagi bir narsani o'zgartirdi. ” Marina S. ning bizning uslubimiz bilan aniqlangan umumiy emotsional yo'nalish turi altruistikdir; qiz bolalar bilan ijtimoiy ishlarda o'zini yaxshi ko'rsatdi, maxsus pedagogik tanlovga qatnashdi. Bularning barchasi bizga uning bayonotlariga etarlicha ishonch bilan qarashga imkon beradi. "Ikkinchi holatda, tush - bu tajovuzni "amalga oshirish" usuli. Xayolda boshdan kechirgan hissiyotlar to'kilmaydi. Ushbu mexanizm L.S. Vygotskiy tomonidan tavsiflangan. Uning ta'kidlashicha, “ xayol sizga turli xil tajribalarni olishga va ijtimoiy maqbul xatti-harakatlar doirasida qolishga imkon beradi. Har bir inson haddan tashqari hissiy stressni boshdan kechirish, uni fantaziyalar yordamida kamaytirish va shu bilan qondirilmagan ehtiyojlarni qoplash imkoniyatini beradi”. Kelajakda orzu funksiyasi o'zgaradi. Bu kerakli tajribalar bilan “to'yinganlik” usuli, zerikish bilan kurashish, gullas va ”hissiy ochlik” sharoitida o'z hayotingizni to'ldirish usuliga aylanadi. Tashqi taassurotlarning cheklanganligi tushga botish bilan qoplanishi

mumkin. Tuyg'u bilan to'yingan bo'lsa, tushning o'zi ichki ehtiyojga aylanishi mumkin. "Ba'zan menga doim orzu qilganday tuyuladi, - talaba Tatyana K. tomonidan yozilgan - Agar orzu qilmasangiz, unda yashash umuman qiziq emas." Dodonov B.I. berilgan bayonotni odatiy deb belgilaydi. Tush sizga yoqimsiz haqiqatdan o'z dunyosiga "qochish" imkonini beradi. Agar tashqi holatlar odamni qoniqtirmasa, u holda tushida u o'z g'oyalari ga ko'ra qulay va chiroyli dunyoni qurishga qodir. Tushning eng muhim funksiyalaridan biri bu uning istagan kelajakni "loyihalashtirish" qobiliyatidir. Orzular "talab qilinadigan kelajak" obrazini yaratadi, bu rivojlanish va tashqi harakatlar uchun turtki beradi. Bitta va bir xil tush bir vaqtning o'zida bir nechta funksiyalarni amalga oshirishi mumkin: haqiqatdan qochish kelajakdagi kerakli tasvirni bir vaqtning o'zida dizayni bilan birlashtiriladi, ko'ngilsizlik va stressdan himoya qilish tajovuzkor his-tuyg'ular bilan "harakat qilish" bilan birga keladi. Tush ko'rish qobiliyati va tushlarning mazmuni yoshga qarab o'zgaradi. Dodonov B.I. bolalarning sodda orzularini o'quvchilarning hozirgi emotsional yo'nalishi bilan yonma-yon qo'ydi. Ishlarning yarmidan ko'pida ular to'liq bir-biriga to'g'ri keldi. Muallif quyidagi tushuntirishni taklif qiladi. Bir tomondan, orzu - bu shaxsning yo'nalishini shakllantiruvchi mexanizm, boshqa tomondan, u allaqachon paydo bo'lgan munosabatlar tizimini aniqlashga imkon beradi. Shunday qilib, orzu ikki tomonlama jarayon bo'lib, u o'zi shaxsiyat munosabatlar tizimini shakllantiradi va shu bilan birga tarjima qiladi. Ehtimol, bola qanchalik yosh bo'lsa, tushning "ijodiy" funksiyasi shunchalik kuchliroq bo'ladi. Kattaroq yoshdagi o'spirin orzularini bajara olmaslik, hayotning paydo bo'lishidan umidsizlik va norozilikka olib kelishi mumkin. Ba'zan rejani amalga oshirish uchun "o'tmishga qaytishga" urinishlar bo'lishi mumkin. Ba'zi hollarda, haqiqat tuzatishlarini hisobga olgan holda, tush qisman amalga oshirilganda, "kompensatsiya qiluvchi" xatti-harakatlarni kuzatish mumkin.

Shunday qilib, orzu qilish qobiliyati uning hayotining turli bosqichlarida shaxsiyatni rivojlantirishning muhim mexanizmi hisoblanadi. Orzu qiling, orzularingizni ro'yobga chiqaring va baxtli bo'ling!

Foydalanilgan adabiyotlar:

1. Vygotskiy L.S. San'at psixologiyasi. M., 1986 yil.
2. Dodonov B.I. Hissiyot qadriyat sifatida. Moskva, Politizdat, 1978. 272 p.
3. Maklakov A.G. Umumiy psixologiya: Universitetlar uchun o'quv qo'llanma. - SPb.: Piter, 2008. - 583 p.
4. Shibutani T. Ijtimoiy psixologiya. Rostov n / a: Feniks, 1999, 539 p. - 74-bet