

ПСИХОАНАЛИЗ АСОСЛАРИ



ПСИХОАНАЛИЗ АСОСЛАРИ

*Ўзбекистон Республикаси Олий ва урта махсус
таълим вазирлиги олий ўқув юртлари талабалари
учун ўқув қўлланма сифатида тавсия этган*

Тузувчи-муаллиф: **М.Отажонов**

Илмий муҳаррир: психология фанлари доктори,
профессор **Ф. Шоумаров**

Тақризчи: психология фанлари номзоди **К. Раҳимова**

Қулланма ҳозирги даврда психолог мутахассислар тайёрлаш талаблари асосида ёзилган. Унда Зигмунд Фрейднинг психоаналитик назарияси асосида шахс муаммолари, унинг ички зиддиятлари, бу зиддиятларнинг келиб чиқиш сабаблари ва уларни бартараф қилиш усуллари буйича чет мамлакатлардаги илғор психоаналитик мактаблар тажрибалари умумлаштирилган. Психоанализдаги мавжуд назария ва методларни Ўзбекистон шароитида қўллаш имкониятлари таҳлил қилинган.



П $\frac{0303010000 - 44}{M(351)04 - 2004}$ 2004

ISBN 540-03097-6

Дунё тан олган куп улуг файласуфларнинг асарлари ҳанузгача ўзбек тилида нашр этилмаганлиги туфайли аксарият зиёлилар, хусусан ёшларимиз уларнинг ғоявий қарашлари билан яхши таниш эмас. Сократ ва Платон, Ницше ва Фрейд каби олимларнинг, ҳозирги замон чет эл файласуфларининг китобларини ҳам тушунарли қилиб, изоҳ ва шарҳлар билан ўзбек тилида чоп этиш наҳотки мумкин бўлмаса?

Ислом Каримов

КИРИШ

ШАХС НАЗАРИЯСИДА ПСИХОДИНАМИК ЙЎНАЛИШ

XIX асрнинг иккинчи ярмида психология фалсафадан ажралиб чиқиб, мустақил фанга айлангач, унинг асосий мақсади лаборатория шароитида интроспекция (узини узи кузатиш) усули ёрдамида катта ёшдаги одам психик ҳаётининг асосий элементларини очишдан иборат бўлиб қолди. Кейинчалик психологияда структуравий мактаб деб ном олган бу йўналишга 1879 йили Лейпцигда биринчи психологик лаборатория ташкил қилган Вильгельм Вундт асос солганди. Вундт психологиянинг асосий вазифаси сифатида онг жараёнини қисмларга ажратиш ва улар уртасидаги қонуният боғланишларини урганишни таклиф қилди. Шунинг учун веналик ёш врач Зигмунд Фрейд томонидан ҳеч кимнинг ёрдамисиз ишлаб чиқилган одамларни урганишнинг бутунлай янги ёндашуви пайдо бўлганда уша даврнинг психологлари қарахт ҳолатга тушиб қолишди. Одам психик ҳаётининг марказига онгни қуйиш урнига Фрейд уни озгина қисми сувнинг тепасига чиқиб турган айсбергга қийслади. Шу давргача ҳукмронлик қилиб келган одамга уз хулқини англай оладиган ақлли мавжудот сифатида қарашларга зид равишда у бошқача назарияни таклиф қилди: одамлар доимий зиддият ҳолатида бўлишади ва бу зиддиятларнинг сабаби бутунлай бошқа, психик ҳаётнинг янада кенгроқ соҳаси бўлган — анланмай-диган жинсий ва агрессив майллардир.

Фрейд биринчи булиб психикани ҳеч қачон узаро келиша олмайдиган инстинкт, мулоҳаза ва онг кучлари уртасидаги жанг майдони сифатида тақдим қилди. «Психодинамик» атамаси айнан ана шу шахснинг турли қисмлари уртасидаги доимий курашга ишора қилади. Психоаналитик назария психодинамик ёндашувнинг куриниши сифатида хизмат қилиб, инсон хулқини бошқаришда ҳуҷумронлик учун узаро рақобат қиладиган ёки курашадиган инстинктлар, мотивлар (фаолиятга ундовчи сабаблар) ва майлларнинг мураккаб узаро ҳаракатларига асосий эътиборни қаратди. Асосан Фрейд талқинидаги, шахс ҳеч қачон тухтамайдиган, узаро зиддиятда буладиган жараёнларнинг усиб борувчи мураккаб қурилмасидан иборат, деган тасаввурда психодинамик ёндашувнинг моҳияти ифодаланган. Шахсга нисбатан қулланиладиган динамика тушунчаси инсоннинг хулқи тасодифий ёки бебош булмай, балки детерминлашган, яъни сабабий боғланган деган маънони англатади. Психодинамик йуналишда детерминизм биз бажараётган, ҳис қилаётган ёки уйлаётган, ҳатто айрим одамлар бутунлай тасодиф деб уйлайдиган ҳодисаларга ҳам, шунингдек билмай гапириб юбориш, билмай хато ёзиб қуйиш ва шунга ухшаш барча ҳолатларга ҳам бирдек тааллуқлидир. Бу тасаввур бизни психодинамик йуналиш тақдим қиладиган энг асосий ва ҳал қилувчи мавзуга олиб келади, яъни айнан шу тасаввур инсон хулқини бошқаришда онгсиз психик жараёнларнинг аҳамиятини таъкидлайди. Фрейднинг фикрича, фақат қилиқларимизгина аксарият ҳолларда иррационал (мантиқ қоидаларига зид) булмай, бизнинг хулқимизнинг аҳамияти ва сабаблари ҳам камдан-кам ҳолларда англланган булади.

Фрейд таълимотини тан олмай туриб замонавий шахс назарияларини объектив баҳолаб булмайди. Унинг у ёки бу (ёки ҳамма) ғоялари тан олиниши ёки тан олинмаслигидан қатъи назар, Фрейднинг XX аср Ғарб цивилизациясига курсатган чуқур ва мустаҳкам таъсирини инкор этиб булмайди. Шунини таъкидлаш жоизки, инсониятнинг бутун тарихи давомида камдан-кам ғоялар шунчалик кенг ва кучли таъсир кучига эга булган. Унинг инсон табиатига узига хос қарашлари ўша даврда ҳукмрон булган тасав-

вурларга кескин зарба берди: Фрейд инсоннинг қоронғи, яширин, демак, англаб булмас деб ҳисобланган психик ҳаёти қирраларини тушунишга эришишнинг қийин, лекин жалб қилувчи йулини таклиф қилди.

Ўзининг 45 йиллик самарали илмий фаолияти давомида Фрейд: 1) шахснинг биринчи кенг куламли назариясини; 2) узининг терапевтик тажрибаси ва узини узи таҳлил қилишга асосланган клиник кузатишларнинг кенг миқёсли тизимини; 3) невротик бузилишларни даволашнинг узига хос усулини; 4) бошқа ҳеч қандай усул билан урганиб булмайдиган психик жараёнларни тадқиқ қилиш усулларини яратди.

Фрейддан кейин шахс назариясининг психодинамик йуналишида бир-бири билан унчалик боғлиқ булмаган назариялар пайдо булиб, уларнинг муаллифлари ё Фрейдча ёндашувни кенгайтиришга ёки уни қайта куриб чиқишга ҳаракат қилишди. Фрейд унинг қарашларини маъқуллайдиган куплаб интеллектуалларни узига жалб қилган ва руҳлантирган эди. Уларнинг баъзилари психоанализга назарий тизим сифатида содиқ қолишди, унга шунчаки сайқал бериб, замонавийликка яқинлаштиришди. Бошқалари эса бутунлай узгача йуналишдан кетишди, узларининг шахсий, аксарият антагонистик позицияларига эга булишди.

Улардан иккитаси — энг машҳур назариётчилар Альфред Адлер ва Карл Густав Юнг Фрейд билан алоқаларини узиб, узларининг ноёб шахсий назарий тизимларини яратишди. Уларнинг ҳар иккаласи ҳам даставвал психоаналитик ҳаракат иштирокчилари сифатида Фрейд назариясининг кулами ва янгилигини қизғин қўллаб-қувватлашган. Бироқ вақт утиши билан улар Фрейднинг сексуаллилик ва агрессияга инсон ҳаётининг марказий мазмуни сифатида ҳаддан ташқари катта аҳамият бераётганлиги билан келишолмасликларини билдиришди. Фрейд билан психоанализнинг бошқа назариётчилари ўртасида ҳам куплаб фикрларда келишмовчиликлар мавжуд эди ва улар ҳам узаро зиддиятли мактаблар ярагишда давом этишди. Бироқ Адлер ва Юнгни ҳисобга олмаганда, уларнинг биронтаси ҳам инсон хулқининг асосий қирраларини қамраб

олиш кулами жиҳатидан Фрейд билан боғлиқ бўладиган тугал мустақил назария ярата олмадилар

Адлер қарашлари тизимининг марказий нуқтасини индивидуум (шахс)нинг социум (жамият)дан ажралмаслиги ғояси ташкил қилади. Ижтимоий-когнитив йуналиши вакиллари сингари Адлер шахснинг ижтимоий детерминантларига алоҳида эътибор беради. Веналик психиатр Адлер томонидан муҳим деб ҳисобланган яна бошқа мавзулар одамларнинг:

— уз тақдирларини узлари яратишлари;

— янада қониқарлироқ ҳаёт кечириш учун ҳайвоний майлларини ва назорат қилиб бўлмайдиган муҳитни бар-тараф қилишлари;

— узини узи англаш орқали узларини ва атроф оламни такомиллаштиришлари каби қобилиятларида жамланган.

Адлер сингари Юнг ҳам Фрейдни инстинктив сексуал майлларга ҳаддан ташқари катта аҳамият берганлиги учун танқид қилган. Юнг томонидан кутарилган марказий мавзу одамларга айни вақтда ҳам уларнинг келажакка интилишлари, ҳам ҳаёт тажрибалари таъсир курсатади, деган ғояни узида акс эттиради. Юнг шахс назариясиде орасида биринчи булиб шахснинг психик саломатлигига эришиш учун унинг турли йуналишдаги интилишлари узаро мутаносибликдаги бир бутунликда жамланиши керак деган фикрни исбот қилди. Бу ғоя Юнг назариясида «шахсий узиш» атамаси билан номланади.

Ҳукмингизга ҳавола қилинаётган ушбу қўлланмада Фрейд назариясининг энг асосий қоидалари ва замонавий психоаналитик тажрибада унинг қарашлари асосида ишлаб чиқилиб, амалиётга татбиқ қилинаётган усуллар билан таништириш мақсад қилиб қўйилди. Ишонч билан айтиш мумкинки, ушбу рисола ҳам, бундан кейин куп нашр қилинадиган шунга ухшаш ишлар ҳам Фрейд қолдирган бой илмий-амалий меросни тула-тукис қамраб ололмайди. Ўзбекистонда психоаналитик марказлар ва муассасалар фаолиятининг иш бошлашига куп вақт қолгани йўқ, зеро, янги аср мураккаб шахслараро муносабатлар тизими ва инсон психикасига турли стресс ҳолатлари курунишида таъсир

этиб турувчи кучли ахборот оқими билан психик ҳаётдаги юқорида эслатилган турли қирралар узаро зиддиятини кучайтирса кучайтираяптики, асло сусайтиргани йуқ. Айнан мана шундай тухтовсиз ички, руҳий зиддиятли ҳолатларда психикани таҳлил қилишнинг психоаналитик ёндашуви куплаб илмий мактаблар томонидан энг самарали усул сифатида тақдим қилинади.

ЗИГМУНД ФРЕЙД: ИЛМИЙ-БИОГРАФИК ОЧЕРК

Зигмунд Фрейд 1856 йилнинг 6 майида Австриянинг Фрайберг (ҳозирги Чехиянинг Моравия) шаҳарчасида туғилган. У оилада етти фарзанднинг энг каттаси булиб, Фрейд тўрт ёшга тулганда унинг оиласи молявий қийинчиликлар туфайли Венага кучиб утган. Фрейд умрининг охиригача Венада яшади ва 1938 йилда, улимидан бир йил олдин Англияга кучиб утди.

Ўша даврнинг барча ёшлари сингари Фрейд классик маълумот олди: юнон ва лотин тилини урганди, буюк мумтоз шоирлар, драматурглар ва файласуфлар — Шекспир, Кант, Гегель, Шопенгауэр ва Ницше асарларини урганди. 1873 йилда Вена университетининг тиббиёт факультетига ўқишга кирди. Ўқиш жараёнида машҳур психолог Эрнст Брюкке қарашлари таъсирига берилди. Брюкке талқини буйича, барча тирик мавжудот динамик энергетик тизим булиб, моддий олам қонунларига буйсунади. Фрейд бу ғояларни жиддий қабул қилди ва кейинчалик улар Фрейднинг психик мавжудлик динамикаси борасидаги қарашларида акс этди.

1881 йили Фрейд университетни тугатиб, Мия анатомияси институтида ишлай бошлади ҳамда катта ёшдаги одам ва ҳомила миясининг қиёсий тадқиқотлари билан шуғулланди. Орадан куп утмай у уз ишини ташлаб, невропатолог сифатида фаолият курсата бошлади, бунга илмий фаолиятнинг унчалик тақдирланмаслиги ва антисемит кайфият хизмаг поғонасидан кутарилишга имкон бермаслиги сабаб булди.

1885 йил Фрейднинг тақдирида бурилиш йили булди. У Парижга бориш ва уша даврнинг энг машҳур невро-

логларидан булган Жан Шарконинг кулида турт ой шо-гирд-тадқиқотчи булиб ишлашга имкон берадиган тадқи-қотчилик стипендиясини олишга муваффақ булди. Шар-ко куплаб турли-туман сомагик муаммоларда намоён буладиган психик бузилиш — истерияларнинг сабаблари-ни ва даволаш усуллариини урганар эди. Истериядан ази-ят чекадиган беморларда бармоқларнинг ишламай қоли-ши, курлик, карлик каби симптомлар кузатилади. Шар-ко гипнотик ҳолатда таъсир курсатишдан фойдаланиб, бу симптомларни кучайтириши ёки бартараф қилиши мумкин эди. Бирмунча кечроқ Фрейд терапевтик усул сифатида гипнозни рад қилган булса ҳам, Шарконинг маърузалари ва клиник тажрибалари унга жуда кучли таъсир курсатди. Парижнинг машҳур Салпетриер шифо-хонасидаги қисқа муддатли амалиётдан сунг Фрейд неврологдан психопатологга айланди.

80-йилларда Фрейд Венанинг энг ганиқли врачлари-дан бири Иозеф Брейер билан ҳамкорлик қила бошлади. Бу даврга келиб Брейер истерик касалликларни бемор-ларнинг уз касаллик симптомлари ҳақидаги эркин ҳикоя-лари усулини қуллаб даволаш соҳасида сезиларли муваф-фақиятга эришган эди. Брейер ва Фрейд истериянинг пси-хологик сабаблари ва бу касаллик терапияси усуллариини биргаликда тадқиқ қилишди. Бу иш «Истерияни тадқиқ қилиш» (1895) китобини нашр қилиш билан якунланди. Улар бу китобда истерик симптомларнинг пайдо булиши-га жароҳатловчи ҳодисаларни эслатувчи онг остига сиқиб чиқарилган хотиралар сабаб булади деган хулосага келиш-ди.

Фрейд билан Брейер уртасидаги шахсий ва касбий муносабатлар тахминан «Истерияни тадқиқ қилиш» ки-тоби нашр қилиниши билан бир вақтда кескин узилиб қолган. Ҳамкасбларнинг бирданига ашаддий рақибларга айланиб қолишининг сабаблари ҳозиргача номаълум. Фрейднинг биографи Эрнест Жоуннинг тасдиқлашича, Брейер истериянинг келиб чиқишида сексуаллиликнинг роли масаласида Фрейднинг фикри билан умуман кели-ша олмаган ва шу нарса улар муносабатларининг узили-шига сабаб булган. Бошқа бир тадқиқотчи Стилнинг фик-

рича, Брейер ёш Фрейд учун худди «ота фигураси» вази-
фасини бажарган ва унинг бартараф қилиниши Фрейдда-
ги «эдип комплекси» туфайли ҳам шарт булган (Изоҳ: «эдип
комплекси» туфайли болада отанинг доимий васийлиги-
дан халос булиб, унинг урнини эгаллаш онгсиз майли пай-
до булади). Сабаби ноаниқ булса-да, бу икки шахс шун-
дан сунг ҳеч қачон дуст сифатида учрашишмаган.

Фрейднинг истерия ва бошқа психик бузилишлар асо-
сида сексуаллилик билан боғлиқ муаммолар ётиши ҳақида-
ги фикрлари 1896 йилда унинг Вена тиббиёт жамияти аъзо-
лигидан чиқарилишига сабаб булди. Бу вақтда Фрейдда
кейинчалик унинг психоаналитик таълимотига асос була-
диган маълумотлар ниҳоятда кам эди. Устига-устак бу вақт-
да унда маълум маънода тушкунлик кайфияти ҳам пайдо
булган. Жонснинг кузатиши буйича, бу вақтда Фрейднинг
узини узи баҳолаши унинг қуйидаги фикрида яққол ифо-
даланади: «Менинг қобилият ва истеъдодим ниҳоятда чек-
ланган — мен на табиий фанларда, на математикада ва на
ҳисобда кучли эмасман. Бироқ, ўйлайманки, менинг чек-
ланган билимларимнинг узиёқ жуда ҳам кучли ривожлан-
ган».

1896 — 1900 йиллар оралиғи Фрейд учун ёлғизликда
кечган сермахсул давр булди. Бу даврда у уз тушларини
таҳлил қилишни бошлайди, 1896 йил отасининг улими-
дан сунг эса ҳар куни уйқудан олдин ярим соат узини узи
таҳлил қилиш билан шугулланади. Унинг машҳур «Туш-
ларни таъбирлаш» (1900) асари уз шахсий тушларини
таҳлил қилишга асосланган. Лекин даставвал бу ноёб асар
психиатрия жамияти томонидан инкор қилинди, Фрейд
эса, уз меҳнати учун атиги 209 доллар муаллифлик гонор-
арини олди ва ишониш қийин булса ҳам, у кейинги сак-
киз йил мобайнида уз китобидан атиги 600 нусха сота
олди, холос.

«Тушларни таъбирлаш» нашр қилингандан кейинги беш
йил ичида Фрейднинг обриси шунчалик кутарилдики, у
дунё таниган врачлар сафидан урин олди. 1902 йилда «Пси-
хологик чоршанбалар» жамияти ташкил булиб, унга
Фрейднинг энг содиқ интеллектуал издошлари кирди. 1908
йилда бу жамият Вена психоаналитик жамияти деб атала

бошлади. Жамият аъзолари булган Эрнест Жонс, Шандор Ференци, Карл Густав Юнг, Альфред Адлер, Ганс Сакс, Отто Ранк каби Фрейднинг куплаб сафдошлари кейинчалик ҳар бири ўз йуналишида таниқли психоаналитиклар булиб етишдилар. Бирмунча кечроқ эса Адлер, Юнг ва Ранклар Фрейд издошлари сафидан чиқишиб, узаро рақобатдаги илмий мактабларга асос солишди.

1901 — 1905 йиллар Фрейднинг ижодий фаолиятида алоҳида сермахсул давр булди. Фрейд узининг бир неча асарларини, жумладан «Кундалик турмуш психопатологияси» (1901), «Сексуаллилик ҳақида уч эссе» (1905), «Юмор ва унинг онгсизликка муносабати» (1905) каби китобларини нашр қилди. «Уч эссе...»да Фрейд болалар жинсий майллар билан дунёга келадилар ва ота-оналар улар учун дастлабки сексуал объектлар булиб хизмат қилдилар, деган фикрни илгари сурди. Ушбу фикрга нисбатан дарҳол ижтимоий норозилик пайдо булди. Фрейдни сексуал перверсиялардан (лотинча *perversio* — нотўғри томонга йуналган) азият чекадиган, ахлоқсиз одам сифатида айблай бошлашди. Куплаб тиббиёт муассасаларининг Фрейднинг болалар сексуаллилиги ҳақидаги қарашларига тоқат қилаётганлигидан норози булган одамлар уларга қатнамай қуйишди.

1909 йилда психоаналитик ҳаракатни улик нуқтадан қузғатиб, изоляция ҳолатидан халқаро обрӯ-эътибор йулига олиб чиққан воқеа содир булди. Г. Стенли Холл Фрейдни Массачусетс штатининг Уорчестер шаҳридаги Кларк университетига маърузалар уқиш учун таклиф қилди. Тингловчилар маърузаларни илиқ кутиб олишди ва Фрейд фахрий доктор даражаси билан тақдирланди. Унинг обрусидан кундан-кун ортиб борарди, одамлар дунёнинг турли бурчакларидан унга маслаҳат сураб мурожаат қила бошлашди. Лекин муаммолар ҳам йуқ эмас эди. 1919 йилда у уруш туфайли узининг барча жамғармаларидан айрилди. 1920 йили унинг 26 ёшли қизи вафот этди. Лекин унинг олдидаги энг катта синов фронтда жанг қилаётган икки ўғлининг тақдири учун хавотир кайфияти булди. Қисман биринчи жаҳон уруши ва антисемитизмнинг янада авж олиши таъсирида Фрейд 64 ёшида инсоннинг универсал

инстинкти ҳақидаги назарияни — улимга мойиллик назариясини яратди. Инсоннинг келажаги ҳақидаги пессимизмга қарамасдан, Фрейд уз ғояларини янги асарларида баён қилишда давом этди. Нашр қилинган асарлар ичида «Психоанализга кириш буйича маърузалар» (1920), «Лаззатланиш тамойилининг у томонида» (1920), «Мен ва У» (1923), «Бир иллюзиянинг келажаги» (1927), «Цивилизация ва ундан норозилар» (1930), «Психоанализга кириш буйича янги маърузалар» (1933) ва 1940 йилда Фрейднинг улимдан сунг нашр этилган «Психоанализ очерки» асарлари алоҳида урин тутади. Фрейднинг 1930 йилда адабиёт соҳасидаги Гёте соврини билан мукофотланиши унинг ниҳоятда қобилиятли ёзувчи булганлигидан далолатдир.

Биринчи жаҳон уруши Фрейднинг ҳаёти ва тасаввурларига катта таъсир курсатди. Клиникада даволанаётган аскарлар билан ишлаш унинг психопатологик белгиларнинг турли-туманлиги ва ута нозиклиги ҳақидаги тасаввурларини кенгайттирди. Шунингдек, 1930-йилларда антисемитизмнинг кучайиши унинг инсон ижтимоий табияти ҳақидаги қарашларига кучли таъсир қилди. 1932 йилда у гитлерчиларнинг доимий таҳдид нишонига айланди (Берлинда нацистлар унинг китобларини бир неча марта гулханда ёқишди). Бу воқеаларни Фрейд шундай шарҳлаган эди: «Қанақанги тараққиёт! Урта асрларда улар менинг узимни ёқишган булишарди, ҳозир эса китобларимни ёқиш билан қаноатланишяпти». Фақат Вена обрули фуқароларининг дипломатик йўллар билан аралашувларидан сунг унга 1938 йилда нацистлар бостириб киргандан сунг шаҳарни тарк этиб чиқиб, Англияга кетишга рухсат берилди.

Фрейд 1939 йилнинг 23 сентябрида Лондонда вафот этди.

У яратган таълимотнинг узагини ташкил қилувчи психоанализ атамаси уч хил мазмунни англатади: 1) шахс ва психопатология назарияси, 2) шахс бузилишлари терапияси усули ва 3) индивидумнинг англолмаган фикрлари ҳамда ҳиссиётларини урганиш усули. Назариянинг терапия ва шахс улчови билан бундай боғланиши Фрейднинг инсон хулқи ҳақидаги тасаввурларининг барча

қирраларини қамраб олади. Лекин бу мураккабликлар ос-тида бир неча асосий концепция ва тамойиллар борки, улар Фрейднинг шахсга психоаналитик ёндашувининг уз-ганини ташкил қилади. Ушбу қулланма ана шу асосий ту-шунча ва тамойилларнигина ёритишни уз олдиға мақсад қилиб қуйган.

ФРЕЙДНИНГ МАДАНИЯТШУНОСЛИК ВА ПСИХОСЕКСУАЛ НАЗАРИЯСИ

ФРЕЙДНИНГ ПСИХОСЕКСУАЛ НАЗАРИЯСИ

Зигмунд Фрейд невроз касалликларини урганиш орқа-ли оддий психиатрдан жамият ва маданият психоаналити-ги даражасига кутарилган буюк олимдир. Унинг илмий из-ланишлари натижаси сифатида жамият ва индивид тарақ-қиётининг психосексуал назарияси юзага келди. Фрейд уз дунёқараши тараққиётида мураккаб ва зиддиятли йулни бо-сиб утди. Психиатриядаги биринчи маърузаларида у XX аср табиий-илмий материализми қоидаларига амал қилди, ле-кин психоанализнинг яратувчиси сифатида Шопенгауер, Ницше ва бошқаларнинг идеалистик-иррационалистик “ҳаёт фалсафаси” томон бурилди. Бу таълимотлар таъсири-да индивиднинг инстинктив-физиологик майллариға хос булган, инсон хулқи учун асосий аҳамият касб этувчи “пси-хик энергия” ҳақидаги тасаввурлар шаклланди. Фрейд ин-сон психикасида даставвал нисбатан автоном, лекин дои-мий узаро фаолиятда булувчи иккита структура, онгсиз “У” («Оно», «Ид») ва онгли “Мен” («Я», «Эго») ни ажратди, кейинчалик уларға “Юқори Мен” (Сверх-Я) ни ёки Су-пер — Эгони қушди, “Юқори-Мен” “Мен”ға жойлашиб олади ва махсус таҳлилсиз “Мен” уни англамайди. Фрейд-нинг фикрича, неврознини сабаби “У”, “Мен” ва “Юқори-Мен” уртасидаги узига хос зиддият ҳисобланади. Ҳар учала субстанция уртасидаги асосий зиддият нимадан иборат? Ҳар бирини алоҳида-алоҳида куриб чиқамиз.

Инстинктлар. Ички “У”

Агар инсонни бошқа барча жониворлар сингари таби-ат фарзанди деб ҳисобласак, унда уларға хос булган хусу-

снятлар инсонга ҳам хосдир. Агар бошқа барча жониворлар инсонга ухшаб ақлга эга эмаслигини ҳисобга олсак, унда улар уртасидаги умумийлик фақат инстинктлардан иборат булади. Маълумки, инсонда иккита асосий инстинкт мавжуд: узини узи сақлаш ва насл қолдириш, яъни купайиш инстинкти. Бу инстинкт, уз навбатида, яна куплаб бошқа инстинктив омиллардан ташкил топади. Бу иккала инстинкт узаро боғлиқдир. Узини узи сақлаш инстинктига қуйидаги инстинктлар киради: овқатланиш, усиш, нафас олиш, ҳаракат каби ҳар қандай организмнинг тирикчилигини таъминлайдиган барча ҳаётӣ функциялар. Даставвал бу омиллар инсон ҳаёти учун ниҳоятда муҳим булган, лекин инсон ақли ва тафаккурининг ривожланиб бориши билан улар узларининг дастлабки муҳим ҳаётӣ аҳамиятларини йуқотганлар. Чунки инсон бора-бора овқат топишнинг янги, қулай усулларини қидириб топа бошлаган, энди овқат очликни қондиришгина эмас, балки инсонгагина хос булган очкузликни қондириш учун ҳам хизмат қила бошлаган. Вақт утиши билан овқат топиш тобора енгиллашиб борди ва инсон уни топишга тобора камроқ вақт сарф қила бошлади.

Инсон узига бошпана ва бошқа мосламалар қуриб олиб, уз ҳаётида имкон қадар хавфсизликни таъминлади. Шундай қилиб, узини узи сақлаш инстинкти узининг дастлабки аҳамиятини йуқотди ва биринчи уринга купайиш инстинкти, Фрейд тили билан айтганда **либидо** чиқди. Агрессивлик, биринчи булишга интилиш каби инсонга хос булган, узини узи сақлаш инстинктига тегишли булган интилишлар, диалектиканинг иккинчи қонунига кўра янги сифат куринишига, яъни либидога утади. Шундай қилиб, эволюция жараёнида инсон ҳаётининг асосий ҳаракатга келтирувчи кучи купайиш инстинкти булиб қолди.

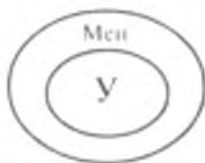
Назорат қилувчи “Мен”

Фрейд назариясига кўра, “У” узининг дастлабки қувватини наслий йул билан олади, лекин параллел равишда “Мен” ҳам ривожланиб боради. Инсон узининг табиатидаги биродарларидан ақли билан фарқ қилади.

Психоанализда ақл сифатида “Эго” тақдим қилинади. Инстинктлар ёки “У” фақатгина ички тулдирувчи булганлиги туфайли “У” ни суюқликка қиёслаш мумкин, яъни “У” қатъий бир шаклда мавжуд була олмайди, акс ҳолда бир хил инстинктларга диққатни қаратиш натижасида инсон ҳомосапиенсдан ҳомовульғариусга, яъни ҳайвонга айланиб қолган булар эди. Шунинг учун “Мен” ёки “Эго” инстинктларни тутиб турувчи узига хос қобиқ вазифасини бажаради. Айнан шу босқичда янги зиддиятлар пайдо булади, ҳамма нарса доимий ривожланиши ва осойишталик нисбий булганлиги туфайли уз-узидан “Мен” ва “У” вақт утиши билан узгариб боради, лекин “У” шаклланиб булган булса, “Мен” маданий тараққиёт жараёнида усиб боради. Ҳар бир нарса ва ҳодисанинг уз урни ва вақти борлигини эътиборга олсак, уз-узидан инсон психикасининг ҳам умумий табиатда уз урни ва уз вақти бор Оддий қилиб айтганда, инсон психикасини муайян ҳодисалар содир буладиган ҳужайрага ухшатиш мумкин. Тегишинча ҳужайранинг қобиғи “Мен” булса, унинг ички мазмуни “У” ташкил қилади (“У” да ҳар доим турли хил майда-чуйда жараёнлар булиб туради). Вақт мобайнида ҳужайра ривожланиб бориши керак, лекин агар унинг ички мазмуни “У” шаклланиб булган булса ва унча катта аҳамиятга эга булмаган узгаришларга учраса, унинг устки қобиғи маданиятнинг усиб бориши билан бирга усиб, қалинлашиб боради. Қобиқ ташқарига қараб уса олмайди, чунки у ердаги жойларни бошқа ҳужайралар, индивидуумлар (одамлар) эгаллаб олишган, демак, у фақат ичкарига қараб усиши мумкин, бунда эса ҳужайранинг ички мазмуни “У” ни тобора сиқиб бориши керак. Ниҳоят, бундай сиқилиш натижасида ҳужайранинг ичидаги босим шу қадар кучаядики, ички мазмун “У” ташқи қобиқни ёриб утишга ҳаракат қилади. Айнан ана шу ички зиддият психосексуал “У” билан назорат қилувчи “Мен” уртасидаги асосий қарама-қаршилиқ ҳисобланади.

Маданиятнинг ривожланиб бориши билан инсоният уз муҳитида тобора кўпроқ неврозларга дуч келади ва бу тасодифий ҳол эмас. Лекин асосий муаммо шундаки, инсон уз ичидаги зиддиятни англаб етмайди. Фрейд невро-

тик симптомлар мазмунини психоаналитик тилсимдан ҳалос қилиш орқали инсон томонидан уз ички конкрет майлларини англашни психик саломатликни тиклашнинг асоси, деб билган. Содда қилиб айтганда, психоанализ ёрдамида психиканинг босим кучайган ва усма пайдо булган жойлари аниқланади. Бу жойни аниқлаш ва пайдо булган зиддиятни бартараф қилиш орқали инсоннинг психик саломатлиги тикланади.



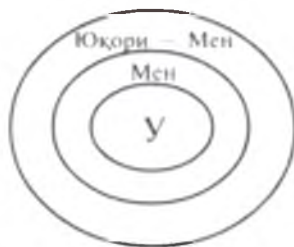
“Юқори-Мен” гизими

Энди “Супер-Эго” ёки “Юқори-Мен” тизимини куриб чиқамиз. “Юқори-Мен” инсон психикасининг ажралмас қисмидир. Инсон жамиятда яшар экан, жамият инсонга таъсир курсатади. Юқоридаги мулоҳазамизга қайгамиз. Агар инсон алоҳида тизим ёки ҳужайра булса, демак, у алоҳида яшай олмайди (организмдан алоҳида ҳужайрани ажратиб булмайди). Бу ҳужайралар туқимани (образли қилиб айтганда, одамларнинг кичик гуруҳларини), туқима, уз навбатида, органни (яъни, нисбатан каттароқ гуруҳларни) ташкил қилади, органлар эса катта, бир бутун организмни (жамиятни) ташкил қилади.

Ана шу ҳужайралар ташқи қобиклари — “Мен” лар бири бири билан боғланган. Айнан ана шу “Мен” лар туплами “Юқори-Мен” ни ташкил қилади. Айтиш мумкинки, “Юқори-Мен” ҳамма ижтимоий муносабатлар (инсон ҳуққини назорат қиладиган ижтимоий муносабатлар) тупламидан иборат.

“Эдип комплекси” ва готемизмнинг бошланиши

Энди “Мен”, “У” ва “Юқори-Мен” нинг биргаликдаги фаолиятини тажрибада конкрет мисолда куриб чиқамиз. Одамлар қадимдан инцест (қариндош-уруғлар урта-



сидаги никоҳ) авлодга салбий таъсир қилишини сезишган. Генотипни тоза сақлаш ва инсоният эволюциясини таъминлаш учун инцест дин, қонун йули билан тақиқланган. Бу тақиқловчи курсатмани “Юқори-Мен” ёки барча онгли параметрлар туплами беради. “Мен” жамиятнинг бу талабига буйсуниб, узининг инцестуоз майлларини жиловлайди. Бироқ, боланинг сексуал майллари илк ёшлик даврларида яқинларига, биринчи навбатда онасига йуналтирилади, чунки она бошқаларга нисбатан унга яқин инсон ҳисобланади, яъни айтиш мумкинки, ихтиёрий ёки ихтиёрсиз, онгсиз “У” ижтимоий ахлоқ томонидан бостирилдиган инцестуал шарт-шароитни яратади. Мана шу ерда вақт ёки “ёш” утиши билан ҳал қилинадиган ёки “эдип комплекси”га айланадиган қарама-қаршилик пайдо булади. Бошланғич босқичда бола отасини уз рақиби деб билганлиги учун унда отанинг тоталитар режимини ағдариш ёки уни бартараф қилиш истаги пайдо булади. Фрейднинг умумлашган назариясига кура, қадимда полигам жамоада болалар отанинг чекланмаган ҳокимиятига қарши исён кутаришганлигини айтиш, аниқроғи, тахмин қилиш мумкин. Тил бириктириб уни улдиришган. Кейинчалик уз қотилликларининг мазмунини тушуниб, узлари билан ҳам шундай ҳодиса содир булиши мумкинлигини уйлаб қурқиб кетишган. Шунда уларнинг ҳар бири уз таъсир доираларини булиб олиб, ҳар бири уз оиласида улик отанинг авторитар ҳокимиятини урнатган (илоҳийлаштирган), яъни отани тоталитаризм рамзига айлантиришган. Уларнинг болалари уз оталарини эмас, балки улик боболарини деспотизмда айблашган. Кейинроқ қабилаларда ота рамзини ҳар хил ҳайвонлар алмаштирган. Шундай қилиб, дастлабки динлардан бири булган тотемизм келиб чиққан.

Ички ёпиқлик

Юқорида айтилганлардан шундай табиий хулоса қилиш мумкинки, олам “У” ва “Мен” нинг “Юқори-Мен” билан зиддияти ҳисобига ривожланади (Бу ҳақиқатан шундай). Бироқ у ҳолда шундай нарсани таъкидлашга туғри келадики, дунёда бирорта ҳам соғлом одам йуқ, чунки ҳар бир индивиднинг уз зиддиятлари бор ва маданиятнинг бундан кейинги тараққиёти ижтимоий портлашга олиб келади, чунки ички мазмун ёки “У” ташқи қобиқни бузиб ташлайди. Бу туғри, лекин гап шундаки, инсонда ҳар доим ички психик омил енгиллашиб, бушашиб, тараңлиги пасайиб туради. Ички психик энергияни бундай сарфлаш икки хил йул билан амалга ошади. Биринчиси, нормал жинсий мулоқот орқали, бундай мулоқот инстинктларнинг юзага чиқишига имкон беради (лекин шуни эътиборга олиш керакки, жамият жинсий мулоқот нормасини чеклаб қуйган ва бундай тор йулак орқали психосексуал энергиянинг озгина миқдори сарф булиши мумкин). Биринчи омилни тулдирадиган иккинчи омил қуйидагилардан иборат: диалектиканинг иккинчи қонунига кура қондирилмаган сексуал энергия бошқа сифат куринишига утади, хусусан ижтимоий энергияга айланади, яъни одам ижтимоий фаол булиб қолади. Агар ички психик энергия сарф булишининг ҳар иккала канали очиқ булса, индивид нормал ҳолатда булади. Агар биринчи канал ишламаса, бутун энергия ижтимоий соҳага утади, *сублимация* қилинади. Агар иккинчи канал ишламаса, унда онгсизлик соҳасига сиқиб чиқарилган инстинктлар психик портлаш ёки неврозларга олиб келади. Бундай ҳолат ҳар хил шаклда, фонтом касалликлардан психик бузилишларгача, яъни таъқиб қилиш манияси, параноя ва бошқаларда намоён булиши мумкин. Куп ҳолатларда психикани назорат қилишнинг йуқолиши унглаб булмайдиган оқибатларга олиб келади. Психоанализ шундай ҳолатларнинг олдини олишга ёрдам беради. Табиийки, биз психика фаолиятининг энг содда схемасини тасвирладик. Инсон организмиде, хусусан унинг психикаси автоном, узини узини бошқарувчи тизимдир. Шунинг учун ҳам психика бузили-

шининг бош омили онгсизлик ва онг уртасидаги зиддият эмас, балки “Юқори-Мен” нинг таъсири ҳисобланади.

ФРЕЙДНИНГ МАДАНИЯТШУНОСЛИК КОНЦЕПЦИЯСИ

Маданиятнинг ижтимоий муносабатлар тараққиётидаги роли

Фрейдизм тузилиши ва яқин мақсадига кура индивидлар психикасини урганиш ва даволашга йуналтирилган. Лекин бу таълимот аввалдан ижтимоий онгнинг ҳозирги куни ва угмишини тушунтириб беради. Фрейднинг фикрича, сексуал майлларни онг остига сиқиб чиқарадиган ва неврозлар келтириб чиқарадиган тақиқлар, моҳият жиҳатидан инсоният тарихининг бошланишида пайдо булган ахлоқийлик ва ҳуқуқнинг ижтимоий нормаларидан бошқа нарса эмас. Фрейд уларни “маданий тақиқлар” деб атаган ва нима учун, қандай шароитда улар пайдо булган, мустақамланган, ривожланганлигини аниқлаш ниҳоятда муҳим, деб ҳисоблаган. Инсоният маданиятининг шаклланиши ва моҳияти муаммолари олимнинг диққатини узи-га жалб қилган. Фрейд узи ёзганидек, у инсониятнинг умумий тараққиётини алоҳида шахсларнинг болалиқдан етукликкача булган тараққиёти давридаги руҳий жараёнларни урганиш орқали орттирган тажрибаси воситасида тасаввур қилишга ҳаракат қилган. Алоҳида тавсифларни алоҳида одамдан бутун инсониятга кучириб, Фрейд шу йул билан жамият эволюцияси жараёнини тушунишга ҳаракат қилган. Шунинг эътиборга олиш керакки, Фрейд бутун инсониятга оддий индивиднинг эмас, балки невротикнинг психологик сифатларини кучиради. Бу йуналишларда олим айрим қоидаларни илгари суради. Унинг фикрича, биринчидан, ҳамма одамлар у ёки бу даражада невротик ҳисобланишади. Иккинчидан, ҳар бир бола уз индивидуал тараққиётида невроз босқичидан ўтади. Учинчидан, невроз босқичи ибтидоий жамоа одами учун ҳам хосдир. Ҳамма халқлар уз маданий-тарихий тараққиётида шу босқичдан ўтади. Маданиятни индивид невротик онги орқали изоҳлаб, Фрейд маданият одамнинг табиий майл-

ларини боғлаб қўядиган тақиқлар тизимидан иборат, деб баҳолайди. Унинг фикрича, майлларни сиқиб чиқариш — бу эришилган маданият даражасининг мезони, инсониятнинг маданий тараққиёти эса бизнинг “Мен” имизга элементар лаззат берадиган табиий эҳтирослардан воз кечишдан иборатдир.

Шуни таъкидлаш лозимки, Фрейднинг “маданият” атамаси кўп ҳолларда “жамият” тушунчасига тенг келадиган даражада кучлидир. Фрейд узининг “инсоният маданияти” ҳақидаги кенг таърифида курсатадики, “инсоният маданияти” табиат кучлари устидан ҳукмронлик қилиш, фаровонликка эга булиш ёки уз эҳтиёжларини қондириш учун одамлар томонидан узлаштирилган ҳамма билим ва усулларни қамраб олади ва айни пайтда, у одамлар ўртасидаги муносабатларни бошқарадиган, ноз-неъматларни тақсимлайдиган ижтимоий институтларни ҳам уз ичига олади. Лекин шуни ҳисобга олиш керакки, ҳамма одамларда ҳар доим деструктив, антисоциал, маданиятдан ташқари анъаналар яшаб қолган ва бундай интилишлар купчилик одамларда шунчалик кучлики, улар бундай одамларнинг хулқини бошқалардан ажратиб туради.

Инсон ҳар доим икки ўт орасида яшайди. Бир томондан, маданият инсонни эзади, уни лаззатланишдан маҳрум қилади (шунинг учун одам маданиятдан қутулишга ҳаракат қилади), иккинчи томондан, маданият одамни атроф муҳит омилларидан ҳимоя қилади, табиатнинг барча ноз-неъматларини узлаштириш, улардан фойдаланиш ва одамлар ўртасида тақсимлаш имконини беради. Демак, агар одам маданиятдан уз лаззатлари ҳисобига воз кечса, ҳимоядан, кўплаб ноз-неъматлардан маҳрум булиши ва ҳалок булиши мумкин. Агар у маданият фойдасига уз майлларидан воз кечса, бу нарса унинг психикасига оғир юк бўлиб тушади. Инсон қайси томонга мойил? Албатта, иккинчи томонга. Фрейд бу ҳақда шундай ёзади: “Шу туфайли ҳам ҳар қандай маданият мажбурийлик ва майллардан воз кечиш ҳисобига қурилиши керак ва уни тушунишда шу нарса маълум бўладики, оғирлик маркази моддий неъматлардан психика томонга сурилган. Ҳал қилувчи масала шундаки қандай қилиб одамларнинг уз майлларидан воз кечиши

ҳисобига берадиган қурбонларининг огирлигини енгиллатиш, уларни бундай йуқотишнинг мажбурийлигига куниктириш ва уларни узлари берган қурбонлари учун тақдирлаш мумкин”.

ФРЕЙДНИНГ ТЕОЛОГИК ТАСАВВУРЛАРИ

Дин ижтимоий невроз сифатида

Фрейднинг маданиятшунослик соҳасидаги мулоҳазалари уни дин муаммосига яқинлаштирди. Маданият муаммосини ҳал қилиш дин муаммоси билан чамбарчас боғлиқ булиб қолди. Маданий таъқиқларни куриб чиқишда Фрейд уларнинг диний тасаввурлар билан боғлиқлигини сезмаслиги мумкин эмас эди, қолаверса, куплаб диншунослар инсон ҳаётини бошқарувчи қадимий меъёрларга илоҳий тус беришади. Қадим-қадимдан инсоният маданияти диний асосга қурилади деб ҳисобланган.

Бундан дин қадрсизланиши билан жамиятда маданият деградацияси кузатилади деган хулоса келиб чиқади. Диннинг пайдо булишини Фрейд шундай тушунтиради: инсон ожиз ва яшаб қолиш учун куп нарсадан воз кечиши керак. У тараққиёт натижасида унинг истакларини ман қиладиган жамиятга қушилиши керак. Эслатиб утганимиздек, одам яшаб қолиши учун узининг купгина майлларидан воз кечиши керак. Одамни уз майлларидан воз кечганлиги учун тақдирлаш, уни табиат ҳодисалари ва бошқа индивидларнинг тажовузларидан ҳимоя қилиш учун кимдир керак булади. Бу функцияларни ким бажара олади, деган савол туғилади. Илк болаликда ҳар бир одам оилада отанинг таъсирини сезади. У ҳокимиятга эга, уз қоидаларини урнатади, оилани ҳимоя қилади. Болада отага нисбатан комплекс шаклланади: у отани кучли ва меҳрибон деб ҳисоблайди. Ота унинг учун авторитет, яна бола онасини отасига рашк қилади, унинг урнини эгаллашни хоҳлайди, лекин кейинчалик инцестуоз майллар уз кучини йуқотади, лекин отанинг олдидаги ҳурмат ва қурқув қолади. Худди шундай функцияни худо ҳам бажара

ради. Даставвал тотемдан худоларнинг бутун бир гуруҳи ушиб чиққан, кейинчалик фақат ёлғиз, қудратли, жазо-ловчи худо қолган, бу худо кейинчалик ғамхур ва адолатли худога айланган. Шундай қилиб, одамлар узларининг бутун антисоциал хулқлари учун масъулиятни худонинг елкасига юклашган. Одамлар уз майлларидан воз кечишгани учун худодан мукофот олишга умид қилишди ва ниҳоят худонинг обриси уларга узларининг ички зиддиятларидан қутулишга ёрдам беради. Куриб турибмизки, дин маданиятнинг асосий булакларидан биридир. Лекин Фрейд динни оммавий невроз деб атайти. У нимага асосланиб бундай хулосага келган? Гап шундаки, дин узининг куп қоидалари билан ёпишқоқ невротик ҳолатни эслатади. Масалан, невротик қандайдир ҳаракатларни амалга оширмасликдан қурқса, ҳақиқий диндор ҳам худди шундай, қандайдир диний маросимни амалга оширмасликдан қурқади. Фарқ шундаки, невротик узининг доимий қайтарилувчи машғулотлари мазмунини тушунтириб бера олмайди, диндор эса узининг теологик билимларидан келиб чиқиб у ёки бу маросимларни изоҳлай олади. Шундай қилиб, айрим эътирозлар билан динни ижтимоий невроз деб аташ мумкин. Шу билан бирга дин ижобий аҳамиятга эга. Гап шундаки, хусусий невроз ижтимоий невроздан кура хавфлироқ, у беморнинг жисмоний ҳолатига таъсир қилади, ижтимоий невроз эса бутунлай хавфсиздир. Худди шундай динни антиневроз деб ҳам аташ мумкин, чунки у хусусий неврозларни эритишга ва ижтимоий зиддиятларни юмшатишга ёрдам беради. Диннинг бузилиши маданиятнинг кескин таназзулига сабаб булади. Худди шундай ҳолат Ўзбекистонда инқилобдан кейинги бутун шурулар даврида кузатилди.

Шубҳасиз, Фрейд таълимоти мукамалликка даъво қилолмайди, лекин Зигмунд Фрейд инсоният жамияти тараққиётини тушуниш ва баҳолашда жуда катта қадам қуйди. Психоанализ назариясини яратиб, инсон психикасини англаш ва унинг қатламларини очишда ниҳоятда илгарилаб кетди. Бизнинг давримизда бу назария янада такомиллашди. У узининг куплаб издошларига эга булди.

ПСИХОАНАЛИЗДА ИНСОН ОБРАЗИ

Фрейд даставвал инсон образини майлларнинг бошқарувчилик кучи орқали аниқлаган. Бу майллар Фрейд назариясида тушда, нутқдаги хатоларда, ҳазилларда, кинога гапларда намоён булади деб таъкидланади. У узининг “Тушлар таъбири”, (1900 йилда ёзилган) “Уткир сузлик ва унинг онгсизликка муносабати”, “Кундалик ҳаёт психологияси” (1901) каби асарларида бу фикрни илгари суради. У бизнинг у ёки бу вазиятларда қандай қилиб онг ости фантазиялари таъсирига тушиб қолишимизни ёрқин тасвирлаб берган. Ҳар биримиз уз ҳаётимизда куплаб билмай гапириб юбориш, онгсиз унутиш, хулқ ва нутқда хато қилиш, ўзимиздаги тушкунлик ва хафачиликни ҳазил ёрдамида бартараф қилиш ҳолларини эслашимиз мумкин. Маълумки, психоанализ инсон шахси тараққиётини маълум “орал”, “анал”, “фаллистик”, “генитал” босқичларга булиб урганади ва бу босқичлар туғилгандан беш ёшгача давом этади деб ҳисоблайди.

Орал босқичда бола инстинктив равишда она кукрагини эмиш учун уни қидиради, кейинчалик кукракни катта бармоқ ёки сигаретага алмаштиради. Анал босқичда биз уз кечинмаларимиз соҳасига физиологик жараёнларни, масалан, дефекация ва сийдик чиқаришни қушамиз. Лекин ҳар бир босқичдаги шахс тараққиётига ота-она ва атрофдагиларнинг муносабати таъсир қилади. Масалан, ута покиза аёллар боланинг ахлат чиқариш ва сийдик чиқаришини доим назорат қилишади, бошқа оналар болани бу жараённи мустақил назорат қилишга ургатишади. Биринчи ҳолатда бола онага тобе булиб қолади, иккинчисида бола бу жараённи узи назорат қилиб, ундан узига қулайлик топади.

Психоанализда *сексуаллик* ва *агрессивлик* инсон ҳаёти ҳамда шахслараро муносабатларнинг иккита қузғовчи мотиви деб қаралади. Ҳар бир одамда агрессивликка мойиллик булиб, унинг мақсади бошқаларга зарар етказиш, ҳақорат қилиш, талаш ҳисобланади. Ижтимоийлашиш жараёнида агрессивлик конструктив йуналишга бурилади. Даставвал тийиқсиз, тизгинсиз, мувофиқлаштирилмаган,

шафқатсиз, қупол хулқни предметсиз агрессиядан аниқ, адресли, инсонга ўз фикрини ҳимоя қилишга ва хавфдан ҳимояланишга имкон берадиган агрессияга айлантириш мумкин. Ёшлиқда болалар узаро муносабатларни рақобат ёрдамида, катта ёшда ақлий мусобақа ёрдамида ҳал қилишади.

Предметсиз агрессия шахслараро муносабатларга зарар етказади. Бундай хавфнинг биринчиси геноцид булса, иккинчиси суицид ҳисобланади.

Психоаналитик шахс назариясида *аффект* — *жароҳат модели* алоҳида урин тутади. Бу моделга кура илк болаликдаги жароҳатли ҳодисалар ёш бола шахси томонидан ҳазм қилина олмаслиги туфайли бевосита психик бузилишга, психик жароҳатланишга олиб келади. Етказилган жароҳат кейинги тараққиётда сезиларли бузилишларга сабаб буладиган из қолдиради.

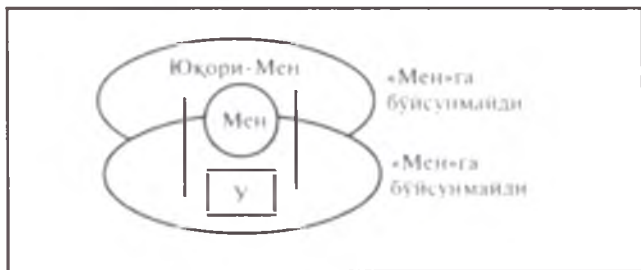
Бундай жароҳатларга жинсий хиралик, шилқимлик, оғир жисмоний муомала, болаларга уларнинг халақит бераётганлиги, асабга тегаётганлиги, уларнинг унчалик қувонч келтирмаётганлигини англатиш воситасида билдириладиган руҳий қаттиққўллик ва совуқлик киради. Бу ерда ташқи жароҳат бирламчи булиб, психик жароҳат, яъни ички жароҳат иккиламчи ҳисобланади. Бошқача айтганда, бузилиш бирламчи, зарар эса иккиламчидир.

Бу зарар ғамхурликнинг етишмаслиги, жароҳатловчи ҳодисаларнинг куплиги булиб, унинг натижасида болаларда хавотирли ҳаяжонланиш, реактив газаб пайдо булади. Бу аффектлар баъзан очиқ намоён булмаслиги ҳам мумкин. Шунда улар “тараққиётнинг тормозланиши”га ёки “болалар неврозлари”га сабаб булишади. Бундай неврозларга “ахлат, сийдикни тута олмаслик, қайсарлик, апатия” киради. Кейинроқ эса таълимда қийинчиликлар вужудга келиши мумкин.

Ушбу модель буйича реалликка нисбатан шахс кичик тизимининг учта қатлами фаол ҳаракат қилади: “У”, “Юқори-Мен” ва “Мен”. Бошқача айтганда “У” — бу “Ид” онг ости ёки онгсизлик соҳаси, инстинктив майллар туплами, “Мен” — бу “Эго”, шахс, онг. “Юқори-Мен”, “Супер-Эго”, *ижтимоий ахлоқ, хатти-ҳаракат нормалари, ижсти-*

мой онг, хулқ. “У” онгсизлик соҳасидан иборат, унинг ҳукмрон принципи “Лаззатланиш” принципи булиб, сиёсатда бу анархия курунишида майдонга чиқади.

“Юқори-Мен” да норма ва қадриятлар локализация қилинган. Булар тарбия ва ота-она эталон “матрицаси, ота-она томонидан болага сингдириладиган хулқ-атвор шаклларининг” натижасидир.



1-расм

“Мен” — “Юқори-Мен” ва “У” томонидан эзиб, сиқиб қуйилган, “У” ва “Юқори-Мен” уртасида онгсиз алоқалар мавжуд.

1-расмдаги “Мен” “У” ва “Юқори-Мен”га нисбатан анчагина мураккаб ҳолатда, у ҳар иккала томондан эзилади. “У” уз жинсий ва агрессив импульсларини қондириш учун “Мен”га тазйиқ утказди. Лекин уларни қондириш усмирга ота-она томонидан катта ташвиш келтиради. Иккинчи томондан “Юқори-Мен” ижтимоий ахлоқ меъёрлари ва қонунларини бажаришни талаб қилади. Агар айтилганларга долзарб воқеликнинг “Мен” га таъсир қилувчи омиллари ҳам қушилса, бундай шахс “Мен” ининг аҳволи анчагина фожиали булиб куринади.

Агар “Мен” ни болалик ва невротик бузилишлардан ҳоли, аъло даражада тараққий этган, етук “Мен” сифатида тасаввур қилинса, ҳолат узгаради.

Бундай “Мен” онг эгаси булиб, “У” дан эсадиган инстинктлар шамоли ва “Юқори-Мен” да жойлашган таъқиқ ва қоидалар уртасида воситачи ҳисобланади. Бундан ташқари “Мен” назорат, қайта назорат ва қарор қабул қилиш

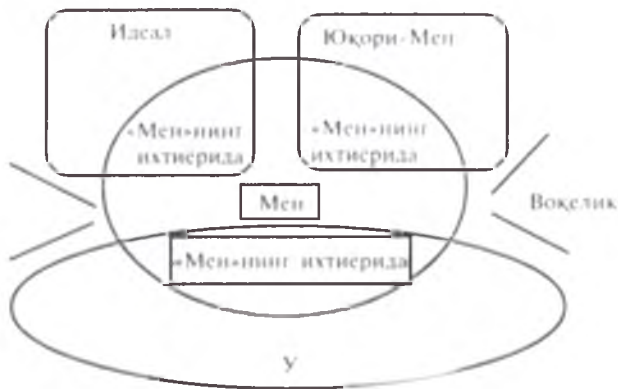
органи ҳисобланади, у “У” билан “Юқори-Мен” дан чиқадиган талабларни тергов қилади. “Мен” у ёки бу қарорни текширади, натижада ё маъқуллайди ёки рад қилади. Қарор онгли равишда қабул қилинади. Шу билан бирга инстинктив истак ёки “Юқори-Мен” нинг буйруғини бажариш кечроқ муддатга сурилиши мумкин.

Компромисс (муроса) қисман воз кечиш ёки ижтимоий жиҳатдан мумкин шаклда қисман қондириш ёки “сублимация-энергиянинг бир турининг, масалан, сексуал энергиянинг энергиянинг бошқа турига, масалан, ижтимоий фаолликка йуналтирилиши” курилишида булиши мумкин. Бундай қулай вазиятда “У” нинг барча кучлари “Мен”нинг ихтиёрида булади.

Шунинг учун “Мен” узини ҳукми утадиган, бойитилган деб ҳис қилади, чунки узи акс эттираётган эротик, ҳиссий ва эҳтиросли майллар унинг узига боғланган.

“Юқори-Мен” га нисбатан ҳам “Мен” автоном ҳолатда, чунки “Юқори-Мен” томонидан илгари суриладиган таъқиқловчи вазиятларга амал қилиш керак ёки керак эмаслигини у узи онгли равишда ҳал қилади. “Мен” у ёки бу бидъатнинг мақсадга мувофиқлигини танқидий қайта текширади, бидъат онгли фикр — эътиқодга айланади.

“Идеал” ҳам “Мен” билан мувофиқ муносабатларда булади. “Мен” “Идеални” амалга оширишнинг реал



2-расм

имкониятларини баҳолайди ва унга етишиш йулларини танлайди. Бошқача айтганда, у қатъий ҳаракат билан идеалга яқинлашиш керакми ёки идеални реал ҳулққа тенглаштириш керакми деган масалани мустақил ҳал қилади.

Етук шахснинг “Мен”, “У”, “Юқори — Мен” ва “Идеал”и бир-биридан ажратилган булиб, болалар ёки невротикларга ушаб оғир зиддиятларга тортилмаган. “Мен” шахс стержени сифатида ҳаёт жараёнида “У” ва “Юқори-Мен” соҳаларини тула узлаштириб олгунча қўлаб узга-ришларга учрайди.

Фрейд тили билан айтганда, шундан сунггина “У” булган жойда “Мен” булади. “Юқори-Мен” “Мен” га хужайинлик қилмай қўяди, унинг қаторидан жой олади. Шунинг учун ҳам психоанализда “Мен” шахс тушунчасига тенг, Фрейд “Мен” га шахс руҳий жараёнларининг боғловчи ташкилоти деб қараган.

Шу уринда Платон фойдаланган чавандоз ва арғумоқ мисолини келтириш уринли. Тасаввур қилиш мумкинки, отни минишда тажрибаси йуқ бола отга буйсунади, моҳир чавандоз эса отнинг кучидан уз манфаатлари йўлида фойдаланади.

Бу мисол иккита муқобил ҳулосани илгари суради: чавандоз отни бошқара олса, унинг кучи “Мен”, от кучининг бир қисми ҳисобига қўпаяди, акс ҳолда чавандоз “Мен” мағлубиятга учрайди, узини ожиз, кучсиз, от (“У”)нинг ихтиёрига бутунлай буйсунган деб ҳис қилади.

НЕВРОЗЛАР ҲАҚИДА ПСИХОАНАЛИТИК НАЗАРИЯ

Психоанализда неврозлар табиатини тушунтиришда *Эдип комплекси, қўрқув ва ҳимоя механизмлари* тушунчаларига катта эътибор берилади.

Эдип комплекси ҳақида “Эдип комплекси” ва тотемизмнинг бошланиши бандида батафсил тухталинган. Бу ерда муаммога қайта мурожаат қилмадик.

Қўрқув барча одамларда бир хил табиатга эга. У бизни яшин тезлигида бутунлай эгаллайди, шахсга бундай уз-узидан пайдо буладиган ҳуружни назорат қилишга имкон бермайди. Биз қўрқув олдида ожизмиз, унга буйсунаимиз.

Ваҳима қурқувни назорат қилиш бутунлай йуқолганда пайдо булади. Бу ерда биз гуёки аллақачон бартараф қилинган ожиз болаларча қурқув ҳолатига тушамиз. Бироқ айна пайтда қурқув англанган ва мақсадга йуналтирилган хавф ҳақидаги сигнал (белги) булиши мумкин. Биз уни сезамиз ва руҳий имкониятларимиз кучи билан уни қайта ишлаймиз ҳамда қурқувга қарши туриш, унинг ортидаги хавфни бартараф қилиш имкониятига эга буламиз.

Назорат қилинмайдиган, автоматик тарзда ваҳима биллап кечадиган қурқув шахс тараққиётининг илк, архаик босқичини эслатади. Сигнал қурқувга қобиллик эса, аксинча, шахснинг маълум даражада етуклигини билдиради. Айна пайтда автоматик қурқув “Мен” ни эзиб, янчиб ташлашга қобил булса, сигнал қурқув “Мен”га хизмат қилади, уни хавф ҳақида огоҳлантиради.

Хавфдан бундай ҳимояланиш унга реал қарши туриш қобиллигидан иборат булиши керак.

Лекин болаликда ҳали бундай қобилият шакланмаган булади. Шунинг учун ҳам болалар қурқувининг кенг тарқалганлиги табиий булиб, буни биз уз шахсий хотираларимиз ёки болаларимизни кузатиш орқали биламиз: қоронғидан қурқиш, ёлғиз қолишдан қурқиш, ажинадан қурқиш, момақалдиروقдан, талончилардан қурқиш ва ҳоказо. Болалар “Мен” ида афсуски бундай қурқувларга қарши туришнинг керакли хулқ усуллари йуқ.

Заруратдан келиб чиқиб, бола узини қурқувдан ҳимоя қиладиган психик механизмларини кашф қилади. Қурқув бир мунча чидаса буладиган даражага камаяди. “Мен” уз ҳимояси учун уни хавфдан ажратадиган, керак булганда орқасига утиб беркинса буладиган узига хос девор қуради. Бунинг учун ҳимоя девори қурқувни қайтаришга қобил даражада бақувват булиши керак. Хавф эса ҳар доим ҳам ташқаридан келавермайди, у ички шахсий психик қобиқдан ҳам ёриб утиши мумкин. Демак, ташқи ва ички хавфдан сақлайдиган ҳимоя девори уртасидаги фарқни билиш керак.

Даставвал психоанализ невротик ҳолатлар сабабини ташқи жароҳатланишдан қидирган. Кейинчалик бу назария урнини майллар назарияси эгаллади, яъни психик

бузилишлар сабаби сифатида ички, жинсий ва агрессив майллар урганила бошланди. Ҳимоя девори ёки ҳимоя механизми, бошқача айтганда, сиқиб чиқариш “Мен” нини фаол тадбири булиб, бунинг оқибатида онг остидан онгга қалқиб чиққан майллар худди сув бетига қалқиб чиқиб, яна сувга чуққан предметлар каби сиқиб чиқарилади. Бундай таққослаш сиқиб чиқаришнинг моҳиятини яққолроқ намойиш қилади. Сувга чуқтирмақчи булаётган пукакни куз олдингизга келтиринг. Пукакни сиз қандай куч билан сувга чуқтирсангиз, у шундай куч билан сув бетига отилиб чиқади. Пукакни сув остида узоқ вақт ушлаб туриш учун катта уриниш керак булади, чунки у ҳар доим сув бетига интилаверади. Нима учун у сув остида қолади? Физикадан психологияга кучиб жавоб берамиз: агар сув бетига қалқиб чиқса, қурқув яна уйғонади.

Қурқувнинг қандай ҳимоя шакларини фарқлаш мумкин?

Жазоланиш қурқуви, жароҳатланиш қурқуви, тасаввурдаги бичиб қўйилиш (кастрация) қурқуви, уялиб қолиш қурқуви, муносабатнинг муҳим қатнашчиси булишга мойилликни йўқотиб қўйиш қурқуви, жиддий оқибатлар, бузилишлар учун характерли булган қурқув, бу одам узи учун қадрли инсонни йўқотиб қўйиш қурқувидир.

Буларнинг ҳаммаси невротик бузилишларга сабаб буладиган қурқув турларидир. Пукакни сув остида нима ушлаб туради? Аффектив жушқинлик, тенг маънода айбдорлик ва уят ҳисси. Энди биз узимизда кечаётган мураккаб онгсиз жараёнларни кузата олишимиз мумкин. Майл худди пукакка ўхшаб юқорига интилади, бу қурқув, уят ёки айбдорлик ҳиссини уйғотади. Шунинг учун нафақат қурқувдан, балки айбдорлик ва уят ҳиссидан ҳам ҳимояланиш керак.

Бирмунча куп тарқалган **ҳимоя механизмларига** қуйидагилар киради: “У” нинг талаблари остида эзилган (образли айтганда ахлатга булганган) “Мен” жазоланишдан қўрқиб, бутун кучи билан бу талабларнинг бажарилишига йул қўймайди ва “Мен” нинг антиреакцияси шаклидаги **“реакция”** шаклланади. Бу ахлат билан булғанишга қарши “Мен” қатъий қарши ҳаракат билан жавоб бериб, покизаликнинг ашаддий ишқибозига айланишини англади.

Изоляция ҳимоя механизмида майл билан боғлиқ тасаввур ёки фантазиялар аффектдан (аффектнинг умумий мазмуни эмоция, эмоционаллик, ҳиссиёт, қайфият билан бирга ишлатилади, тарихий мазмуни билиш ва ирода билан бир қаторда учинчи «фикрлаш функцияси» ҳисобланган, замонавий мазмуни умумий ва узоқ давом этадиган жушқин эмоционал «эҳтиросга берилиш» ҳолати) изоляция қилинади (ажратилади). Бу аффект бевосита қурқув аффекти булиши ҳам мумкин. Лекин улар айбдорлик ёки уят ҳисси билан боғлиқ ёки шодлик ва қайғу аффектлари булиши ҳам мумкин. Бундай ҳолда уят, айбдорлик, шодлик, қайғу билан боғлиқ тасаввурлар улар билан боғлиқ аффектлардан узоқлаштирилади. Масалан, мен дустимдан жаҳлим чиқди ва уни ҳақорат қилмоқчиман. Дустлигимизни сақлаб қолиш учун уз ғазабимни “дуст” тасаввуридан изоляция қиламан. Бунда невротик ютуқ шу буладики, ғазаб аффекти дуст тушунчасидан узоқлаштирилади. Натижада ғазаб дуст тушунчаси билан боғлиқ ғазабга нисбатан анчагина хавфсизроқ булади.

Аралаштириб юбориш ҳимоя механизми шундан иборатки, қурқув уни чақирган бирламчи вазиятда, масалан, бола билан қаттиқ муомала қилаётган отанинг олдида эмас, балки бирмунча кечроқ, масалан, болага хавф солаётган итнинг олдида, итга нисбатан пайдо булади. Бу ҳимоя механизми купроқ фобияларда намоён булиб, ҳар қалай қаттиққул ота олдида қурқув пайдо булмаслигига эришади, агар бола итга дуч келмаса, у қурқувдан бутунлай озод булади.

Аралаштириб юбориш купроқ тушда содир булади, бунда онг учун изтиробли булган мазмун бирмунча енгилроқ нарсага сурилади. Лекин ҳаётда бу механизм кўп қулланилади, биз узимиз учун ёқимсиз булган исмни унутамиз, бирон нарсани “йўқотиб қуямиз”, билмай гапириб юборамиз ва ҳоказо.

Яна бир ҳимоя механизми — проекция, тасвирни кучириш — бу ерда қурқувни бошқа объектга йуналтириш. Бу механизм шундан иборатки, биз узимиз учун нохуш инстинктив майллардан ҳимояланиш учун уларни оддийгина қилиб бошқа одамларга проекция қиламиз, узимиздан

узоқлаштирамиз. Бунда биз узимиз майлимизни проекция қилган одамимизни ҳақиқатда қандай булса шундай эмас, балки узимизнинг тасаввуримизга мос ҳолда идрок қиламиз.

Ҳимоянинг бу механизми энг куп тарқалган: проекция воситасида узгарган бошқа одам ҳақидаги идрок, проекция жараёни англандан сунг уз шахси идрокининг узгаришига тула мос келиши керак, чунки проекция қилган шахс проекция жараёнини англагандан сунг дастлаб бошқа одамга проекция қилган уз шахси таркибий қисмларини энди қайд қилишга, англаб етишга қодир булади. Масалан, шахсий майллар, айтайлик, ножуя жинсий ёки агрессив импульслар.

Бинобарин, проекция сиқиб чиқариш, реакция шакллантириш ва изоляциядан фарқ қилиб, доимо уз ҳимояси учун бошқа шахсни ҳам қушиб олади. Энди бу ерда гап фақат бизнинг узимизда мавжуд буладиган интра-психик (ички) ҳимоя механизмларидан фарқ қилиб, шахслараро ҳимоя механизми ҳақида бормоқда (*Мудом шомолларни куйлар тутқунлар, ҳаёдан сузлайди барча шарманда*. Иқбол Мирзо). Баъзан проекция фақат бошқа одамларнигина эмас, балки ижтимоий институтлар ва муассасаларни, ҳатто бутун жамиятни ёки унинг бир қисми булган ҳукумат, парламент, суд ёки мактаб, оила, қишлоқ ҳужалигини қамраб олиши ҳам мумкин. Ҳар доим бундай ташкилотлар ё кучли идеаллаштирилганда, ё кучли қораланганда, биз бу ерда онгсиз проекция жараёни булмаятикин, деб уйлашга асосимиз бор. Шу муносабат билан психоанализ сиёсий жараёнларни реал идрок қилишга уз ҳиссасини қушиши мумкин. Чунки айрим ижтимоий институтлар ёки муассасалар ҳаддан ташқари мақталса ёки қораланса, жумладан давлат ва унинг аппарати террорчилар, муҳолифат кучлар томонидан қоралана бошласа, бунда онгсиз проекция жараёни кечяпти деб шубҳаланишга асос бор.

Психоанализни сиёсий жараёнларга нисбатан қулланинг бир неча узига хос хусусиятлари бор. Социология, сиёсатшунослик сингари фанлар сиёсий-ижтимоий жараёнларни эмпирик маълумотлар йиғиш билан урганади. Лекин фақат шу методлар ёрдамида онгли ва онгсиз жа-

растлар чегарасига яқинлашиш мумкин эмас. Фақат психоанализгина уз методлари ёрдамида бу чегарага яқинлашиши мумкин. Бундай методга эркин ассоциациялар ва регрессив анализдан фойдаланиш билан бирга ишлатиладиган психоаналитик интервью мисол булади. Унча катта бўлмаган гуруҳларда онгсиз жараёнларни гуруҳли аналитик метод ёрдамида урганиш мумкин 50 кишигача булган катта гуруҳларда истак ва қаршилиқ, кучириш ва қарши кучириш гуруҳли концепциясини ҳисобга олиб, бу методни қўллаш мумкин.

Фрейд узининг “Оилавий психология ва одам “Мен”и таҳлили” асарида баён қилган назариясига кура, омма, ҳарбий хизматчилар ёки диний қавм узларини узлари шахсий Мен-идеаллари шоҳсупасига кутариб қўйишган раҳбарлари, йулбошчилари билан идентификация қилишади ва айни пайтда у билан ҳамфикрликни ҳис қилишади.

Бундай тахминларни текшириш учун психоаналитик ана шундай гуруҳ, жамоа аъзоси билан гаплашиш имкониятига эга булиши керак. Бу ерда проектив тестлар ёрдамида қўлланиладиган психоаналитик интервью ҳар қандай вақтда утказилиши мумкин. Бунда психоаналитик қоидага кура тадқиқотчи узи урганаётган предмет билан идентификацияланиши ва узининг қарши кучиришида тадқиқот предмети узида қандай ҳиссиёт (қизиқувчанлик ва ажабланиш ёки асабийлашиш ва нафрат) уйғотаётганлигига эътибор бериши керак.

Ижтимоий психоаналитик тадқиқотга нисбатан жамиятда маълум бир қаршилиқ установаки (майли) мавжуд. Фрейд 1911 йилда бу ҳақда шундай ёзади: “Жамият бизнинг обрўимизни тан олишга шошилмайди. У бизга нисбатан муҳолифатда туриши керак, чунки биз узимизни унга нисбатан танқидий тугаяпмиз. Биз жамиятга унинг узи неврозларнинг сабабларини яратишда қатнашаётганлигини курсатаяпмиз” Ижтимоий психоанализнинг мазмуни ижтимоий таҳлил, маданий таҳлил ёки ижтимоий танқиддан иборат булади. Агар ижтимоий жараёнлар диагностикаси билан шуғулланаётган психоаналитик уз тадқиқотлари натижаларига амалий тус берса, бунинг натижасида ижтимоий терапияга эришиш мумкин.

Психоанализнинг турли гуруҳ ва муассасалар учун ноқулайлиги шундаки, у ҳар доим ҳақиқат тарафида туради. Гуруҳ, муассаса ва ташкилотларда эса ҳақиқат уни тан олишга қаршилиқ бартараф қилингандан сунггина юзага чиқиши мумкин.

Бошқа томондан ҳар қандай ижтимоий қатламда онгсиз жараёнлар устунлик қиладиган соҳалар мавжуд ва бунда реалликни идрок қилиш бузилади. Психоаналитикнинг вазифаси нима ҳақиқатга мослигини, шахсий ва гуруҳли проекция ёрдамида реаллик қанчалик бузилганлигини аниқлашдан иборат.

КЛАССИК ИСТЕРИЯ ЁКИ КОНВЕРСИОН НЕВРОЗ

Конверсион неврозда майллар истерик симптомларга айлангирилади, психоаналитик тил билан айтганда конвертация қилинади. Куплаб истерик симптомларни қуйидагича тақсимлаш мумкин:

— *Бош оғриқлари — сусаймайдиган жинсий қузғалишлар “бошга уради”;*

— *Ошқозон санчиқлари — ошқозондаги “жаҳлдорлик” бушашмайди;*

— *Истерик қайт қилиш — жинсий қузғалиш билан боғлиқ нафрат ҳисси қайт қилиш орқали намоён булади: “бундан менинг кунглим айнийди”.*

— *Қуриш ва эшитишдаги бузилишлар: таъқиқланган инстинктив истакларни курмаслик, пайқамаслик, улар билан онгни безовта қилмаслик керак.*

Симптомларнинг узи унчалик хавfli эмас, балки таъқиқни ва у билан боғлиқ зиддиятни идрок қилмайдиган жинсий майллар хавfliроқдир. Конверсион неврозлар психик симптом жисмоний симптомни вужудга келтириши билан характерлидир. Эркаклар ва аёллар уртасидаги танқидий муносабатни “Сен менга унчалик эътибор бермаяпсан. Сенга барибир булганлиги учун ҳам сени танқид қиламан” деган фикр билан тушунтириш мумкин.

ЁПИШҚОҚ ҲОЛАТЛАР НЕВРОЗЛАРИ

Бундай невроз учун аввало унинг соф психик характерга эга эканлиги, хато санаш, гапни қайтаравериш, у

ёки бу воқеалар тартиби ҳақида тинмай фикрлаш хосдир. Яна бунга баъзан беҳос хаёлга келиб қоладиган ножуя ниятлар ҳам киради.

Бундай неврозларнинг келиб чиқиши заминда ҳар қандай жинсий ва агрессив импульсларнинг ота-оналар билан эмоционал муносабатлар йуқлиги шароитида кучли сиқиб чиқарилиши ётади.

Фобиялар

Турлари: эритрофобия — қизаришдан қурқиш, юрак фобияси — юрак хасталиги билан касалланишдан қурқиш, СПИДофобия — СПИД юқишидан қурқиш ва радиофобия — радиактив нурланишдан қурқиш.

Депрессив невроз ёки невротик депрессия

Аҳолининг 10 фоиздан ортиғи шу невроздан азият чекади. Бу неврознинг белгилари: тушкунлик — эзгин кайфият, бирон-бир ташаббус намоён қилишнинг йуқлиги ва ташқи оламдан узоқлашиш хусусияти. Бу невроз сабаблари ундан азият чекадиганлар томонидан англолмайди. Анализда туртта психодинамик хусусият аниқланиши мумкин:

1. Яқин одамни йуқотиш кечинмаси.
2. Айбдорлик ҳисси.
3. Агрессивлик.
4. Узини-узи баҳолаш муаммоси.

Нарцистик невроз

Неврознинг бу турида нарциссизм (бошқаларга нисбатан ҳар қандай муҳаббат ҳиссини йуққа чиқарадиган ҳаддан ташқари узини яхши куриш, узи билан ортиқча банд булиш)нинг учта турини ажратиш мумкин:

1. *Объектга муҳаббат ҳисобига пайдо буладиган уз-узига муҳаббатнинг патологик ҳолати.*
2. *Болалик тараққиети давридаги боланинг уз-узи билан ортиқча банд булиши, худбинлигининг утиш даври.*

3. Узини ишончлироқ ва қойилмақомроқ ҳис қиладиган аффе́ктив ҳолат ёки субъектив мойиллик.

ДЕЛИНКВЕНТ ХУЛҚ

Делинквент ва криминал хулқ куп босқичли ижтимоий жараёнлар воситасида сақланиб туради. Делинквент ҳодисаларнинг фақат индивидуал муаммоларига тухталиб, жиноий хулқнинг ижтимоий сабабларини курсатмаслик туғри булмайди.

Роберт Мертоннинг фикрича, ҳозирги истеъмолчилик жамиятида купчилик одамлар нима қилиб булса ҳам, даромад, истеъмол ва муваффақиятга интилишади. Жамият томонидан инкор қилинган, тан олинмаган, четга суриб қуйилган одамлар учун бу мақсадларга қонуний йул билан етиш жуда оғир. Шунинг учун улар муваффақиятга криминал йул билан эришишга чоғланишади ёки шунга мажбур булишади. Бундай одамлар камомад қилишади, алдашади ёки талашади, қисқаси қонун йули билан олишлари мумкин булган нарсага жиноят йули билан эга булишади.

Бир қараганда бундай одамлар жамиятнинг паст табақасига мансуб кишилардан иборат деган хулоса келиб чиқади. Лекин кейинги пайтларда авж олиб кетаётган индустриал криминалистика (сотиб олиш, пора, камомад) курунишидаги, аксарият жамиятнинг олий табақасига хос жиноятчиликни ҳам эсдан чиқармаслик керак.

Баъзан жамиятдаги “ёрлиқ ёпиштириш” одати ҳам криминал шахс тақдирида катта роль уйнайди. Одам бир марта жиноят қилиб, бундан буёнига криминал ҳаракат қилмасдан яшаш имкониятини йуқотади. Шундай қилиб, делинквент карьера қуйидаги кетма-кетликда амалга ошади:

1. *Бирламчи, тасодифий содир қилинган жиноят (делинквентлилик)*
2. *Жазолаш.*
3. *Иккиламчи делинквентлик.*
4. *Янада қаттиқроқ жазолаш.*
5. *Янада жиддийроқ делинквент хулқ.*

Шундай қилиб, делинквент шахс айланиб юриб, узига ва атрофдагиларга зарар келтирадиган ёпиқ доира вужудга келтиради.

Делинквент шахс билан уни таъқиб қилаётганлар уртасида узига хос муносабатлар стереотипи вужудга келадики, бунда бир томон иккинчи, жабрланувчи томон шахси билан ҳисоблашмасдан уз ҳокимиятини намоиш қилади.

Бир томонда Қонунни ҳимоя қилувчи ҳуқуқ-тартибот органлари, иккинчи томонда гуёки узига тегиши керак булган улушни олишга ҳаққи булган делинквент шахс. “Олиш” жараёни талончилик ёки билвосита фирибгарлик, камомад йули билан амалга оширилади.

Паул Рейвальднинг фикрича, жамият, тасаввурга сифмаса ҳам, оқлаб булмайдиган ҳаракатлари ва ута жиддий жазо чоралари билан узи қутулмоқчи булган жиноятчиларни тарбиялайди. Бу фикрга шунинг учун қушилса буладики, индивидуал делинквент шахс ва уни таъқиб қилаётган жамият уртасидаги узаро таққослашни баҳолашда шахсий ҳимоя механизмлари иштирок этади.

Бу проектив жараён булиб, ҳар бир одамдаги криминал компонентлар у ёки бу жиноятни чиндан ҳам амалга ошираётган одамларга проекция қилинади, кучирилади, натижада бу одамлар аслидагига қараганда ҳам купроқ жиноятчироқ булиб куринадилар. Шунинг учун жазо баъзан жиноятга қараганда оғирроқ булади.

Айтиш мумкинки, жазолаш аслида шахсий агрессив-криминал импульсларни қондиришнинг онгсиз урин алмаштириш усулидир. Албатта бу қоида эмас, ҳар қандай жазо жараёнида ҳам шундай булмайди. Лекин айрим ута оғир жазо чоралари белгиланганда ҳуқуқшуноснинг шахсий криминал-агрессив импульслари ҳам маълум роль уйнаши мумкин. Айрим ҳолларда айнан бир хил жиноят таркиби учун иккита судья икки хил, бири кузда тутилган жазо чорасининг энг оз миқдорини, иккинчиси энг куп миқдорини белгилайди, бунда энг юқори жазо чорасини тайинлаган судья ёки агрессив-криминал, лекин қондирилмаётган майлга эга ёки узи ҳам шундай жиноят, масалан, порахурликни содир қилган деб тахмин қилиш мумкин. Уз уқувчиларини узлари ичдан кечира олмаган ке-

чинмалари учун, кечинмалар қанча кучли булса, шунча қаттиқ жазолайдиган уқитувчилар ҳам шу жараёнга мисол була олади. Масалан, шухлик, уйинқароқлик ва ҳоказо. Бу ерда оддий проекция, кучириш жараёни амалга ошди, яъни шахс, бизнинг мисолимизда судья ёки уқитувчи уз агрессив — криминал майллари ёки жиноятларини узлари айбдор деб ҳисоблаётган шахсларга кучиришади ва шу йул билан узларини оқлашади, гуёки айбдорга қушиб узларини ҳам жазолаб олишади. Тан олиш керакки, уз-узини жазолашнинг бундай усули анчагина хавфли ҳисобланади, чунки бунда айбдорга унинг шахсий гуноҳидан ташқари яна жазоловчининг гуноҳи ҳам қушиб жазо белгиланади.

ДЕЛИНКВЕНТ ХУЛҚНИНГ ИНДИВИДУАЛ ЖИХАТЛАРИ

Делинквент хулқли одамлар узларининг ички зиддиятларини невротикларга ухшаб ҳимоя механизмлари билан қуриқлай олмайдилар. Лекин улар шизофреникларга ухшаб иллюзиялар дунёсига чекиниб, реаллик билан уз алоқаларини узмайдилар ҳам. Ички зўриқишга бардош бериш учун улар ички касалликка ҳам мурожаат қилмайдилар. Шундай булса ҳам улар ҳар ҳолда реаллик билан алоқани узадилар ҳамда таъқиб қилинадиган, давлат томонидан ва қонун йули билан жазоланадиган таъқиқланган ҳаракатлар содир қилиш йули билан уз ички воқеликларидан қутуладилар.

Агар бундай одамларнинг хулқ стереотипларига назар ташланса, уларнинг болалигида психоз ёки психосоматик касаллик билан огриганларга ухшаш муносабатларнинг жароҳатловчи бузилишини кузатиш мумкин. Бундай одамларни ёшлигида яхши кўришмаган, суйишмаган. Ҳеч булмаганда уларга эътибор беришмаган, уларнинг тарбиясини “қўлдан чиқаришган”, бундай одамлар етишмовчилик экстремал ҳолатини, катталар томонидан мулоқот ва эътибор дефицитини бошдан кечиришган. Бунинг фожиали оқибати эса — руҳий тузилишдаги кучли етишмовчилик булган.

Бундай аҳволга яна қўшимча жароҳатловчи ҳодисалар: болаларга нисбатан шафқатсиз муносабат (жисмоний жазо) ёки уларнинг руҳий шафқатсизлик ва бепарқлик шароитида тарбияланишлари ҳам қўшилиши мумкин. Делинквент хулқ тарбияда жазолаш усули билан узвий боғлиқ. Шундай муҳитда ўсган бола жазолаш ва шафқатсиз муомала ҳақидаги билимдан бошқа нарсани ушлаш-тирмайди. Бундай тарбия қурбони кейинчалик уз тажрибасини бошқа одамларга ҳам тарқатади, “агрессор билан идентификация” қилиш ҳодисаси содир бўлади. Жиноятчи узи билан болаликда нима қилишган бўлса, уз қурбонлари билан ҳам шундай йўл тутайди.

Делинквент хулқли шахс руҳий тузилишини узлигини йўқотиш қурқуви, бировни яхши кўрмаслик, яккаланиш, маъносизлик, ожиз ғазаб ва умидсизлик билан боғлиқ оғир кечинмалар психик ҳолатлар ташкил қилади. Агар бундай шахс узига ўхшаган одамлар билан бир гуруҳга бирлаша, уз шахсий вазиятининг чидаб бўлмаслигини унутиши осон кечади. Агар улар биргаликда жиноят содир қилиша, бундай жиноят одатда жамият вакилларига қарши қаратилган бўлади. Гуруҳ иштирокчилари энди тарбияни сузма-суз тушуниб, бир вақтлар ота-оналари уларга нисбатан қўллаган тарбиянинг қурбонлари бўлишдан қутуладилар. Шу билан бирга улар энди ўзларининг аҳволини қониқтирадиган машгулот билан шуғулланишга йўл қўймаётган турли инстанцияларнинг қурбонлари ҳам эмаслар. Энди улар фаол ҳаркат қилаётган айбдорлардир. Чунки бундай одамлар уз тасавурида ҳеч бўлмаганда уз хоҳиши билан қонунни оёқости қилаётганидан ҳам қониқиш ҳосил қилиши мумкин.

Кўп ҳолларда қасос фантазиясига яна улуғлик ва даб-дабабозлик фантазияси ҳам қўшилади. Делинквент хулқ шахсга узини давлат ва жамиятнинг ҳуқуқни ҳимоя қилувчи органларига қарши тура оладиган одам деб тасаввур қилиш имконини беради.

Агар давлат ва жамият чиндан ҳам бирор нарсада айбдор бўлса, буни тушуниш қийин эмас, албатта. Бироқ делинквент хулқда кўп ҳолларда шахсий негатив тасаввурни жамиятга кучириш ҳодисаси содир бўлади, жамият (иллюзор кўринишда) аслидагидан кура ёмонроқ кўри-

на бошлайди (“ментлар”, “бульдоглар” даражасига туширса буладиган милиционерлар, воқеани жиддий суриштиришига ва ҳақиқатни юзага чиқаришга ҳеч ким ишонмайдиган юристлар).

Ниҳоят, жинсий жиҳатдан узига хос делинквент хулқ ҳақида икки оғиз суз. Карол Смарт маълумотларига кура, болаларни улдириш, фоҳишалик, дуқонларда уғрилик қилиш каби жиноятларни эркакларга нисбатан купроқ аёллар содир қилишади. Эркаклар купроқ машина олиб қочиш, талончилик, тан жароҳати етказиш, қотиллик ва зурлаш билан шуғулланишади. Судда куп ҳолларда аёлларни ақли норасо деб тан олишади ва руҳий касалликлар шифохонасига жунатишади. Лекин шунга қарамай, сунгги йилларда эркаклар ва аёллар криминал хулқи уртасидаги фарқ камайиб бормоқда. Бу соҳада ҳам узига хос рақобат жараёни бошланди.

Яна бир кичик факт шуки, қотиллик содир қилганларнинг 90 фоизини биринчи марта жиноят қилганлар ташкил қилар экан. Бу ҳодиса психикада уятчанлик, тортинчоқлик хислари билан боглиқ. АҚШда утказилган тадқиқотларда аниқланишича, қамоқхоналарда сақланаётган рецидивист жиноятчиларнинг 90 фоизи узини уятчан, тортинчоқ деб ҳисоблашган.

АЛКОГОЛ ТОБЕЛИК

Психоанализда алкоголь тобелик орал — суриш хулқининг кечки шакли сифатида қаралади. Шиша ёки стакан она кукрагига қараганда устунликка эга, чунки у ҳар доим топса буладиган нарсалардир.

Ичкилик истеъмол қилишга мойиллик алкогольнинг енгил қузғовчи ва айни пайтда тинчлантирувчи таъсиридан келиб чиқади. Ана шундан кейин кучли ҳавотир ҳиссини ёки руҳий маъносизлик ҳиссини туяётган ичкиликбоз аста-секин ичимлик таъсирига одатланади ва бора-бора ичимлик дозасининг ортиб бориши ва бош оғриғи синдроми алкоголь тобеликни орттиради.

Ичимлик ичкиликбозни чидаб булмас ички руҳий ҳолатлардан ҳимоя қилувчи механизм ролини уйнайди.

Бундай руҳий ҳолатлар қурқув, айбдорлик, уят ҳисси булиши мумкин. Психоз ёки психоматик бузилишларда бундай ҳолатлар ҳимоя механизми ёрдамида қайтарилади, ичкиликбоз эса уларни оддийгина қилиб ичкиликка “чуктириб” юборади. Шу билан бирга, таъқиқ ва маън қилувчи қоидалар учиради, “Юқори-Мен” алкоғолда эриб кетади. Одам алкоғол ёрдамида узининг депрессив ҳиссини енгади, узини қийнаётган ташвишларни унутади.

НАРКОТИК ТОБЕЛИК

Жамиятда гиёҳванд модда истеъмол қилувчилар муаммоси кейинги йилларда янада мураккаблашди. Ичкилик истеъмол қилувчилардан фарқли равишда, героин, кокаин ёки гашиш ва марихуана истеъмол қилувчилар жамиятнинг аксари аъзолари томонидан маъқулланмайди.

Бунда худди делинквент хулққа ухшаб бир томондан жамият, иккинчи томондан алоҳида гиёҳванд ёки гиёҳвандлар гуруҳи уртасидаги онгсиз жараёнлар катта роль уйнайди. Бу ерда биринчи навбатда купчилик фуқаролар узларининг шахсий салбий сифатларини гиёҳвандларга кучирадиган проектив жараёнларни назарда туғиш керак. Наркотик тобе одамлар бизнинг шахсий истеъмолчилик хулқимизни акс эттиришади, яъни бирор нарсани хоҳлаш ва хоҳлаган нарсага нима қилиб булмасин эга булиш, эғалик ва хусусийчилик ҳисси, теппа-тенг равишда ижтимоий совуқлик ва бефарқлик. Биргина мисол, узининг ичкиликбозлигини гиёҳванд уғлини айблаш билан оқлашга уринадиган ота. Жамиятнинг гиёҳвандларга бундай салбий муносабати яна шу билан енгиллашадики, гиёҳванд моддалар сотилиши таъқиқланган ва гиёҳванд хоҳлайдими-хоҳламайдими, уларни ноқонуний йул билан сотиб олишга мажбур.

Наркотик тобеликнинг иккита тури ажратилади. Биринчиси руҳий тобелик, бунда гиёҳванд модда истеъмол қилиш даражаси назорат қилиб булмайдиган интилиш, мания, бартараф қилиб булмайдиган хоҳиш, очкузлик, очофатликка айланади. Жисмоний тобеликда гиёҳванд модда истеъмол қилиш натижасида организмда модда ал-

машинуви жараёни шундай бузиладика, натижада уни истеъмол қилиш ҳаётини эҳтиёжга айланади.

Гиёҳванд модданинг организмга, асосан марказий нерв тизимига токсин-заҳарловчи таъсирини унутмаслик керак. Бу ерда гап уз-узидан кокаин, бензедрин, риталин таъсирида пайдо бўладиган тетиклик, уз-узига ишонч ҳисси ҳақида бормоқда.

Безовталиқ вақтида героин, морфин, валиум, барбитурат ва бошқа седатив препаратлар беморни тинчлантиради, ҳиссиётни буғади ва умуман ҳар қандай ҳиссиётни йуқ қилиши мумкин. Марихуана ва гашиш кайфиятни кутаради, уятчанлик, тортинчоқлик ва тутилиб қолишни бартараф қилиш имконини беради. Галлюциногенлар фантазияни қўзғотади, ташқи олам реаллигини четлатиб, ташқи оламни тасаввур ва ҳиссиётлар билан алмаштиради.

Гашиш ва марихуана “юмшоқ норозилиқ наркотиги” ҳисобланади. Героин ва кокаин “қаттиқ” ёки “кучли” наркотик саналиб, улар тафаккурни, ҳиссиёт ва ҳаракатларни кенг қўламда узгартиради.

ПСИХИКА ВА НАРКОТИКЛАР

Наркотиклар биринчи навбатда аффектларга, қўрқув, айбдорлик ва уят ҳиссига таъсир қилади. Шу билан бирга гиёҳвандлар таъсири ҳимоя механизмларига ухшайди. Неврозда ҳимоя механизми қиладиган ишни наркотик тобеликда гиёҳванд модда амалга оширади: нохуш тасаввур ва ҳиссиётлар идрок қилинмай қўйилади.

Оддий невротиклардан фарқли улароқ, наркотик тобе одамларда қўшимча фармокологик эффект бор — бу ё қўзғалиш ёки тинчланиш.

Соғлом одамлар саргузашт истаб қолса, уз истаклари орқасидан керакли даврани қидириб топади, агар сокинлик ва тинчлик истаб қолса, керакли дўстлар давраси ёки меҳрибон дўстни қидириб топиши, тинчланиши мумкин. Наркотикка тобе одамлар бундай қила олмайдилар. Улар реалликда узларига керак нарсани қидириш қобилиятидан маҳрумдир. Уларнинг онгли идроки учун кечинмалар

тансиқлигини акс эттириш ниҳоятда оғир, шунинг учун улар нима қилиб булса ҳам, зарарли булса ҳам уз аҳволларини тоқат қиларли даражага келтиришга интилишади.

Наркотиклар айнан уларнинг ёқимли таъсири туфайли ҳам қимматбаҳо, ижобий объектга айланади.

Шу билан бирга наркотикларнинг зарарли таъсири ё умуман ҳисобга олинмайди, ёки психологик ҳимоя механизмлари воситасида сиқиб чиқарилади. Баъзан шундай буладики, наркотиклар айнан зарарлилиги учун ҳам истеъмол қилинади. Фикримизча, бу ерда инсон агрессивлиги маълум роль уйнайди: одамлар онгли равишда бошқаларга зарар келтириши, улдириши (айбдор, ижрочи сифатида) ёки узлари улдирилишлари, жабрланишлари (қурбон сифатида) мумкин.

НАРКОТИКЛАР МУАММОСИ

Наркотикка тобе одамларнинг онгли равишда узларига зарар келтиришларини суицид майл, атрофдагиларни айблаш функцияси дейиш мумкин: “Сизлар мен билан шундай муносабатда буляпсизларми, мен учун зарар булса ҳам, наркотик истеъмол қилишдан узга чора йўқ”. Аслида бундай шикоят бирон-бир жамиятнинг обрули доираларида ҳеч қандай ҳамдардлик уйғотаётгани йўқ. Гиёхвандлар узларини жамият томонидан тақдир ҳукмига ташлаб қуйилган, аутсайдер, жамиятдан тобора купроқ сиқиб чиқарилаётган одамлар деб ҳисоблашади.

Бунда аслида наркотик тобе одамнинг илк болалигида узлаштирган негатив тажрибаси айбдор. Боланинг ҳурмат, меҳр-муҳаббат ва мулоимликка булган қонуний эҳтиёжлари ота-оналар томонидан у ёки бу сабабларга кура қондирилмаган. Шу жиҳатдан бундай одамларнинг болалиги делинквент хулқли ёки психосоматик касал одамларнинг болалигига ухшаб кетади: эзгуликнинг етишмаслиги ва ёвузлик, зараркунандалик, ҳақоратнинг куплиги.

ПЕРВЕРСИЯЛАР

Делинквент хулқ, наркотик тобелик ва перверсиялар жамиятда социал нормаларга мос келмаса а-социал, со-

циал нормаларга қарама-қарши келса, антисоциал хулқ деб қаралади. Перверсияларга жамиятда “нормадан оғиш” сифатида тавсифланадиган ҳаракатлар киради.

Фрейд узининг 1905 йилда ёзган “Сексуаллилик назариясидан уч очерк” асарида ҳамма одамлар аввалбошдан “полиморф перверсивлардир”, чунки ҳар бир инсон қуйидаги ҳаракатларга эҳтиёж сезади дейди:

— узини яланғоч курсатиш, яланғочлигидан лаззатланиш, **эксгибиционизм**;

— узи хоҳлаб турган одамнинг урнига интим предметлардан фойдаланиш, **фетишизм**;

— унинг кийимини кийиб, қарама-қарши жинснинг ҳолатига кириш, **трансвестизм**;

— узини қарама-қарши жинсга мансуб деб англаш, **транссексуализм**;

— бошқаларни азоблаш, жисмоний ёки руҳий камситиш, **садизм**;

— азобланишни, жафо куришни хоҳлаш, **мазохизм**.

Соғлом, етук сексуаллилик перверсиялар ривожланишининг олдини олади. Лекин бунинг учун шунга мувофиқ тарбия ва айрим қобилиятлар керак: бошқа одамлар билан алоқа урната олиш қобилияти, узига ишонч, юмор ва қувноқлик, узи ва бошқалар билан муносабатда қурқув билмаслик, дефференциаллашган ҳиссиёт ва одамлар ҳақидаги билимлар.

ПЕРВЕРСИЯЛАР ПАЙДО БУЛИШНИ ТУШУНТИРИШ

Перверсив невроз

Фрейд перверсияларда болалар сексуаллигининг давомини кўрган. Масалан, эркак худди болага ухшаб атрофдагиларга жинсий органини намоёниш қилади, аёл киши бир кийимини кийиб аслида уни ечишни ният қилади. Рок юлдузининг муҳлиси унинг кийимлари деталларидан фетиш урнида фойдаланади.

Айрим перверсив ҳаракатларни осон тушунса булади. Лекин ҳаракатлари доим хавф билан боғлиқ булган экс-

гибиционист, фетиш билан қаноатланадиган буйдоқ, гомосексуалист, нима қилиб булса ҳам бошқаларга азият етказишга интиладиган одамни тушуниш қийин.

Перверсия етишмовчилик неврози

Агар нарцистик невроз, етишмовчилик неврозларини эсга олсак, айрим перверсив ҳаракатлар сабаблари бир мунча ойдинлашади. Чидаб булмас ожизлик, тобелик ва нотавонлик ҳисси перверсив ҳаракатларда шундай акс этадики, одам узини кучли, мустақил ва улуғвор деб ҳис қила бошлайди. Мисол тариқасида уқувчини азоблаётган уқитувчи, хотинини калтаклаётган эр, фоҳиша билан узининг ҳар қандай истагини пулга қондираётган, фақат хузур-ҳаловатни уйлайдиган одамни олиш мумкин.

Бу ҳаракатларда йул-йулакай булса ҳам шахсий улуғворлик ҳисси жонланади, перверсив ҳаракатлар воситасида чидаб булмас ожизлик, нотавонлик ва тобелик ҳисси осонроқ кечиради. Бу нарса садо-мазохистик ҳаракатда яққол куринади: садо-мазохистда гуёки бир вақтда иккита одам яшайди, унинг шахси иккига парчаланган, биттаси ута яхши, бақувват ва идеал, иккинчиси ута ёмон, ожиз, лаънатланган. Агар бошқа одамга шахсининг салбий қисми проекция қилинса, бошқаси дарров уз кучи, улуғворлигини намоён қилади, садистга айланади, агар ижобий томони проекция қилинса, дарров ожизлик идрок қилинади, одам мазохистга айланади.

Проектив ҳаракат, перверсив муносабат ҳимоя механизми ролини уйнаб, ҳиссий танқислик, ички бушлиқ, мазмунсизлик ва иложсизлик ҳиссини енгиллаштириши керак. Албатга, бу жараён унга мос шароитда ишлаши мумкин, холос. Масалан, битта одамнинг садистик ниятлари бошқасининг мазохистик эҳтиёжларига мос келгандагина ишлай бошлайди, перверсия амалга ошади.

Перверсия муҳаббатнинг агрессив шакли сифатида

Роберт Дж. Столлернинг таъкидлашича, перверсив ҳаракатларда, асосан садизмда “нафратнинг эротик шакли”

намоён булади. Бундан нафрат старлича кучи ва бовари
риб булмайдинан булади, чунки у кун ҳолларда реактив
ҳолда, перверсив шахс болалигида бошдан кечирган ру
ҳий жароҳатга жавоб куринишида намоён булади. Катта
ёшдаги перверсив шахс энди ҳимоядан ҳужумга утиб,
перверсив акт жараёнида галабага эришадди, чунки унинг
узи ҳам қачондир уз устидан бошқаларнинг галабасини
ҳис қилган.

Нафрат ёки ҳурматсизлик куринишлари бошқа пер
версив ҳаракатларда ҳам узгармайди. Фетишист бошқа
одамдан кура фетишни, унинг урнини қоплайдиган бу
юмни афзал куради. Экегибиционист аёлга эга булишни
хоҳламайди, у аёлга уз эрекция ҳолатидаги жинсий орга
нини намоёниш қилиб, уни қурқига олиш имкониятига
эга булганлигидан лаззатланади.

Трансвестит узининг биологик жинсидан қониқман,
бошқа жинс вакилининг кийимини кийиб, бошқаларни
ва узини аздаш билан қаноатланади (трансвестизм). Агар
жинсий мансуб икнинг жисмонин узгаришлари ҳақида гап
кетса, унда бу транссексуализм куринишида булади.

Перверсив шахсларнинг шахсий эҳтиёжлари васваса
сига йулиққанлиги, оргиқча куйинтирадиган ҳаракатлар,
истакларни мақсадини келишувчанлик йули билан қонди
риш, буларнинг барчаси уз характериға кура, мания, нар
котик тобелик, психозларға яқин туради. Уз жинсини реал
идрок қила олмайдиган одамлар аслида ақлдан озган одам
лардир.

Зуравонлиқнинг яширин ёки очик намоён булиши
билан перверсив ҳаракатлар гуманизм, инсонийликка тес
кардир. Шундай булса ҳам перверсив шахсларнинг пози
циясини қунидагича баён қилиш мумкин: Бундай ҳодиса
лар болаларни ештинида таъқиб қилишганда, азоблаш
ганда, узир олган булган муносабатда суинестеъмолға йул
қилинганлиги ва уларни яхши куришмаганда содир булади.

Делинквент криминал жиноятчилик хулқи, алкоголь
ва наркотик тобелик, перверсиялар доирасида ҳозирги
пайтда бутун инсоният учун глобал муаммага айланиб
қолаётган террористик хулқ психологиясини, унинг гар
кибий қисми булган шахсининг оломон ичидаги хулқи муа

ммосини куриб чиқиш лозим. Психология учун алоҳида индивид, конкрет шахс психологиясини тушунтириш катта қийинчилик тугдирмайди. Мавжуд қонуниятлар асосида алоҳида одам хулқини изоҳлаш ва ҳатто типик вазиятларда унинг хулқи қандай булишини башорат қилиш ҳам мумкин. Лекин одамнинг яна бир одатдан ташқари, экстремал ҳолатдаги, купчилик оломон таркибидаги хулқи ҳам борки, айнан шу муаммо психология учун доимий равишда изоҳлаш нуқтаи назаридан катта қийинчилик тугдириб келади. Вундт, Ле Бон, Мак Дугалл, Сигеле, Тард, Фрейд каби тадқиқотчилар ушбу муаммони “халқ психологияси”, “оммавий психология”, «оломон психологияси» куринишида урганишга, шахснинг уз халқи, миллати, омма, оломон таркибидаги хулқини изоҳлашга уриниб куришган.

Юқорида таъкидлаганимиздек, алоҳида, индивидуал ҳолатда инсон хулқини тушунтириш унчалик қийин иш эмас, лекин айнан ана шу, жамиятда уз хулқи билан атрофдагиларда ҳеч қандай эътироз уйғотмайдиган, ҳатто баъзан намунали хулқли одам оломон орасида бутунлай қарама-қарши томонга узгаради, шафқатсизлик, хунрезлик, бузғунчилик ҳаракатларини амалга оширади. Ҳар ҳолда оломон орасида айрим шахс психикасида қандай узгариш содир булади? Ле Боннинг айтишича, одам оломон таркибида узига хослигини йўқотади, психик устқурма шаклидаги ҳар бир одамда турлича ривожланган «Юқори-Мен» учади. Онгсиз пойдевор, ҳар бир одамда унинг ирқидан, миллатидан, жинсидан, ёшидан қатъи назар, бир хил мазмунга эга булган майллар туплами, онгости «У» очилади, ҳаракатга келади. Энг асосийси, ҳар бир оломон иштирокчисининг онгсизлик соҳаси, «У» ягона бир қурилмага бирлашади. Бунинг натижасида, биринчидан купчилик орасида эканлиги туфайли одам узиде энгиб булмас қудрат ҳиссини туяди, одамни алоҳида ҳолатда жиловлаб турадиган маъсулият кучи учади. Иккинчидан, оломон таркибида юқумлилики шу қадар юқори буладики, у ҳар бир оломон иштирокчисига гипнотик таъсир кўрсатади, ҳар бир ҳаракат, ҳиссиёт шу қадар кучли юқадики, одам осонгина уз шахсий манфаатларини оломон учун қурбон қилади.

Учинчидан, оломон таркиби ва одамнинг таъсирга берилувчанлиги ортада, иккинчи шарт — юқумлилик эса, таъсирга берилувчанликнинг ортини туфайли пайдо булади.

Бир суз билан айтганда, оломон таркибида онгли шахс йуқолади, онгсиз индивид устунлик қила бошлайди, таъсирга берилувчанлик оқибатида бутун оломоннинг фикри ва хиссиёти бигта йуналишга бирлашадиган, ҳар қандай юқтирилган гоёни бетухтов амалга оширини истаги пайдо булади. Одам уз-узига эга булмай қолади, у иродасиз автоматга айланади.

Оломон психологиясининг яна бир хусусияти шуки, оломон учун мангик, мантиқсизликдан иборат. Унинг учун шубҳа ҳам, ишончсизлик ҳам йуқолади. Ҳар қандай образ асоинатив — ҳар бир одамда бир-бирига боғлиқ равишда пайдо булади, ҳар қандай шубҳа ишончга айланади, ҳар қандай антипатия — бўйин ҳиссиет нафрат туғдиради. Бир суз билан айтганда, оломоннинг анғир ортидан хавфга тикка бораётган отлар уюридан ёки серка ортидан жарга қулаётган қуйлар сурувидан фарқи булмайди.

Оломоннинг мантиқсизлиги, ишонувчанлиги унинг кучли авторитетга, алоҳида обрули шахсга буйсунувчанлигига сабаб булади. Оломон кучнигина ҳурмат қилади, уз қаҳрамонидан қувратни, куч ишлатишни талаб қилади. Бу ерда гуёки инсон психикасига хоё булган икки қарама-қарши (амбивалент) ҳиссиет-мазохизм (азобланиш) ва садизм (азобланиш, шафқатсизлик) барабар уйғонади. Оломон уни шафқатсиз, лекин айни пайтда у узига эгатик қилишларини, уни бошқаришларини хоҳлайди. Узининг қолоқлиги туфайли оломон ҳар қандай янгиликдан нафратланади ва ҳар қандай анъанага буйин эгади. Оломонга таъсир курсатишни хоҳлаган одам уз фикрларининг мантиқийлигини уйламаслиги, уз фикрини ёрқин ранглар, эхтирослар билан ифодаланиши ва ҳар доим бигта фикрни такрорлашига тури келади. Ақлга эмас, эхтиросга муурожаат қилиш, илоҳиёт нардасига уралган ғайритабиийлик оломонни тиз чуқишга мажбур қилади. Мак Дугалининг таъкидлашича, оломон психологиясининг энг ҳайратланарли белгиси унинг аффективлиги, қаҳр-газабининг жунбушга келишидир. Қонуниятга кура, газабланган одамни кузатиб турган одамда ҳам уз-узидан шунга ухшаш ҳолат

вужудга келади ва индукция қонунига кура индивиддан индивидга утган сайин ғазаб ҳисси кучайиб бораверади. Оломон аффекти (ғазоби) шу даражага етадики, у ҳеч қандай ижтимоий норма, жиловловчи омилни назар-писанд қилмай қуяди. Оломоннинг ҳар бир аъзоси бошқаларга тақлид қилишга, уларга журавоз бўлиб ҳайқиришга ҳаракат қилаверади.

Мак Дугалнинг фикрича, оломон ғазабининг ортиб боришига юқумлилик ва тақлидчанликдан ташқари яна оломоннинг алоҳида ҳар бир одамда чексиз қудрат ва бар-тараф қилиб булмайдиган хавф таассуротини уйғотиши ҳам сабаб булади.

Шу ерда Иммануел Кантнинг одамлар уйинни ёқтиришади ва хавфга интилишади, деган ҳикматли гапи бе-ихтиёр ёдга тушади. Ҳақиқатан, одам узининг оломондаги хулқини узоқ вақтлардан бери егишолмаётган уйин сифатида тасаввур қилади ва у узини хавф-хатар билан уйнаша оладиган даражада қудратли деб ҳис қилади. Қушимча равишда оломон таркибида одамнинг бутун ҳаёти давомида ижтимоий ахлоқ нормалари туфайли сиқиб чиқарилиб келинган, йул берилмаган агрессияси, алами, ғазоби, нафрати, норозилиги, ҳайқириш истаги вулқон каби отилиб чиқади, чунки юқорида таъкидлаганимиздек, ижтимоий норма ва қадриятлар тимсоли булган «Юқори-Мен», ижтимоий онг “учиб қолади”.

Оломон психологиясини ҳозирги кунда бутун инсоният учун даҳшатли воқеликка айланиб қолаётган, тинч аҳоли, давлат қурилмаларига хавф солаётган терроризм ҳодисаси орқали таҳлил қилишга уриниб курайлик. Олдиндан шуни айтиш лозимки, ҳар иккала ҳодисанинг моҳияти ва хусусиятлари ҳайрон қоларли даражада бири-бирига ухшаб кетади, фарқ шуки, оломон ташкиллашмаган, стихияли ташкилот булса, террор муҳити эса ташкиллашган ташкилот ҳисобланади.

Юқорида таъкидлаганимиздек, оломон таркибида одамда бир томондан онгсиз истаклар, майллар уйғонади, иккинчи томондан, иллюзор — амалга ошириб булмайдиган орзулар таъсирида кутаринкилик, руҳланиш, олий мақсадлар пайдо булади.

Замонавий террор муҳити лидерлари ва аъзо-лари оломон психологиясининг ҳар иккала қонуниятини яхши билгани ва ундан усталик билган фойдаланиши билан Террор муҳитининг мафкуравий назариётчилари террористларга узларини террорчилик ҳаракатида қатъиятларини оқлаши учун иккита баҳона беришади. Биринчидан, террордан мақсад — қандайдир олий ғояларни демократия, инсон ҳуқуқлари, миллий мустақиллик, диний эътиқод қабиларни химоя қилишдан иборат деб тушунтирилади. Иккинчидан, террористлар онгида мавжуд тузум ҳақида шундай жирканч, чиркин тасаввурлар шакллантирилади шки, натижада уз-узидан бу тузумга қарши курашини учун ҳар қандай воситани қўллаш мумкин деган таассурот уйғонади. Лекин бунда террорнинг асосий мақсади давлат тузумини ағдариш ва ҳокимиятга эга бўлиш оддий террорчилардан яширилади. Бориб-бориб, террор муҳити лидерлари «олий мақсад»ни унутишади, ундан узоқланишади, асосий мақсад ҳомийлардан нул ундириш ва бойлик орттириш бўлиб қолади, оддий террорчилар эса ҳали ҳам «олий мақсад» учун курашяпмиз деган хом хаёл билан жонларини қурбон қилаверишади. Уларни тинчлантириш ва ҳафса таларини тир қилмаслик учун вақт-вақти билан варақалар тарқатилиб, битта-иккита террористик ҳаракатлар уюштирилиб турилади.

Одатда, террористик гуруҳларга «олий мақсадлар» воситасида ва нул ёрдамида узининг егук эмаслиги туфайли радикал миллий, ижтимоий ва диний ғоялар қармоғига осон ялинадиган ёшлар жалб қилинади. Чунки катта ёшдагилар «Юкори-Мен», ижтимоий онгининг мустаҳкамлиги туфайли бундай алдовга учинлари қийин булади. Ёшларни жалб қилиш учун гиёҳванд моддалар ёрдамида омбилантириш (яъни инсоннинг иродасини бутунлай сундириб, уни «устоз» ёки «дохий» иродасига бўйсунтириш) ва диний, мафкуравий мазҳаблардан фойдаланилади.

Ҳозирги пайтда айрим ҳурматли олимларимизнинг террористик гуруҳларга асосан тарбияси издан чиққан, назорати сусайган, кунроқ эркинлик бериб юборилган ёшлар қўлини кетяпти деган фикрлари ҳақиқатга унчалик

гуғри келмайди. Бундай гуруҳларга қушилган ёшларнинг ҳаёти таҳлил қилинса, уларнинг аксарияти одоб-ахлоқли, интизомли, ёшлиқдан ота-оналарининг қатъий назоратида булган, айримлари ҳатто қуй оғзидан чуп олмаган эканликларини куриш мумкин. Бу ерда ақлга сиғмайдиган ғайритабиийлик йуқ. Фрейд таъбирича, болаликнинг қондирилмаган ҳар қандай майли учмайди ва онг остига сиқиб чиқарилади. Доимий назорат, қаттиққуллик шароити болаликнинг нормал кечишига йул бермайди. Ота-она, катталар, уқитувчиларнинг тазйиқи билан бола одобли, интизомли, ахлоқли булиб катта булади, лекин айнан шу муҳит болани аста-секин уз ҳиссиётларини яширишига, одамови булиб қолишига, муҳитнинг ҳар қандай талабини сузсиз бажарувчи оддий ижрочига айланиб қолишига сабаб булади. Мустақилликнинг йуқлиги, уларнинг уз фикрини ҳимоя қилиш, қатъийлик курсатишларига тусқинлик қилади. Бундай ёшларнинг ғазаби ҳам, нафрати ҳам, шодлиги ҳам, қувончи ҳам, муҳаббати ҳам ичида қайнайди. Уларда тортинчоқлик ривожлана бошлайди. Бора-бора бундай ёшлар узларининг ҳолатларидан норозилик ҳис қила бошлайдилар ва шу ҳолатлари учун аввало ота-оналари, уқитувчилари, катталарни айблайдилар, бора-бора бу агрессия бутун жамиятга, тузумга кучирилади, яъни проекция қилинади. Террор мафкураси эса уларга гуёки узларига утказилган алам учун қасд олишнинг ягона йули булиб туюлади.

Купчилик билан доимо мулоқотда булган, болаликнинг шуҳлигию одобсизлигини бошидан кечирган болалар ҳаёт қадриятлари, купчилик билан мулоқот усулларини эгаллашади, ҳаётнинг турли қалтис вазиятларига ҳам тайёр булишади. Бундайларни йулдан уриш осон эмас.

Ҳозирда турли «элитар» мактабгача тарбия муассасаларининг купайиб бораётганлиги, бундай муассасаларда мурғак гудакларни уйин бир ёнда қолиб, тобора уқитишга зур берилаётганлиги ташвишланарли ҳол. Унинг салбий оқибатларини 10-15 йилдан сунггина пайқаш мумкин. Болалиги уғирланган бундай болаларда балоғат ёшида невротик ҳолатлар, унинг оқибатида соматик касалликлар, онгсиз норозилик, қондирилмаган болалик майлларининг урнини қоплашга интилиш мойиллигини башорат қилиш мумкин.

Асосий фикримиз, террористик гуруҳлар ташкилотига қадамиз. Террористик гуруҳ аъзоларининг террористик машқлар пайтида, яширин шароитда узоқ вақт бирга бўлишлари ва уларга нисбатан зомбилантириш (иродасини сундириш) махсус психологик таъсир технологиясининг қўлланилиши жиноятчилик руҳига ухшаган узига хос онгли одамлардан ташкил топган махсус террор муҳитининг вужудга келишига сабаб булади.

Бундан муҳит учта узига хос хусусиятга эга. Биринчидан, солда, исбот талаб қилмайдиган диний-фанатик дунёқараш туфайли улар террорнинг якуний мақсадларини таҳсил қилишга уринишдан воз кечишади. Иккинчидан, уларда бошқа гуноҳкор бандалардан устунлик ҳиссининг шакллантирилиши террорнинг ҳар қандай мараз усуллариини англашни камайтиради ёки бутунлай бекор қилади. Учинчидан, ута қишини террористик машқлар улдириш ва ҳалок бўлишга тайёрликка йўналтирилиб, узи ва бошқаларининг азоб-уқубатларига бефарқликни шакллантиради.

Террористик ташкилотлар қуриямасини Мак Дугалнинг ташкилланиган омманинг беш хусусияти ҳақидаги фикрига таққослаб, муайян ухшашликларни топish мумкин. Бу назарияга кура, ташкилланиган омманинг **биринчи асосий шарт** унинг таркибининг маълум даражада доимийлигидир. Бундай доимийлик моддий ёки расмий бўлиши мумкин.

Биринчи ҳолатда — айнан бир хил одамлар унинг таркибида узоқ вақт бирга бўлишади, иккинчи ҳолатда — омманинг ичида маълум мансаб, вазифалар ташкил қилиниб, унга бир-бирини алмаштирадиган одамлар тайинлаб турилади.

Иккинчи шарт шундан иборатки, ҳар бир алоҳида одамда оммага нисбатан ҳиссий муносабат пайдо бўлиши учун, унда омманинг табиати, вазифалари, ютуқлари ва талаблари ҳақида тасаввур шакллантирилади.

Учинчи шарт — омма узига ухшаган, лекин ундан фарқ ҳам қиладиган ташкилотлар билан алоқа қилиши ва ҳатто рақобат ҳам қилиши шарт (Изоҳ: ҳар қандай террористик ташкилот маҳаллий криминал, мафиоз, коррупцион гуруҳлар билан бирлашиб, устунлиги туфайли уларни уз назоратига олади).

Туртинчи шарт — омма ичида унинг аъзоларининг узаро муносабатларига тааллуқли булган урф-одат, анъана ва қоидаларнинг мавжудлиги.

Бешинчиси — оммада ҳар бир одамнинг ихтисослашуви ва дифференциациясида ифодаланадиган булинмаларнинг мавжудлиги.

Бундай шартлар ва оломон психологиясининг бошқа хусусиятлари ҳақидаги назарияларнинг замонавий террористик ташкилотлар тузилмалари, уларнинг шаклланиш тамойилларига мос келиши ҳақиқатан ҳам ҳозирда халқаро террор муҳитининг уз мафкураси, фани, матбуоти, маданияти, уз илмий тадқиқот йуналишлари борлигини исботлайди. Террор муҳити узининг қурилиши, ташкилийлиги ва ҳаракатчанлилиги жиҳатидан биз тасаввур қилганимиздан кура хавфлироқ ҳисобланади. Қандайдир мухолифлар, қандайдир гуруҳлар биз куриб турган оддий ижрочилар, холос. Аслида, уларнинг ортида уйинни усталлик билан бошқариб бораётган, ута билимдон, тажрибали ташкилотчилар бор.

ПСИХОАНАЛИЗДА ДИАГНОСТИК МЕТОДЛАР

Психоанализдаги энг муҳим диагностик метод суҳбат, диалог ҳисобланади. Аналитик (психолог) пациент билан суҳбатни бошлаб, унга турли саволлар беради ва бунада пациент тилга олган бирон-бир мавзунини ҳам назардан қочирмайди. Шундай қилиб, аналитик билан пациент уртасида вербал мулоқот вужудга келади. Бундан суҳбатнинг мақсади ташхис (диагноз) қўйиш бўлганини учун ҳам у диагностик суҳбат ҳисобланади.

Ташхис биринчи навбатда тадқиқот ҳисобланади ва суҳбат психоанализда терапевтик вазифани ҳам бажаришини эътиборга олиб, ташхис қўйишни ҳар доим суҳбатнинг аниқ мақсадини аниқлашдан бошлаш керак. Шахсий суҳбат билан аналитик ва пациентнинг диалоги уртасида сезиларли фарқ бор. Шунинг учун аналитик ва пациент қандай суҳбат олиб бораётганликларини яққол тасаввур қилишлари керак, чунки суҳбатнинг нафақат тадқиқоқ шакли, балки унинг ички мазмуни ҳам шунга боғлиқ. Ташхис қўйиш учун стандартлашган интервьюдан, яъни пациентга савол бериб, “ҳа” ёки “йўқ” деган жавоб олишдан, ёки ярим стандартлашган, яъни жавоблар “ҳа” ва “йўқ” билан чекланмаган интервьюдан фойдаланиш

мумкин. Бундан ташқари психоанализда суҳбатнинг табиий кечишини чекламайдиган стандартлашмаган ва эркин интерврьдан ҳам фойдаланилади. Лекин ташаббус ҳар доим аналитик томонида булади.

Суҳбат давомида пациент гуғилган йили ва жойи, касби, ота-оналари тирикми ёки йуқ, оила аъзолари ҳақидаги объектив ва субъектив маълумотларни маълум қилади. Субъектив маълумотларга пациентнинг шахсий кечинмалари, унинг отаси, онаси, хотини ва бошқа қариндошларига нисбатан ҳиссиёти киради. Бундан ташқари, суҳбат давомида аналитикнинг пациент хулқини кузатиш орқали олган маълумотлари ҳам ниҳоятда муҳим.

ПСИХОАНАЛИТИК “ИНТЕРВЬЮ”

Интервью сузи телевидение ва матбуотда утказиладиган суровни эслатса ҳамки, психоаналитик интервью аслида фақат савол бериб, унга жавоб олиш билан чекланмайди, шунинг учун интервью сузи бу ерда қуштирноқ ичига олинган. Психоаналитик сузи эса бундай интервьюда психоаналитик методлар қулланилишини билдиради.

Фрейд психоаналитик методни фанга бир вақтнинг ўзида ҳам тадқиқот, ҳам психик бузилиш билан азият чекаётган одамларни даволаш методи сифатида киритган. Ҳозирги психоаналитик методларга келсак, улар асосан диагностик вазифаларни бажаради, шунинг учун психоаналитик (психолог) уларни қуллаб туриб, биринчи навбатда, диагностик категориялар билан фикрлайди. Аналитик пациентдан эшитганларини психоанализдаги шахс назарияси ва касалликлар ҳақидаги таълимот билан солиштириб, у ёки бу симптом ортида қандай психодинамика яширинлигини мумкинлиги ҳақида хулоса чиқаради.

Бироқ айни пайтда психоаналитик маслаҳат (консултация) утказаётиб, бирон-бир назария мавжудлигини унуттишга ҳаракат қилади ва ўз олдида утирган одамни ҳар қандай тахминийлик эҳтимолидан ҳоли идрок қилади. Психоаналитик интервьюнинг гуёки бир-бирига мос келмайдиган бундай икки шарти, моҳияти бир вақтнинг ўзида соф назарий ва қуруқ амалий ёндашувнинг мавжудлигини

билан и воҳданлаган мангига и ишқини келгириб чиқаради. Агар психоаналитик масъалатда на вариетга кунроқ урин берилса, шонима шонларни билан танихис қўйиш хавфи пайдо булади. Одамга уша ваҳоти у ери бу "тишик" невроз ерлиги ёпиштирилади. Бундай масъалатнинг қадри унчалик баланд эмас. Бошқа гомонган шунини танихисни керакки, узини назария билан қийнамайдиланги психоаналитик аниқ касаллик белгиларини найқамайт қилиши мумкин. Бундай мураккаб вазиятдан чиқишини бирдан бир пазни психоаналитик учун илмийлик билан наинетини бевосита дарок қилиш урта-сида тусиқларга чан бериндан иборатдир.

Купчилик аналитиклар ушунини наинетларнинг аивало одамгарчилик нуқтаи на вариетан қабил қилишдали. Улар билан яқиндан танишиниға ҳаракат қилишдали. Бунави поладони ендашув, ҳамдардлик, кайнузон булиниш танирилик бошқа одамнинг тафаккур тарзи ҳақи ил тасаввур етиши имконини беради.

Танихис қўйишинини муноффақияти учун суҳбатнинг ишончлилиги катта аҳимияти эди. Аде ушунини дарок психоаналитикнинг аёл наинетни ҳисобларини ақсават дарок қилиш имконияти чеклиниди. Бунави шундай буна ҳам, адабиётларни урганиши ил ижодий тасаввурни култан орқали бу тусиқни бартараф қилиши мумкин. Психоаналитик пациентнинг ҳуқуқни бутундай ҳисоб қилини муносабатда булини доим. Пациентнинг қуноқ ҳаракатлари ёки такаббурлиги психоаналитикнинг танишига етишиндан кура қурқинчлироқ нарсани эди. Шу билан бирга, аналитик ҳар доим ўз ҳисобларини ил тасаввур қилини на улардан пациент чорлаётган муносабат шаклини ил қилиши учун фойдаланиши доим. Шундан келиб чиқиб, психоаналитикнинг шахсий ҳисоблари муносабатлар булишинини диагноз қилишинини ижодий қуролга ил қилиши, бу қуролдан интервьюда фойдаланиши пациентни шахсий ва интим характерга на бунави маълумотларни олганига ёрдам беради, бу маълумотларни эди бошқа ҳеч қандай пул билан олиб булмали.

Бироқ бу тасаввурни ақалга олириши тўғрида тўғри айрим зарурий шартларни на жариниға боғлиқ:

1. Интервьюер масъалат пайтида шундай муҳитни яратилиши доимки, бунави пациент эди суҳбат учун ушунини эркин

тутсин, психоаналитикнинг узи эса суҳбатдошини ҳар қандай тахминларга асосланмасдан идрок қила олсин. Агар аналитик бунга эришса, унда:

2. Пациент суҳбатнинг муваффақиятига ёрдам бериб интервьюерни қўллаб-қувватлаши керак. Бошқача айтганда, аналитикка эшитаётган нарсаларига диққатини жамлашига имкон бериши керак. Бу ерда гап эшитишнинг фаол жараёни ҳақида кетаяпти, бунда идрокнинг уч босқичини ажратиш мумкин.

Интервьюнинг уч босқичи:

1. *Мантиқий сабаб-оқибат боғланишларини аниқлашга яроқли объектив ахборот олиш босқичи.* Масалан, аналитик депрессия уйғонишини пациентнинг бирон-бир қариндоши улими билан боғлаши мумкин.

2. *Психологик аниқлик принципига асосланадиган субъектив ахборот олиш босқичи.* Пациентнинг дарди тоғасининг улими билан боғлиқлиги ҳақидаги ишончи бунга мисол булиши мумкин.

3. *Ситуатив (вазиятли) ахборот олиш босқичи.* Бунга амал қилган аналитик суҳбат давомида пациентнинг хулқини урганани, бу унга пациент уни қандай онгсиз муносабат тортаётганлигини аниқлашга ёрдам беради. Бунипг у ёки бу ташқи вазиятли белгилари — пациент, масалан, узини болаларча тутиши мумкин, унга такаббурлик қилиши мумкин ёки уни жинсий алоқага чорлаши мумкин — қачонки, ҳар иккаласи ҳам биттаси бошқасини нима “қилмоқчи” ва “бошқаси” узини нима қилишга йўл қўяди, - деган нарсани аниқлаб олганларидан сунггина равшан бўлади. Интервьюда тўғри йўналиш олиш учун қуйидаги схема ёрдам беради:

Бирламчи интервьюнинг модификациялашган схемаси

А) Пациент психоаналитикка қандай муружаат қилди?

1. Ким томонидан юборилган? Нима сабабдан?

2. Утказилган даволашнинг давомийлиги ва натижалари қандай?

3. Пациент утказилган даволаш ҳақида нима деб уйлайди ва у терапевтларга қандай муносабатда?

- а) уларга қушилади;
- б) қушилмайди.

4. Психоаналитик суҳбатни уз хоҳиши буйича давом эттиради.

Б) Умумий таассурот.

В) Шикоятлар:

1. Айни пайтда шикоятлар нимадан иборат?
2. Касалликнинг дастлабки тарихи.
3. Пациент уз касаллигининг психик сабаблари ҳақида нима деб уйлайди?
4. Пациентни касаллик хуружига солувчи вазият (унинг пайдо булиши тадқиқотчининг тахмини билан боғлиқ).
5. Пациентнинг уз касаллигига эмоционал муносабати.

6. Касалликнинг ташқи белгилари.
7. Унинг иккиламчи оқибатлари.

Г) Биографик маълумотлар.

Д) Ҳозир ишлар қандай аҳволда?

1. Пациент узига нисбатан қандай муносабатда?
2. У узининг қариндошлари ва яқинлари ҳақида нималарни уйлайди?
3. Унинг уз келажаги ҳақидаги қарашлари.

Е) Аналитик пациент билан уртасидаги муносабатлар қандай ривожланыпти?

1. Пациентнинг аналитикка кучириши.
2. Аналитикнинг қарши кучириши.

Ж) Интервьюнинг алоҳида диққатга сазовор курунишлари.

1. Пациент муайян ҳиссиётни қачон пайқаган (прогноз қилинаётган вазиятда ёки кутилмаганда).
2. Пациент интервью доирасида шароитни қандай қилиб туғри баҳолаяпти?
3. Пациентнинг диққатни тортадиган шахсий сифатлари.
4. Пациент аналитик томонидан берилган интерпретацияга қандай реакция курсатаяпти?

З) Интервью натижалари ва уларнинг баҳоси.

1. Барқарор объект — муносабатлар уйғондими?
2. «Мен»нинг функционал қобилиятлари қандай («Мен»нинг имкониятлари қанчалик чекланганлиги).
3. Эмоционал муаммолар.
4. Зиёлилик даражаси.
5. Ҳамфикрлиликка қобиллик.
6. Терепевтик иллюзия.

И) Ташхис: психодинамикага мос ҳолда бузилишнинг келиб чиқиши ҳақидаги тахмин.

К) Ташхиснинг терепевтик яроқлилиги.

1. Қисқа терапия учун (асосланмаси билан).
2. Эътироз эҳтимоли.
3. Психоанализ учун (асосланмаси билан).
4. Эътироз эҳтимоли.
5. Психотерапиянинг ҳар қандай шаклини рад қилиш (асосланмаси билан).
6. Даволашнинг бошқа бирон-бир шакли борми?

Л) Касалликни даволаш ҳақидаги конкрет таклифлар.

М) Қисқа терапия таиланганда даволашнинг чекланган мақсадини аниқлаш.

Н) Башорат.

ЭМПИРИК АСОСЛАШ

Одатда, психоаналитик интервью доирасида, магнитофон ёки стенографик ёзувлар асосида вербал баённома тузилади ва бундай баённомалар тадқиқот учун аъло даражада яроқли ҳисобланади. Пациентнинг фикрлари, интерпретация ва унинг диагностик аҳамияти терепевтнинг хоҳиши билан истаган пайтда эмпирик қайта ишланиши мумкин. Пациент билан турли вақтларда утказилган суҳбатлар, шунингдек турли пациентлар билан утказилган суҳбатлар баённомаларини таққослаш имконияти мавжуд. Бундай қайта текширишнинг мақсади интервьюнинг мазмунини таҳлил қилишдир. Бунинг учун ҳам сифат, ҳам миқдор услублари қўлланилади. Интервьюнинг экспертлар томонидан баҳоланиши психоаналитик томонидан суҳбат давомида берилган талқиннинг туғрилигини текшириш имкониятини беради. Сунгги вақтларда анъана-

ви миқдор услублари билан бир қаторда компьютер тадқиқотлари ҳам кенг тарқалмоқда.

Сухбат давомида қулоққа чалинган, пациент томонидан қўлланилган иборалар аналитикнинг интервью давомида аинан қандаи аффе́ктлар аниқланганлиги ҳақида хулоса чиқаришга имкон беради.

Куччилик аналитиклар шу мақсадда анъанавий маъруза шаклидан фойдаланишади. Маъруза аниқ бир пациентга бағишланган булиб, новелла сифатида уқилади ва пациентни жонли тасвирлайди. Бундай маърузалар етарлича ифодали ҳисобланади ва тасвирланаётган индивиднинг узига хослиги намоён буладиган адабий портретни эслатади. Лекин бунда муаллифнинг ҳаддан ташқари субъектив баҳоси жиддий хавф ҳисобланади. Бундан ташқари, шуни ҳисобга олиш керакки, аналитикларнинг у ёки бу вазиятни идрок қилиш, идрок қилган ва эслаб қолган нарсаларни қайта ишлаш қобилиятлари турличадир. Шу муносабат билан қайта текширишнинг фақат эмпирик усулларига таянадиган тадқиқотчилар олинган маълумотлар ва уларни баҳолаш назорат қилинадиган ва қайта текширишга яроқли булган, объектив методларни тан олиб, хотирада тикладиган баённомаларни тан олмайдилар. Шунга қарамай, конкрет ҳодисалар ҳақидаги маърузалар умуман психоаналитик тадқиқот учун катта аҳамиятга эга. Пациентнинг бундай маърузаларда келтириладиган индивидуал хусусиятлари билан анкета ва тестлар рақобатлаша олмайди.

Шуни таъкидлаш керакки, биринчидан, агар баённомада психоаналитик сухбатнинг ҳар бир босқичи аниқ ажратилса, иккинчидан, баённомада сухбат жараёни ҳақидаги маълумот ва унинг алоҳида босқичлари ҳамда интервью талқини узвий ажратилса, маърузанинг объективлик даражаси ортади. Талқиннинг ҳар бир эпизоди илмий асосланса, объективлик янада ортади.

Психоанализнинг такомиллашган диагностик методларидан бири супервизия ҳисобланади. Бу методнинг моҳияти шундан иборатки, психоаналитик пациент билан сухбатини тугатиб, уз таассуротлари ва талқинини эксперт билан уртоқлашади, эксперт бу ҳодисани таҳлил қила

туриб, ўзини гоҳ аналитик, гоҳ пациентга ухшатишга ҳаракат қилади. Супервизия методи аналитик томонидан суҳбат давомида йул қўйилган хатоларни аниқлаш, шунингдек берилган талқиннинг туғрилигини баҳолашга имкон беради. Супервизияни бир эмас, бир неча эксперт ҳам утказиши мумкин. Бунда, албатта, объективлилик даражаси ортади. Битта эксперт томонидан йул қўйилган ноаниқлик бундай маслаҳат давомида аниқланади. Албатта, битта ёки иккита аналитик томонидан берилган талқинни бешта обрули супервизор тасдиқласа, унга ишониш учун асос купроқ булади. Психоаналитик талқиннинг туғрилигини текширувчи яна бир метод тестдир. Тест методи бу ерда худди рентгенографияга ўхшаб экспертнинг ташхисини тасдиқлайди ёки уни рад қилади.

ПСИХОАНАЛИТИК ТЕСТ МЕТОДЛАРИ

СИФАТ МЕТОДЛАРИ

Сифат методлари ичида энг кенг тарқалгани текширилувчиларга сиёҳ доғларини талқин қилиш таклиф қилинадиган Роршах методи ҳисобланади. Бу методни Рой Шафер психоанализ учун қайта ишлаган. Зарурат туғилганда пациентнинг сўзлари баённомага киритилади. Шундан сунг пациентнинг сўзлари психоаналитик шахс назарияси ва касалликлар ҳақидаги таълимот асосида талқин қилинган изоҳ тузилади. Бунда: пациент бутун расми изоҳладими ёки алоҳида деталларга эътибор бердими; пациент расмдаги умуман кутилмаган нарсаларни фаҳмладими ёки йўқми сингари жараёнлар ҳисобга олинади. Сиёҳ доғлари пациент томонидан ваҳший ҳайвон, одам, қандайдир дустона ёки шафқатсиз саҳналар билан боғланиши мумкин. Бу боғланишларнинг мазмуни субъектив (сифат) ва объектив (миқдор) нуктаи назаридан урганилади. Миқдорий тадқиқот деганда текширилувчининг жавоб учун сарфлаган вақти, жавобларнинг умумий сони, тулиқ ва қисман жавоблар сонини аниқлаш тушунилади. Олинган маълумотлар купчилик ўртасида ўтказилган тадқиқот натижаларига солиш-

гирилади ва айнан шу пациент учун уртача қиймат аниқланади. Бундай метод **узига хос қурқув, ҳимоя механизмлари ва зиддиятларни** аниқлашнинг психоаналитик имкониятларини кенгайтиради.

Масалан, классик невроздан азият чекадиганлар одатда **сиқиб чиқариш, аффектни изоляция қилиш ва реакцияни шакллантириш**нинг яхши ишлайдиган ҳимоя механизмларини шакллантирадилар. *Шизофреник симптомли пациентлар Роршах тести давомида воқеликни у ёки бу даражада бузиб идрок қилиши намоён булади. Ичкиликбозлар ва наркотик тобе одамлар таклиф қилинган расмлардан “бирон нарсани ютиш ёки бирон нарсани олиш” билан боғлиқ образларни топиб. орал — суриш ҳақида гапиришга асос беришади. Нарцистик бузилишлар ёки чегарадош ҳолатлар мавжуд булган шахслар эса, регрессив тенденция ва аффектацияга мойилликлари билан илк объект муносабатлар бузилишини кўрсатадилар.*

Дастлабки таъхисни тасдиқлайдиган, рад қиладиган ёки тулдирадиган проектив тестларга яна ТАТ ва ОРТ тестларини қўшиш мумкин. Бу тестларда пациентларга ифвогарлик руҳи рўйи-рост ифодаланган расмлар кўрсатилади. Расмларнинг мазмуни ҳар қандай одамдаги онгсиз инстинктларга яқин булади. Булар ҳаммамизга таниш булган қайғу, бахтсиз муҳаббат, жанжал, бахт, улим қурқуви, мотам ҳолатларидир.

Шуни таъкидлаш жоизки, айнан юқорида айтилган тестлардаги ифвогарлик ифодаси туфайли улар уз мақсадига эришади, яъни онгсизликни тадқиқ қилиш имкони туғилади. “Интервью” камдан-кам ҳолларда ифвогарлик талабини қондириши мумкин, чунки интервьюер пациентга нисбатан узини дустона ва назокатли тутади.

Интервью натижалари каби тест натижалари ҳам текширилувчининг тест утказастган одамнинг хулқига нисбатан реакциясига боғлиқдир. Текширилувчи нафақат таклиф қилинаётган расмларга, балки тадқиқотчининг шахсига ҳам уз онгсиз майлларни проекция қилади, кучиради. Аниқроқ айтганда, бу ерда гап проекциянинг икки даражаси ҳақида бормоқда. Шунинг учун бундай тадқиқотлар натижалари ҳам тула объектив була олмайди.

Шу билан алоқадор ҳолда шарҳларда текширилувчи билан тадқиқотчи уртасидаги муносабатлар қандай юзага келганлигини баённомада курсатиш муҳимдир. Тест вазиятининг узи шундай реакция намунасини юзага келтириши мумкинки, бунда тадқиқотчи пациент томонидан имтиҳон олувчи, судья ёки ўқитувчи сифатида, бир суз билан айтганда, пациентнинг жавобларидан унинг узига маълум бўлмаган хулосалар чиқарувчи сифатида идрок қилиниши мумкин. Шунинг учун ҳам худди шунга ухшаш муносабатлар намоён бўлганлигини билиш муҳимдир. Шу уринда айтиш керакки, тест тадқиқотлари тадқиқотчи хулқи манерасига мос равишда турлича натижалар беради. Текширилувчининг тадқиқотчи хулқига нисбатан реакцияси тадқиқотчининг реакциясига адекват(мос)дир. Бундан шундай хулоса қилиш мумкинки, тест тадқиқотлари шундай бир маконки, бунда муҳим ролни икки томонлама кучириш бажаради. Шунинг учун ҳам тест давомида кечадиган кучириш ва қарши кўчириш жараёнлари шарҳларда текширилувчи билан тест материали уртасида кечадиган жараёнлар талқини ва таърифи қаторида алоҳида эътиборга моликдир.

МИҚДОР (САНОҚ) МЕТОДЛАРИ

Энг куп қулланиладиган ва амалиётда узини оқлаган психоаналитик диагностика методлари ичида *Дитер Бекман ва Хорст Эбергард Рихтерлар томонидан ишлаб чиқилиб, такомиллаштирилган Гисен тестини* алоҳида курсатиш мумкин. Ушбу тест 40 дан ортиқ савол (итема) ни ўз ичига олиб, тадқиқотчига текширилувчининг шахси ҳақида умумий тасаввур уйғотишга имкон беради. Тест давомида текширилувчининг айни пайтдаги субъектив ҳиссиётлари (хусусан депрессия ёки узига ишонч), унинг ижтимоий аҳволи, шахсий ҳаёт қирралари ва шахсини характерловчи белгилар (дилкашлик, одамовилик ва ҳ.к) аниқланади.

Гисен тадқиқот гуруҳи томонидан аҳоли турли қатламлари уртасида ўтказилган тест тадқиқотларининг курсатишича, қўйилган саволларга муносабат эркаклар-аёллар, кексалар-ёшлар, тиббиёт ва фалсафа факультет-

лари талабалари, психосоматик касалликдан азият чекувчилар. наркотик тобе шахслар, криминал жинсий бузуқликка мойил шахсларда яққол намоён булувчи фарқларга эга, шундай йул билан олинган маълумотлар келажакда пациент азият чекаётган руҳий касаллик табиатини аниқ белгилаш имконини беради. Тест натижалари интерпретацияси текширилувчига хос булган хавогир, ҳимоя механизмлари ва зиддиятлар типларини аниқлайди ва шунинг учун у маълум маънода психоаналитик суҳбат талқинига ухшайди.

Сунгги йилларда қуйидаги учта бошқа миқдорий тестлар ҳам кенг тарқалди:

1. “Психосоматик жараёнларни тадқиқ қилиш учун анкета” 1981 йилда Клаус Кох томонидан таклиф қилинган. Унинг асосида психосоматик касалликлар пайдо булишининг турли назариялари ётади. Анкетанинг унта пунктдан энг муҳимлари фантазия чекланганлиги даражасини баҳоловчи — 2-шахслараро муносабатларнинг эмоционал томонини текширувчи — 3-онгсиз агрессивлик ва унинг тормозланиш даражасини аниқловчи 5- ва 6-пунктлардир.

2. “Нарцистик анкета” 1985 йили Дейнеке ва Мюллер томонидан таклиф қилинган. Унинг ёрдамида нарцистик бузилишдан азият чекадиган одамлар руҳияти хусусиятлари текширилади. Биринчи пункт хавотир, ожизлик ва нотавонлик каби ўзига хос ҳиссиётларни очиб беради. Текширилувчиларга таклиф қилинадиган итема, масалан, шундай булиши мумкин: “ Мен тез-тез шундай ички бушлиқни ҳис қиламанки, гуёки жонсизга ухшаб қоламан. Бу ҳиссиётни таърифлаб булмайди”. Шахснинг ожизлиги ва нотавонлиги бошқа итемада уз ифодасини топади: “Мен тез-тез узимни салга синиб кетадиган шиша идишда тургандек ҳис қиламан”. Узини узи маҳв қилиш ҳолати қуйидаги итемани тасдиқлашда аниқланади: “Баъзан узимдан шундай нафратланаманки бундан узим қурқиб кетаман”. Пациент томонидан муайян итеманинг танланиши ундаги ҳам нарцистик, ҳам чегарадош касалликларга хос булган назорат қилинмайдиган агрессив импульслар борлигини (“Баъзан мен шундай даргазаб буламанки, узимни бошқара олмай қолишдан қурқаман”) ёки шах-

сий нотавонликни (“Баъзан узингнинг ҳеч нарсага арзи-маслигинга чидай олмайсан”), ёки ижтимоий яққаланиш-ни (“Мен байрамларни ёқтирмайман, чунки у ерда узим-ни бегонадай ҳис қиламан”), ёхуд уз-узини улуғлашни (“Агар менда қандай истеъдод яшириниб ётганлигини би-лишганда, ҳаммининг оғзи очилиб қоларди”), ёки булма-са нарцистик даргазабликни (“Агар мен хизматимга яра-ша тақдирланмасам, газабдан ёниб кетаман”, “Одамлар билан мулоқотда доим хушёр булиш керак”) намойиш қилади.

3. “Агрессивлик омилини тадқиқ қилиш анкетаси”. У Фрайбургда утказилган шахсни урганиш буйича тадқиқот-лар натижалари асосида яратилган. Бу анкета текшири-лувчини урганиш пайтидаги мавжуд агрессивлик типини аниқлаш имконини беради. Психологик ва психоанали-тик касалликлар назариясига мувофиқ, психосоматик ка-салликларнинг пайдо булишида буғилган агрессиялар му-ҳим роль уйнайди. Бундай касалликларни даволаш жараё-нида агрессиялар очиқ куринишга утади ва психосоматик симптомларнинг йуқолишига ёрдам беради. Агрессивлик омилини тадқиқ қилиш анкетаси бу узгаришларни аниқ-лашга ёрдам беради.

Тест утказишнинг миқдор методлари психоаналитик диагностикада муваффақият билан қўлланилишига қара-май, улар инсон психикасида кечадиган онгсиз жараён-ларни аниқлай олмайди. Бироқ тестлар ёрдамида психо-аналитик терапия жараёни назорат қилинади. Шу билан бирга даволовчи психоаналитикнинг субъектив фикрига объектив тадқиқот методлари ёрдамида аниқлик кирити-лади.

ДАВОЛАШ ВА МАСЛАҲАТНИНГ ПСИХОАНАЛИТИК МЕТОДЛАРИ

Сунгги йигирма йил давомида терапевтик техниканинг қатор янги турлари пайдо булди, шунинг учун ҳам психо-анализ уларнинг сафида руҳий хасталикларни даволаш-нинг тенг ҳуқуқли методи ҳисобланади. Ҳозир чет эллар-даги психология факультетлари талабалари психоанализ

билан бирга систематик десенсибилизация, узига ишонч тренинги, аверсив ва оперант ҳолат каби тушунчаларга кенг урин бериладиган хулқий терапияни ҳам урганмоқдалар. Бундан ташқари, психологик дастурда сузлашув психотерапиясига катта аҳамият берилмоқда.

Бундай ҳолат амалда ҳар қандай даволаш методини, шу жумладан нопсихоаналитик методларни ҳам танлаш имконини беради. Бироқ куплаб психологлар аввал хулқий ёки сузлашув терапиясини қўллаб куриб, натижадан қониқмай психоанализга утишга қарор қиладилар.

Вужудга келган вазият психоанализ ва даволашнинг психоаналитик методларига янгича куз билан қарашни тақозо қилади. Шунинг учун аввал хулқий ва сузлашув терапиясини куриб чиқиб, сунг уларни психоанализ билан таққослаймиз.

ХУЛҚИЙ ТЕРАПИЯ

Хулқий терапияга эксперименталь урганиш назарияси асос бўлиб хизмат қилади. Вақт утиши билан хулқий терапия тушунчаси такомиллашди, ҳозирда у моҳиятан мантиқий, лекин мунозарали булган турли амалий даволаш методларини уз ичига олади.

Ушбу терапиянинг муҳим шартларидан бири даволаш натижаларини эксперимент воситасида қайта объектив текшириш бўлиб, бу ҳолат уни психологиянинг табиий илмий бўлимига қўшиш имконини беради, бу бўлимнинг ажратиб турувчи белгиси эса, умумий қонуниятларни конкрет индивидга нисбатан қўллашдир. Психик бузилиш моделлаштирилади ва оддий йул билан: истак-реакция схемасига амал қилиниб, лаборатория шароитида бартараф этилади. Шунинг учун ҳам хулқий терапияни урганиш осон. Масалан, фобия — хулқ терапиясига кура, одамга хавф солувчи вазият оқибатида вужудга келган патологик шартли реакциядир, бунда фантазиялар, сиқиб чиқарилган майлар ва ҳимоя механизмлари инобатга олинмайди. Бузилиш сабабини болалиқдан эмас, пациентнинг ҳозирги ҳаётидан қидирилади. Қўрқувга сабаб булувчи объектнинг эҳтимол тутилган рамзий аҳамиятига ҳеч қандай эътибор

берилмайди, унга қурқув уйғотувчи сифатида қаралади, қолган нарсалар эса асабий кузғолишнинг оқибати деб ҳисобланади. Бунда хулқий терапиянинг мақсади пациентнинг ноадекват хулқини адекват хулқ билан алмаштиришдир.

Психоанализ хулқий терапиядан фарқ қилиб, онгсиз психик жараёнларга катта аҳамият беради. Психоанализнинг тадқиқот предмети инсондир, шунинг учун психоанализнинг ҳамма терапевтик усуллари мураккаб ва нозик булган психоаналитик шахс назарияси асосига қурилади.

Жиддий тафовутларга қарамай, хулқий терапия билан психоанализ уртасида купгина умумийлик бор. Иккала метод ҳам оддий булмаган психик феноменларни изоҳлашга йуналтирилган ва ижтимоий муносабатларни соғломлаштиришга катта эътибор беради, ҳар иккала метод ҳам тадқиқот жараёнида пайдо буладиган хатоларнинг муқаррарлигини тан олади ҳамда зарурий шарт сифатида маълумотларни қайта текширишни қабул қилади. Шуни ҳам тан олиш керакки, маълумотларни қайта текшириш психоанализда фақат кейинги вақтлардагина инобатга олина бошлади.

Куплаб психоаналитиклар, хусусан Ганс-Фолкер Вертманн хулқий терапия билан психоанализ уртасидаги кескин фарқни курсатиб беради, лекин ҳозир ҳар иккала методни синтез қилиш тарафдорлари ҳам купайиб бормоқда. Райнер Краузе томонидан таклиф қилинган бу икки метод дудуқликни даволашда яхши самара бермоқда. Психолог Эва Эгги хулқий терапия асосида ишлаб чиқилган когнитив терапия доирасидаги психик бузилишларни фақат узига хос "тафаккур хатолари" гина эмас, шу билан бирга иррационал фикрлар ва пациент томонидан англомай-диган, ички зиддиятлар оқибати деб биледи.

Э. Ханд хулқий терапия билан психоанализ уртасида янада купроқ ухшашликни таъкидлайди. У алоҳида инсон эҳтиёжлари, функциялари, мотивациялари ва хулқий бузилишларни изчил тадқиқ қилиб, аҳамияти терапия жараёнида намоён булувчи онгли ва "онгли булмаган" функцияларни фарқлайди.

Пауль Вахтель узининг "Психоанализ ва хулқий терапия, улар интеграцияси ҳимояси учун суз" китобида пси-

хоаналитик "конструкция" ни тан олишдан қурқмаслигини таъкидлаган. Мазкур китобида у фобиялар пайдо бўлишининг кучсиз хулқий терапия назарияси билан психоанализни куплаб муносабатларда синтезлаб, хулқий терапияга қурқувни келтириб чиқарувчи объектнинг онгсиз аҳамияти тушунчасини киритади.

Психоаналитиклар шуни ҳам ҳисобга олишлари зарурки, хулқий терапия ҳам амалиётда узини оқлайди ва онгсизлик бузилишининг аниқланиши дудуқланишдан азият чекадиган беморларни даволашда ёрдам бермаган гақдирда бундай беморни ҳеч иккиланмасдан хулқий терапия билан шуғулланадиган психолог ҳузурига йуллаш керак. Ҳамкорликнинг бундай куриниши фойда бериши мумкин.

СУҲБАТ ПСИХОТЕРАПИЯСИ

Суҳбат психотерапияси учун хулқий терапия сингари экспериментал психология асос бўлиб хизмат қилади. Суҳбат психотерапиясида клиник феноменларни тасвирлаш қўлланади, даволаш натижаларини қўллашга катта аҳамият берилади ва энг аввало терапиянинг аниқ мақсади белгиланади. Онгсизлик мазмунини очиб бериш терапевтнинг режасига кирмайди. Карл Р.Роджерс томонидан ишлаб чиқилган учта шарт суҳбат терапиясида катта аҳамиятга эга:

1. *Ҳақиқий инсоний эътибор.*
2. *Пациентни тушуниш ва унга нисбатан самимий муносабат.*
3. *Пациент ҳиссиётини вербаллаштириш.*

Суҳбат психотерапиясида ҳам психоанализдаги каби терапевтнинг шахсий тажрибаси муҳим омил сифатида тан олинади. Суҳбат психотерапиясига кура пациент ҳиссиётининг яширин мазмунини тушуниш учун "Хулқ модификацияси"га эришиш керак. Хулқий терапиядан фарқли равишда суҳбат психотерапиясида даволашнинг директив методлари қўлланмайди, чунки бу ерда пациент узига нима кераклигини ва терапевтик жараён қайси йуналиш-

да ривожланиши кераклигини яхши тушунади. Бу ерда терапевтнинг вазифаси пациентни шу "йулда" кузатиб бориш ва унинг ҳиссиётини вербаллаштириш, яъни бу ҳиссиётни сузда ифодалашдан иборат булади.

Шу муносабат билан психотерапевтнинг пациент монулогига аралashiши сезиларли аҳамиятга эга. Пациентга турли йуналтирувчи саволлар бериш мумкин: Масалан: "Айни пайтда узингизни қандай ҳис қиляпсиз?", "Сизни бирон нарса безовта қилмаяптими?", "Ўзингизни сиздан ҳамма юз угиргандай ҳис қилмаяпсизми?". Терапевт пациентнинг жавобларига ишонади. Муқаррарлиги психоаналитик кучириш концепциясида таъкидланадиган муносабатнинг илк намуналарининг қайта жонланиши суҳбат психотерапиясида четлаб утилади ёки уларнинг аҳамияти умуман инкор қилинади. Хулқнинг онгсиз аҳамиятини ёритишга ва шу билан одамдаги у ёки бу англамаган зиддиятнинг мавжудлигини аниқлашга уриниб қурилмайди. Суҳбат психотерапиясининг ижодкорлари бу тамойилга амал қилиб, психоанализнинг муқаддас тушунчаси — қаршилиқ курса тиш, бир фикрни такрорлайвериш, кучириш ва қарши кучиришдан халос булишди. Психоаналитик нуқтаи назардан суҳбат психотерапияси "ҳеч қандай психик бузилишлар назариясига, аниқ бир касалликка йуналтирилган терапевтик техникага эга булмаган суҳбатнинг психологик методикаси, холос."

Шунга қарамай, Карл Р Роджерс 1959 йилда суҳбат психотерапиясининг шахс назарияси билан бирга терапиянинг уз назариясини ҳам илгари сурди. У хусусан пациент руҳиятида мавжуд булган реал ва идеал образлар уртасидаги зиддиятлардан терапевтик мақсадларда фойдаланиш ҳақида ёзади. Шунга қарамай, бундай тасдиқлашни тулақонли психоаналитик усул деб аташ мумкин булса ҳам, суҳбат психотерапияси ижодкорлари психоанализ билан ҳар қандай ухшашликни рад этишга мойилдирлар.

БОШҚА ПСИХОТЕРАПЕВТИК МЕТОДЛАР

Рухий бузилишларни даволаш учун қулланиладиган турли психотерапевтик методлар ичида қуйидагиларни

алоҳида таъкидлаш зарур. Эрик Берне томонидан ишлаб чиқилган *трансактив таҳлил*. Берненинг фикрича, инсон "Мен"нинг учта ҳолати мавжуд: **болалик "Мен"и, катта ешдаги "Мен" ва ота-оналик "Мен"и**. Инсоний зиддиятларни Берне узига хос "уйин" деб, унинг зарурий шартли қарама-қарши томонлардан биттасининг атайин зиддиятга ундаши деб ҳисоблайди. Инсоннинг хулқи, шундай қилиб, бошқа одамни бирон-бир ҳаракатга ундаш мақсадлига эга бўлиши мумкин. Берне хусусан "менга ташлан", "мени ҳайда" каби ғаламисликларни таъкидлайди. Трансактив таҳлилда психоанализдагидек муносабат ва хулқнинг типик намуналари ҳисобга олинади, бундан ташқари трансактив таҳлил пациентга узининг "ҳаётининг онгсиз режасини", яъни инсоннинг маълум ҳаракатларини бошқарадиган узига хос онгсиз "қоидани" англашга ёрдам беради. Шунинг учун ҳам трансактив таҳлил психоанализнинг адаптациялашган аналоги ҳисобланади.

Образли терапия. Бу назарияга биноан тусилиб қолган ички резервлар инсоннинг узидаги яширин образлар, ҳаёлий шарпалар алоқаси жараёнида намоён бўлади. Агар қаршилиқ феномени бу ерда психоанализга ухшаб талқин қилиниши мумкин булса, онгсизлик мазмунини таъбирлашнинг иложи булмайди.

Биоэнергетика у ёки бу вужудий симптомларни тушунишга асосланган руҳий бузилишларни даволаш методидир. Александр Ловен биоэнергетиканинг ҳозирги аҳволини тасвирлаб, психик бузилишларнинг турли жисмоний белгиларини, вужуд тилини мукамал урганиш зарурлигини таъкидлайди. Ушбу назариянинг психоаналитик концепция, хусусан характер таҳлили билан ёндошлиги биоэнергетика вакиллари томонидан тан олинади ва барча муносабатлар буйича ижобий омил сифатида идрок қилинади.

Бирламчи терапиянинг психоанализ билан куп жиҳатдан ухшашлиги бор. Ушбу терапиянинг асосий қуроли регрессия бўлиб, пациент ҳимоя механизмларининг мавжудлиги сабабли бошқа ҳолатларда кириш йули беркитилган оғриқ, қўрқув, азоб-уқубат, умидсизлик ва ғазабнинг онгсиз соҳасига фарқ бўлади. Бунинг оқибатида илк

болаликнинг фожиали кечинмалари билан боғлиқ булган "бирламчи дард, алам" очилади. Нохуш эмоциялар ёки бошқача айтганда "примула"нинг қайта жонланиши пациентга узининг тийиб қуйилган "бирламчи дод-фарёдини" очиқ намоён қилишга, яъни уялмасдан йиглаш, шикоят қилиш, жаҳли чиқиши ва ҳоказога имкон беради. Бу нарса, уз навбатида, уни безовта қилаётган симптомларнинг йуқолишига олиб келади. Маълум маънода бирламчи терапия психоанализдан ҳам журъатлироқ тадбирдир. Бирламчи терапия доирасида қоронғилаштирилган хоналарда утказиладиган узоқ муддатли гуруҳли сеанслар туфайли янада чуқурроқ ва узоқ муддатли регрессияга эришиш, ҳатто психоаналитик сеансларга нисбатан ҳам маълум маънода самаралироқ натижалар бериши мумкин.

Бироқ, шу нарсани яна бир марта таъкидлаш зарурки, юқорида санаб утилган терапиянинг барча турлари ҳам қониқарли эмас: хулқий терапия инсон хулқининг онгсиз аҳамияти, кучириш ва қарши кучириш муаммоси имкониятини қўлдан беради, суҳбат психотерапияси кучувчи реакциялар имкониятини ҳисобга олади ва шу билан бирга уларни зарарли деб қабул қилади, фақатгина биоэнергетикага йуналтирилган трансактив таҳлилда ва биринчи навбатда бирламчи терапияда психоаналитик концепция тан олинади. Бу концепцияга кура, психик бузилишлар одамнинг илк болаликдаги муносабатларидаги фожиали тажрибанинг оқибати булиб, қайта жонлантормасдан туриб уларни бартараф қилиш мумкин эмас.

ПСИХОАНАЛИТИК МЕТОДЛАРНИ МУВАФФАҚИЯТЛИ ҚўЛЛАШНИНГ ЗАРУРИЙ ШАРТЛАРИ

ПСИХОАНАЛИТИК ТОМОНИДАН ҚўЛЛАНИШИ

Психоаналитик методларни муваффақиятли қўллашнинг муҳим омилларидан бири — терапиянинг ташқи шароитлари билан бир қаторда, психоаналитикнинг уз шахсидир. Таассуфки, бу факт психоанализга багишланган адабиётларда жуда кам ёритилган. Мазкур йуналишдаги

фикрни шундай шаклда ифодалаш мумкин: психоаналитик узини терапиянинг муҳим субъектив омили сифатида идрок қилиши ва узини узи англашга интилиши лозим. Аинан шунинг учун ҳам уқув таҳлили психоаналитик таълимнинг ажралмас қисмига айланади. Уқув таҳлили терапиянинг узини узи урганиши, шахсий зиддиятларнинг келиб чиқиш сабабини аниқлаши ва етарлича узини узи англашнинг юқори даражасига эришишига имкон беради. Аини пайтда бу уз шахсини юқори даражада кафолатлайди дейиш учун жиддий асос бор.

Айтилган фикрлар психология факультетини битирган ва тиббий маълумот олган психоаналитикларга бирдек тегишли. Аналитикнинг узини узи англашига, гуруҳли динамик практикум ҳам ёрдам беради. Гуруҳ атмосфераси гуфайли мутахассислар уз шахсий хулқ манераларини яққол тасаввур қилиш имкониятига эга буладилар. Гуруҳли динамик практикум қатнашчилари уз касбдошларига улар шахсининг узларига номаълум томонлари ҳақида очик фикр билдиришади. Айтилган фикрларнинг объективлик мезони — бу фикрнинг кўпчилик қатнашчилар томонидан қўллаб-қувватланишидир. Шахсий ижобий ва салбий сифатлари ҳақидаги тула маълумот психоаналитикнинг келажакда пациент реакциясини тушунишига ёрдам беради, чунки пациентнинг реакцияси ҳар доим аналитикнинг хулқига жавоб реакцияси ҳисобланади. Аналитикнинг хулқи эса психоанализнинг бош қондаси — "Узини тута билиш" қондасига мос келиши керак. Психоаналитик узининг пациентга нисбатан бўлган ҳиссиётини назорат қила олишни урганиши зарур.

ПСИХОНАЛИТИК МЕТОДЛАРНИНГ ПАЦИЕНТ ТОМОНИДАН ҚўЛЛАНИШИ

Идеал пациент фақат аниқ белгилар ҳақида шикоят қилибгина қолмай, шу билан бирга, уларни психик кечинмалари билан боғлайди, шунинг учун ҳам у таҳлил қилиш жараёнида фаол иштирок этишга тайёр. Терапиянинг самараси аналитик билан пациент ҳамкорлигининг муваффақиятига ёки пациентнинг асабийликдан ҳоли

"даволаш алянсида" қатнашиш даражасига, пациентнинг аналитикка нисбатан мулоҳазали ва оқилона муносабатига куп жиҳатдан боғлиқ. Ҳамкорлик деганда, энг аввало, пациентнинг эркин ассоциация қилишга тайёрлиги, яъни миясига келган фикрни уят, тортиниш, қурқув ва айбдорликни ҳис этмаган ҳолда гапира олиши тушунилади. Бундай ошкоралик ишончнинг юқори даражасини англатади, ишонч эса, таҳлилнинг бошидаёқ уйғонмасдан, аста-секин қурилади.

Қуйидаги мисол психоналитик пациентнинг ҳамкорликка тайёр ёки тайёр эмаслигини қандай қилиб аниқлаши мумкинлигини кўрсатади.

Аналитик: Мен сизни тушунишга ҳаракат қилаяпман. Сиз билан ҳамкорлик қилишни жуда ҳам истардим. Бу нарса бизга сизнинг дардингиз сабабини яхшироқ тушунишга ёрдам берган буларди.

Пациент аёл: Унда нима учун сиз менга ёрдам бермаяпсиз?

Аналитик: Мен шундоқ ҳам ёрдам беряпман, фақат шошилиш хулосалар чиқаргим келмаяпти. Мени симптомлар умуман қизиқтирмайди, балки симптомга сабаб бўлаётган психик муаммолар қизиқтиради. Нима учун сиз ҳам шу нарса билан қизиқишга уриниб кўрмайсиз?

Пациент аёл: Яхши, лекин сизга ёрдам бера олармикинман. Менга сабаблар умуман маълум эмасга ухшайди.

Аналитик: Мен уларни аниқлашда сизга ёрдам беришга тайёрман. Энг муҳими, иккаламизнинг ҳамкорлигимиз, ҳамкорлик эса битта шартга боғлиқ. Сиз нимани ҳис қилаётган булсангиз менга айтишингиз керак. Шундай қилиб, сизнинг дардингиз нима билан боғлиқ булиши мумкин?

Пациент аёл: Менинг фикримча, бу нарса купроқ менинг оилавий ҳаётим билан боғлиқ булса керак.

Аналитик: Ҳақиқатдан ҳам шундай булиши мумкин. Биз бу билан шуғулланамиз. Бироқ бошқа нарса муҳимроқ. Сиз никоҳда бахтсиз эканлигингизни тушунасиз, демак, бахтсизлигингизнинг сабабларини аниқлаш осон булади.

ПСИХОАНАЛИТИК ВАЗИЯТ

Энди психоналитик сеанснинг шарт-шароитини куриб чиқамиз. Вазият азалдан шундай кўринишга эга булган:

бемор кушеткада ётади, психоаналитик мижознинг бош гомопидаги креслода утиради. Пациент психоаналитикни курмайдиган бундай ҳолат пациентга эркин ассоциациялар кечишига ёрдам бериши керак. Бироқ илгари эслатиб утилган пациентнинг сузларига бирор бир реакция билдиришдан сақланиш куринишидаги аналитикнинг вазмин, осойишталиги ва оддий суҳбатдан фарқли улароқ, унинг жим қулоқ солиб, фақат савол бериш билан чекланиши пациентда қушимча фрустрацияга (стимуллашган қондирилмаган майллар билан тафсифланадиган руҳий ҳолат) ва узига хос инсоний муносабатлар бушлиғи атмосферасига сабаб булади.

Лео Стаун психоаналитик сеансга хос булган, лекин парадоксал шаклда кундалик ҳаётга хос булмаган узаро ишонч ва интимлилик билан биргаликда мавжуд буладиган ажралиш ҳолати ҳақида ёзади. Бу парадокс "интим ажралиш" ёки "алоҳида интимлилик" билан ифодаланади. Шу сабабга кура психоанализ купчилик одамларнинг ҳафсаласини пир қилади. Аналитик сеанснинг сунъий вазияти шахслараро муносабатларни қондиришга қобил эмас. Бу ерда фантазиялар қузғалиб, битта мавзунини тинмай қайтаравериш ҳоллари содир булади, бу психикани таҳлил қилишга ёрдам беради, бироқ бу ҳолат ёқимли суҳбатга умуман ухшамайди. Психоаналитик вазият феномени турли вақтларда нафақат психологиянинг, балки бошқа куплаб фанларнинг тадқиқот объекти булган, шунинг учун мавзудаги бегона фикрлар билан танишиш ҳам маълум мазмунга эгадир.

Лингвистикада пациентнинг ассоциацияларини бадиий адабиётга хос булган стилистик услублар билан қиёслаб, субъектив кечинмалар ҳақидаги узига хос ҳикоя деб идрок қилишга мойиллик бор. Роман ёзаётган ёзувчи аксарият сюжет учун материални шахсий биографиясидан ёки уз оиласи ҳаётидан олади.

Социологияда психоаналитик вазият иккита индивиднинг маълум ижтимоий қоидаларга таянган муносабати деб қаралади, бунда пациентнинг мустақиллиги дахлсиз қолади, психоаналитик эса пациентга у ёки бу ички зиддиятларни ҳал қилиш учун узининг касбий хизматини так-

лиф қилади, холос. Сеанс давомида юзага келган ва пациентга узининг ҳақиқий эмоцияларини эркин намоён қилишига шароит яратадиган узаро ишонч муҳити эса аналитикнинг пациент кечинмаларини англаб, фаҳмлашига имкон беради. Умуман олганда, пациент уз дардининг сабабларини узи излаб топишга қобил, лекин бу нарса вақтинчалик қийинчилик туғдиргани учун у мутахассисга мурожаат қилади.

Сиёсатшунослик нуқтаи-назаридан аналитик шак-шубҳасиз, пациентга нисбатан уз ҳукмини утказади. Ана шу қараш доирасида пациент маълум маънода уз шахсини аналитикка ишониб топширади ва ихтиёрий равишда уз мустақиллигидан воз кечади деб тахмин қилинади. Бундай муносабатларнинг бурттирилган куруниши қудратли аналитик ва ожиз, тобе пациент образини уз ичига олади. Бахтга қарши бунини тасдиқлайдиган фактлар мавжуд. Психоаналитик ҳақиқатан пациентга уз ҳукмини утказиши, ҳатто унга зарар келтириши ҳам мумкин. Бироқ шу ҳолатни ҳам таъкидлаш лозимки, пациент томонидан ассоциацияларнинг эркин кечиши амалга оширилмаган тақдирда аналитик бирон-бир тадбир қуллашга ожиз булиб қолади, чунки у ҳар доим уз хулосаларини пациентнинг сузларига асосланиб шакллантиради.

Пациентга зарар келтириш эҳтимолига келсак, масалан, Роберт Ланг бу муаммони бирмунча ноанъанавий йул билан ҳал қилади. Унинг фикрига кура, терапевтлар уқув таҳлили давомида уз шахсий ички зиддиятларини тез англаб, фаҳмлаш куникмасини шакллантиришларига қарамай, айни пайтда пациентларда мавжуд руҳий бузилишлардан узлари ҳам азият чекадилар. Узидаги мавжуд руҳий бузилишни тасаввур ҳам қилмайдиган аналитик эса кучириш феноменидан фойдаланиб, пациентдан шахсий муаммоларини ҳал қилиш учун фойдаланиши мумкин. Бундай “терапевтик” фитна, суиқасд “етарлича” билимга эга булмаган ёки етарлича тажрибали булмаган терапевтлар амалиётида юз бериши мумкин. Умуман олганда бундай вазиятнинг пайдо бўлиш эҳтимоли ниҳоятда оз.

ТОР МАЗМУНДАГИ ПСИХОАНАЛИТИК МЕТОД

Психоаналитик методнинг моҳияти кўп жиҳатдан унда иккита жуфт, биполяр: “истак ва қаршилиқ” ва “кучи-

риш ва қарши кучириш” концепциясининг бир вақтда манжул булиши билан белгиланади.

ИСТАК ВА ҚАРШИЛИК

Тахлил эгилаётган пациентлар терапевт билан ҳамкорлик қилиш истагини билдирадилар, у билан бирга шахсий ларларининг манбаларини аниқлаш учун бор кучларини сарфлашга тайёр буладилар. Бу истак симптом билан иширин ички зиддиятлар уртасидаги сабаб-оқибат боғланишларини кузатишга тайёрликда намоён булади.

Бироқ айна пайтда куплаб пациентлар психоаналитик сеанс пайтида узлари учун нохуш хотира ва вазиятларнинг қайта жонланишига қаршилик қиладилар, чунки бу нарса улар учун фожиали бўлган утмиш, масалан, илк болалик ҳолатларининг қайта жонланиш хавфини тугдиради деб ҳисоблайдилар. Хотиралар аксарият ҳолларда чидаб булмас ларажада аччиқ ва аламли булади. Психоаналитик бу аччиқ, аламли хотираларга калондимоғлик билан ва ҳатто истеҳзоли муносабатда булиши мумкин деган хавф эса пациентнинг уялишига сабаб булади. Шунинг оқибатида ривожланадиган онгсиз қаршилик курсатиш эса айрим ҳолларда ҳаётнинг фожиали ва шармандали эпизодларини эслаш қобилиятининг қисман йуқолишига олиб келади.

Тушлар эса, аксинча, уз ҳолича аламли кечинмаларни онгга олиб чиқаверади, шунинг учун пациентнинг ҳикоясида вақт-вақти билан унутилган эпизодга шама қилиш ҳоллари пайдо булаверади. Аналитикнинг вазифаси — эҳтиёткорлик билан уз ҳаётининг шундай саҳналарини эслашда пациент бошдан кечираётган қийинчиликларни, унинг муҳим, лекин қалтис мавзулардан қочишга аналитик пайқаган уринишларини курсатишдан ва узининг пациентнинг ҳиссиётларига ҳамдард муносабатини таъкидлаган ҳолда, уни бундай қаршилик курсатишнинг эҳтимол тутилган сабаблари билан таништиришдан иборатдир. Кўп ҳолларда пациентлар уз фикрларини назорат қилишга интиладилар ва суҳбатда “нажоткор” нейтрал мавзудан оғиб кетганини пайқаб қолишса, тезда унга қайтишга шошиладилар.

Масалан, пациент аналитикнинг унга етарлича вақт ажратмаётганлигидан жаҳди чиқади, лекин уз норозили-

гини бирон-бир йул билан намоён қилишга қурқади. Бундай қаршилик курсатиш натижасида мигрень (бош оғриғи) пайдо булади. Образли қилиб айтганда қаршилик курсатиш симптомни “яратади”.

Қаршилик курсатишни таҳлил қилишдан мақсад айнан пациентга симптом билан сиқиб чиқарилаётган аффект уртасидаги алоқани курсатишдан иборатдир. Сиқиб чиқаришнинг сабаби эса қурқув ва уятда булади.

КЎЧИРИШ ВА ҚАРШИ КЎЧИРИШ

Кучириш

Пациент эртами-кечми психоаналитик сеанс доирасида ҳал қилинмаган невротик зиддиятлар устунлиги билан таърифланадиган узининг илк болалик муносабатларини қайта жонлантириб ёки қайта фаоллаштириб, терапевтни кучириш жараёнига қушади. Пациентнинг ҳаётида қачонлардир муҳим рол уйнаган сезги ва ҳиссиётлар “янгица жонланишга” ва айни пайтда улкан аҳамиятга эга булади. Даставвал пациент учун яқин одам билан боғлиқ булган ва унинг болалиги учун ҳал қилувчи таъсир кучига эга булган аффектлар (кучли ва қисқа муддатли, кескин ҳаракат билан бирга келадиган руҳий ҳолат) психоаналитикка, ҳозир айни пайтда пайдо булган муносабатларга кучирилади.

Асабий бузилиш нафақат кучиришда намоён булади, балки кучириш орқали синчиклаб таҳлил қилиш мумкин булади. Фаол ички зиддиятлар уз урнини худди шундай фаол булган ташқи — пациент билан аналитик уртасидаги зиддиятга бушатиб беради. Симптоматик невроз кучириш неврозига айланади.

Аксарият ҳолларда психоаналитикка доим жазолайдиган ёки асабий ушқириб берадиган қатиққул онанинг сифатлари кучирилади. Кучиришни талқин қилиш эса терапевтга уз вақтида бу стереотипни таниш, уз талқини ҳақида пациентга хабар қилиш ва шу билан янги, патологик булмаган, ишончли муносабатлар ўрнатилишига ёрдам беради. Кучиришнинг белгиси аналитик билан пациент уртасидаги муносабатларда бундай муносабатларга умуман хос булмаган ута мулойимлик ёки душманлик каби

нигича қирралар ҳисобланади. Айнан “ноуринлик”, “одатдан ташқарилик” ва “бурттирилиш” психоаналитикка кучиришнинг таъсири ҳақида тахмин қилишга асос беради. Яна шуни таъкидлаш зарурки, кучиришлар эротик, агрессив, ижобий ва салбий булади. Қуйидаги эпизод салбий кучиришга мисол булади.

Пациент: “Менинг автомобилим автоинспекцияга тушиб қолди. У ерда фақат пул олишади, холос. Лекин, нима ҳам қила олардинг. Бензин йули шундай ўрнатилган эканки, тутун бутун юкхонага уради. Мен жон-жон деб бошқа ерга мурожаат қилган булардим, лекин қаерда...”

Аналитик пациентнинг зардасини кучириш сифатида иарок қилиб, айтилганларни уз ҳисобига қабул қилади. Пациентнинг автоинспекциядан норозилиги умуман терапиядан ва хусусан терапевтдан норозиликни билдириши мумкин.

Аналитик: “Менга автоинспекцияда булган ҳодиса шу ерда, сеансда булаётган воқеаларни сизга эслатаётгандек туюлди. Агар шундай булса, пул олиб ҳеч нарса қилишмайди деганда мени назарда тутдингизми?”

Пациент: (узоқ вақт уйлагандан сунг, бу фикрга қушилади ва шундай деб қушиб қўяди.) “Менинг отам ҳам худди шундай қиларди, яъни нотўғри ёрдам берарди”.

Аналитик: “Сиз бензин йулини тузатишдагига ўхшаган ёрдамни назарда тутаяпсизми?”

Пациент: “У ёрдам бериш ҳақида эмас, фақат узини уйларди”.

Аналитик: ”Бироқ тушунишимча, отангиз худди юкхонадаги бензин йулига ўхшаб сизнинг ҳаётингизни заҳарлармиди?”

Пациент: “Туппа-туғри. Мен ҳатто, биринчидан, у менинг “ҳаётимни заҳарлаганлиги”, иккинчидан, мендан кўра узи ҳақида кўпроқ қайғурганлиги учун ундан кўрқардим. Мен шунга ўхшаш ҳолатни қайта бошдан кечиришни хоҳламасдим. Энди ҳамма нарса бошқача бўлиши керак”.

Психологик мазмунда терапевтнинг пациент томонидан селектив ёки танлаб идрок қилиши кучиришда ҳукмронлик қилади. Бундай кучириш албатта стереотиплар ва олдиндан пайдо булган нотўғри фикр билан бузилган булади.

Қарши кучириш

Қарши кучириш аналитикнинг пациентнинг кучиришига нисбатан реакциясидир. Пациент онгсиз равишда айнан қандай стереотип муносабатларга узини тортаётганлигини аниқлаб, психоаналитик узига ёпиштирилаётган ролни қабул қилмайди, балки узининг қарши кучириш реакциясида бу ролни ойдинлаштиради. Образли қилиб айтганда, психоаналитик кучириш “қулфини” қарши кучириш “калити” билан очади. Аналитикнинг узига кучирилган роль билан идентификация қилиш имконияти анча чекланган.

Хусусан, Генрих Райкер шу муносабат билан қушимча ухшатиш ҳақида ёзади. Конкрет ухшатишдан фарқли улароқ, қушимча ухшатиш аналитик ва пациент уртасидаги муносабатларда бевосита иштирок этмаётган учинчи шахсга узини ухшатиш зарурияти билан тулдирилган.

Тотал (ёппасига) қарши кучириш ҳодисасида аналитикнинг барча эмоционал ва когнитив (билиш) реакциялари пациент атрофида гупланган.

1. Психоаналитикнинг кучиришга реакцияси, яъни тор мазмунда қарши кучиришнинг узи.

2. Аналитикнинг пациентга алоқаси булмаган, лекин унинг таъсирида вужудга келадиган ҳиссиёти.

3. Қарши кучиришнинг янги даражаси, яъни аналитикнинг пациентга (бирламчи) қарши кучириши. Қарши кучиришнинг бу жиҳати шундай вазиятни вужудга келтирадики, бунда пациент аналитикнинг онгсиз кучиришига қарши кучириш шаклида жавоб беради. Бу нарсани диққатдан четда қолдириш пациент реакциясини тескари талқин қилишга олиб келади.

Бир психоаналитик пациент аёлни таҳлил қилишдан бош тортган, чунки бу аёл унга болалигида узини хафа қилган уз синглисини эслатган. Бошқа бир ҳолатда психоаналитик гуруҳли терапия сеансини утказаётиб уша ердаги бир аёлга нисбатан тушунтириб булмас антипатияни ҳис қилган. Кейинчалик билишича, бу аёлнинг шаддод қилиқлари унга уз онасининг баъзи қилиқларини эслатган. Бироқ, шуни ҳам эслатиб ўтиш керакки, айрим пси-

соаналитиклар пациентнинг кучма реакциясидан қатъи назар, узларини агрессив ёки пассив тутишга мойил буладилар.

Бу ерда гап психоаналитикнинг уз хулқини қай даражада билиши унинг меҳнат фаолиятида қанчалик муҳимлиги ҳақида бормоқда. Аналитикнинг уз хулқи ҳақидаги билими унга пациентнинг у ёки бу реакцияси сабабини аниқлашга ёрдам беради. Уқув таҳлилини мувафаққиятли ўтган юқори малакали психоаналитик кучиришнинг гетеросексуал, гомосексуал ва агрессив жиҳатларидан унга пациент томонидан зурлаб ёпиштирилаётган муносабатлар стереотипини тушуниш учун фойдаланишга тайёр булади. Кучириш ва қарши кучириш феноменлари бутун инсоний муносабатлар ёки интеракцияларнинг ажралмас қисми булиб ҳисобланади. Руҳий таҳлил вазиятида фақат улар яққолроқ намоён булади, холос, чунки сеанс атмосфераси ва психоанализ методлари бундай феноменларнинг намоён булишини рағбатлантиради. Бироқ кундалик ҳаёт ҳам шунга ухшаш реакцияларни тадқиқ қилиш учун анча материал беради. Масалан, тез-тез учрашиб турадиган севгилисини идеал ота ёки (она) образи билан ухшатиш илк болалик муносабатлари стереотипларига йуналтирилган булиб, кучиришнинг таъсири ҳақида гапиришга имкон беради.

Юқорида айтилганларни ҳисобга олиб, психоаналитик методнинг қуйидаги элементларини ажрата билиш керак:

- 1. Истак ва қаршилиқни таҳлил қилиш.*
- 2. Кучиришни таҳлил қилиш.*
- 3. Қарши кучиришни таҳлил қилиш.*
- 4. Пациентнинг эркин ассоциацияларини жорий таҳлил қилиш.*
- 5. Сухбатни таҳлил қилиш.*
- 6. Тушларни таҳлил қилиш.*

Шуни яна бир марта таъкидлаш зарурки, психоаналитик жараённинг самараси туғридан-туғри пациентнинг қаршилигини бартараф қилиш, кучириш ва қарши кучириш орқали аламли ички зиддиятларни қайта жонланти-

ришга боғлиқдир. Айтиб утилган талабларни бажармаслик пациент руҳиятини таҳлил қилиш эҳтимолини амалда йуққа чиқаради. Бундан ташқари, таҳлил муваффақияти учун пациентнинг терапевтик сиқуви остида улар муносабатига кучириш реакциясининг таъсирини (эҳтимол хоҳламай) тан олишнинг узигина етарли эмас. Бу факт ҳам аналитик, ҳам пациент томонидан онгли идрок қилиниши лозим.

Таъбирлаш (талқин қилиш)

Одатда, кучириш ва қарши кучиришни пайқашга талқин қилиш, бошқача айтганда, психоаналитик томонидан амалга ошириладиган интерпретация ёрдам беради. Интерпретацияни фақат руҳий таҳлил жараёни ривожланиши тухтагандан сунг амалга ошириш мумкин. Уз вақтида адекват ёзма шаклда амалга оширилган талқин кучириш ва қарши кучириш сабабли боши берк кучага кириб қолган даволаш жараёни доирасини кенгайтиришда аналитикка ёрдам берадиган психоаналитик терапиянинг муҳим қуроли ҳисобланади.

Айрим муаллифларнинг фикрига кура, психоаналитик интерпретация туфайли вужудга келадиган узгаришлар пациент ва аналитикнинг қарши кучиришида намоён буладиган ҳамда терапевтик жараёнга таъсир курсатадиган муносабат стереотиплари талқинида аниқ шакллантирилган тақдирдагина “мутатив” — қайта узгартирувчи характерга эга булади. Бироқ талқин қилишдан олдин булиб утаётган ҳодисаларни, яъни терапевтик жараённи тушуниш учун олдиндан айрим тадбирларни амалга ошириш зарур.

Тушуниш ва изоҳлаш

Талқин қилишнинг мақсади тушунарсииз нарсани тушунарли қилишдан, образли қилиб айтганда, сирни очишдан иборат. Шунинг учун ҳам психоаналитик интерпретацияга юқори талаблар қўйилади. Психоанализнинг герменевт, талқин қилувчи ёки табиий фанларга тааллуқлилиги

ҳақидаги фикрларнинг бари тенг кучга эга. Фрейднинг ўзи ҳам бу фикрни тасдиқлаган. У психоаналитик ассоциацияларнинг чангалзорларида пациентга ҳамроҳлик қилиши ва айни пайтда уз тахминларини илмий асослаш имкониятини қидириши лозимлиги ҳақида ёзган эди.

Психоаналитик методнинг у ёки бу илмий доктриналарга тааллуқлилиги ҳақида фикр юритиб, шундай хулосага келиш мумкинки, бу метод худди тангага ухшаб иккита томонга эга ва ҳар иккала томон ҳам юза томон ҳисобланади. Булар тушуниш ва изоҳлашдир.

Тушуниш психоаналитикнинг пациент шахсининг индивидуал, эндемик қирраларини ва унинг биографиясини пайқай олиш қобилиятидир. Терапевтнинг шахсий тажрибаси, масалан, пациентнинг ҳикояси муҳаббат мавзусида булса, терапевтнинг уз муҳаббати билан боғлиқ кечинмаларини эслаши пациент ҳиссиётларини тушунишда муҳим шахсий мадад бўлади. Бундай тушунишга эришиш жараёни узоқ муддатли бўлади, лекин унинг муддати ҳар доим психоаналитикнинг тушунишга эришиш учун қанчалик куч сарфлашига боғлиқ бўлади. Терапевт билан пациент уртасида умумийлик қанча куп булса, пациентнинг терапевт томонидан тушунилиш эҳтимоли шунча юқори бўлади. Бироқ, бу қоидани сузма-суз тушунган аналитик учун интерпретацияда қатор жиддий хатоларга йул қўйиш хавфи пайдо бўлади.

Тушуниш психоаналитик томонидан ҳамма одамлар учун умумий булган қонуниятларга мос ҳолда шакллантирилади. Хусусан бунда туғилиш, гудаклик тобелиги, онадан узоқлашиб бориш, учинчи шахс (ота, она, ака, буви ёки бува) билан мулоқот, муносабатларнинг учбурчакли зиддияти, шунингдек тенгдошларнинг турли гуруҳларида кечадиган катта булиш, гуруҳдан ажралиш, бошқа одамлар билан алоқа урнатиш, бу алоқаларни психик қайта ишлаш кабиларни уз ичига оладиган, руҳий тараққиётга мос ҳолда тушунишга ҳаракат қилинади.

Психологик қонуниятлардан фойдаланиш аналитикка пациентдаги ҳукмрон хулқ типини, ҳиссиёт ва тафаккурни тасниф қилиш ва шу билан уз тушунишини илмий нуқтаи назардан асослаш имконини беради. Бундай тас-

нифни амалга ошириш учун турли методлар қўлланилади.

Психоанализда, коммуникацион фанларда, тилшунослик ва социологияда, хусусан, мутахассис билан тадқиқ қилинаётган шахс уртасидаги суҳбатни магнитофон тасмасига ёзиш методи кенг тарқалган. Кейинчалик магнитофон ёзуви асосида синчиклаб урганиб чиқиладиган ёзма ҳужжат тайёрланади.

Психоаналитик амалиётнинг ташқи шакли яхши маълум, бироқ тўғри талқинни қидиришга интилаётган аналитик руҳиятида кечадиган жараёнлар яхши урганилмаган. Клаубер узининг “Психоаналитик мулоқот муаммолари” номли китобида талқиннинг манбалари ва унинг психоаналитик жараёндаги мақсади, интерпретацияга ижодий ёндошиш зарурияти ва етарлича муҳим аҳамиятга эга булган, уз-узидан юзага келадиган хулосаларга алоҳида диққатни жалб қилади.

Психоаналитик амалиётда “ички ” диалог тушунчаси мавжуд бўлиб, у интерпретацияни шакллантириш жараёнида аналитик онгида кечадиган ва аналитикнинг пациент сўзларига реакциясини акс эттирадиган тушунчадир.

ПСИХОАНАЛИТИКНИНГ «ИЧКИ» ДИАЛОГИДА ТУШУНИШНИНГ ЕТТИ БОСҚИЧИ

Диалогдаги “ички” сифатнинг алоҳида таъкидланиши бежиз эмас, зеро, **диалог магнитофон ёзувида пауза, жим қолиш кўринишида идрок қилинадиган ўзига хос акустик раҳна, тирқиш ҳисобланади.**

Бирон-бир йул билан психоаналитикнинг ички диалогини ёзадиган ёки бошқа бир механик усул билан ҳужжатлаштирадиган асбоб кашф қилингани йўқ, шунинг учун тадқиқотчи унга тажрибали психоаналитик тақдим қиладиган бевосита ахборот билан кифояланишига тўғри келади. Уз-узидан маълумки, бундай маълумотнинг ишончлилиги психоаналитикнинг қанчалик самимийлигига боғлиқ. Қуйидаги тасниф шундай принципиал фикрга асосланадики, талқин билан яқунланадиган босқичма-босқич тушуниш онгсиз равишда кечишига қарамай, пациент

руҳиятида кечадиган бошқа кўплаб онгсиз жараёнларга ухшаб аналитик томонидан англаниши мумкин.

Психоаналитик жараённи тушунишни алоҳида босқичларга булиш қалтис тадбирдир. Олдиндан шу фактга диққатни жалб қилиш лозимки, амалиётда қуйида баён қилинадиган тушуниш босқичлари айнан шу кетма-кетликда алмашмаслиги ёки умуман бир вақтнинг узида амалга ошиши мумкин.

Биринчи босқич пациентнинг сузларини идрок қилишдан иборат. Идрок психологияси буйича утказилган тадқиқотларнинг кўрсатишича, инсон ташқи таъсирнинг: унга мурожаат қилиб айтилган сузлар, ҳаракатлар ва ҳоказоларнинг фақат бир қисмини акс эттиради. Бундан ташқари идрок жараёнининг узи информацияни олишдаги ҳолатга (масалан: вақти ва жойига) ва идрок қилаётган одамнинг ҳикоя қилаётган одамга нисбатан ишончи даражасига боғлиқ булади.

Иккинчи босқич уз ичига идрок қилинган информацияни қайта ишлашни, бизнинг тугал фикримизда эса, пациентни психоаналитик тушунишига яқинлашишга биринчи уриниши ҳисобланади. Бу босқичда асосий рол терапевтнинг аналитик мақсадларда, хусусан, уз шахсий тажрибасидан фойдаланишни англатадиган герменевт ёндашишига ажратилади. Агар аналитик иккинчи босқичдан муваффақиятли утса, у пациентни тахминан тушунишга яқинлашади.

Аналитикнинг уз ҳаётий тажрибасидан фойдаланиши унинг пациент гапириб бераётган нарсани тўғри тушуниш имкониятини сезиларли оширади ва демак, маълум маънода муваффақиятли таҳлил учун зарур бўлган эмпатия (бошқа одам кечинмаларини ҳис қила олиш)га эришишнинг гарови бўлиб хизмат қилади.

Учинчи босқич олдинги икки босқичдан фарқ қилиб, психоаналитикдан пациентни тушуниш жараёнида “истак ва қаршилиқ” ҳамда “кучириш ва қарши кучириш” психоаналитик концепциясидан фойдаланишни тақозо қилади. Бу концепциялар, шунингдек иккинчи босқичда эслатилган эмпатия психоаналитик таҳлилнинг энг муҳим қуроли ҳисобланади. Амалий мазмунда “кучириш ва

қарши кучириш”дан фойдаланиш аналитикнинг пациентнинг кучиришига реакциясидан иборат. Идеал ҳолатда психоаналитик пациентнинг ҳар қандай кучиришига адекват (мос) жавоб бера олади. Образли қилиб айтганда, қарши кучиришда фақатгина пациент “чертган торларгина жаранглаши” лозим. Аналитикни мусиқа асбоби билан қиёлашни давом эттириб, кучиришга туғри жавоб бера олишнинг иккита зарурий шартини таъкидлаш мумкин: *Биринчидан, пациент чертаётган торлар аналитикда мавжуд булиши керак, иккинчидан эса, улар жаранглаши керак. Бузуқ асбоб, маълумки, ҳеч нарсага ярамайди. Бундан ташқари қарши кучиришни қуллаш принципини улчов асбоблари иши билан тенглаштириш мумкин. Аналитикнинг вазифаси — пациентнинг хулқиға худди ток кучининг озгина узғаришини ҳам қайд этадиган амперметрға ухшаб жавоб беришдан иборатдир. Аналитик гўёки пациентнинг сенсор-ҳиссий органиға айланиши керак.*

Туртинчи босқич энг мураккаб босқич ҳисобланади. Бу босқич олдинги уч босқични бирлаштириш ёки синтез қилишдан иборат булиб, бу тадбир аналитикка жорий жараён асосида пациентнинг тахминий “ички образини” яратиш имконини беради. Бу “образ” даставвал соф субъектив ва воқеликдан кўра туқимаға яқинроқ булиши мумкин. Шу муносабат билан тахминий “ички образ” қирраларининг айрим аналитикларнинг уз истакларини реал деб қабул қилишға онгсиз мойилликлари, шунингдек, терапевтнинг қайси психологик назарияға амал қилишиға боғлиқ эканлигини ҳам эслатиб утиш керак. *Психоаналитикларнинг бир қисми, масалан, жароҳатлар назариясига мойил буладилар, шунинг учун улар ҳар бир пациент сиймосида фожиали шароитларнинг “қурбонларини” курадилар. Бошқа аналитиклар майллар назариясига амал қиладилар ва пациентға алдаш ва агрессияға қобил “айбдор” сифатида қарайдилар.*

Бешинчи босқич пациентнинг ички образини психоаналитикка азалдан маълум булаган муносабатлар стереотипларининг намоён булиш шакллари билан солиштириб куришдан иборат. Бу усулни қуллаб, психоаналитик узининг дастлабки фикриға айрим тузатишлар киритади.

Бу босқичда терапевтнинг уқув таҳлилида олган маълумотлари, шунингдек пациент тилга олган ҳиссиётлар кечинмалари билан боғлиқ шахсий ҳаётий тажрибаси муҳим аҳамият касб этади. Бешинчи босқичнинг муваффақиятли утиши натижасида аналитик кейинчалик бу аффектларга аниқ таъриф бериш имконига эга булади.

Олтинчи босқич бевосита психоанализ назариясига, яъни шахс психоаналитик концепциясига ва касалликлар ҳақидаги таълимотга утишдир. Агар олдинги беш босқичда аналитикка психоанализнинг назарий қурилмалари билан шуғулланишга туғри келмаган булса ҳам, олтинчи босқичда у онгли ёки онгсиз равишда уларга мурожаат қилади. Тахминий, амалий образ шу соҳага тааллуқли назарий образ билан таққосланади. Шундай қилиб, психоаналитик симптомлар билан унинг ички зиддиятлари ўртасидаги эҳтимол тутилаётган сабаб, оқибат боғланишларига аниқлик киритиш учун қўшимча имкониятга эга булади. Шу билан бирга психоаналитик назария ва амалиётнинг бевосита алоқаси амалга ошади.

Бу жараён, одатда, сеанслар оралиғидаги вақт ва фазовий дистанция аналитикка иккинчи, учинчи ва туртинчи босқичларда ҳал қилувчи аҳамиятга эга булган ҳиссиётларни бир четга суриб қўйиб, уз мулоҳазаларини мантиққа бўйсундирган ҳолда пациентни таҳлил қилиб куриш имконини берганда содир булади. Аналитик қарши кучириш пайтида унда уйғонган ҳиссиётлар туфайли чиқарган хулосаларни шунга мос назарий қурилмалар билан солиштириб куради. Агар психоаналитик мустақил равишда у ёки бу қийин таҳлил қилинадиган феноменларни ҳал қилиш имкониятига эга булмаса, касбдошларига ёрдам сураб мурожаат қилиши мумкин. Алоҳида мураккаб ҳолатлар эса психоаналитик анжуманларда муҳокама қилинади.

Шу нарсани курсатиб утиш зарурки, тушунишнинг олдинги турт босқичи герменевтика (тушунтириб бериш, таъбирлаш назарияси)га асосланган ва фақат кейинги иккита босқичгина умумий қонуниятлар ҳақидаги билимларга асосланади ва шунинг учун улар номотетик (қонунчилик саноати, ақлнинг қонун ва қоидалар урнатиш фаолияти) босқичлари ҳисобланади. Шундай қилиб,

психоаналитик тушуниш босқичлари психоанализни бошқа назариялардан ажратиб турадиган герменевтика ва мантиқнинг синтезини тасвирлайди.

Еттинчи босқич психоаналитик талқиндан иборат. Бу босқичда фақатгина пациент томонидан қаршилик факти тасдиқланиб, бундай реакциянинг тури ва сабаби курсатилгандан кейингина амалга ошади.

ТАЛҚИННИНГ ТУҒРИЛИГИНИ ТЕКШИРИШ

Талқиннинг туғрилигини текшириш, одатда, у ёки бу даражада мураккаб булади. Хусусан, пациентлар аналитикнинг талқинига ҳар хил муносабат билдирадilar. Куп ҳолларда пациентлар аналитикнинг талқинига рози буладилар, бироқ баъзан улар “Мен буни тан олмайман. Мен буни тушунмайман. Бунга ишонгим келмайди” ва ҳоказо деб жавоб берадилар. “Истак ва қаршилик” концепцияси психоаналитикка уз талқинини тан олиш учун пациентда ички қаршилик мавжуд, деб қарор қилишга ҳуқуқ беради. Бундай вазият эҳтимолини рад этмаган ҳолда, шуни ҳам таъкидлаш жоизки, аналитикнинг талқинини тан олмаган пациент куп ҳолларда ҳақ булиб чиқади. Шунинг учун ҳалол аналитик доимий қайта текшириш истиқболига олдиндан тайёр туриши керак.

Йорг Зоммер узининг “Тадқиқотнинг диалогик методлари” номли китобида талқиннинг туғрилигини текширишнинг қуйидаги мезонларини курсатиб утади:

1. Талқиннинг ички мантиқий боғланганлигини англатадиган когерантлик мезони.

2. Талқиннинг амалий тасдиғи мезони ёки ундан пациентни даволашда фойдаланиш имконияти.

3. Талқинни диалогик текшириш мезони, яъни пациент ва аналитик томонидан бир хилда тан олиниши.

Санаб ўтилганлардан ташқари психоанализнинг руҳий хасталикларни даволаш методи сифатидаги тараққиёти жараёнида ишлаб чиқилган талқиннинг туғрилигини текширишнинг асосий принципи ҳам мавжуд. *Агар терапевт томонидан берилган талқин пациентнинг аҳволида (кучириш, туш куриш, жисмоний ҳолати, шахслараро муносабат-*

лар ва ҳоказо доирасида) ижобий узгаришга сабаб булса, унда бундай талқин тўғри деб қабул қилинади.

Экскурс: психоанализ ва хулқий терапиянинг тажриба, экстремал ва аралаш шакллари.

ҚИЁСИЙ ТАҲЛИЛ

Психоаналитик суҳбат ва хулқий терапияларни психоаналитик билимларга герменевт ва табиий илмий ёндашувлар мисолида қиёсан таҳлил қилиш фойдадан ҳоли булмайти.

1-жадвал

Ҳақиқий психоанализ

1. Фақат фантазиялар ва уларнинг яширин мазмуни билан шуғуллангани герменевт психоанализ.
2. Назарий конструкциялар эътиборга олинган психоаналитик психотерапия сифатидаги психоанализ.
3. Фақат назариягина ҳисобга олиб қолинмасдан, эришилган натижаларни эмпирик қайта текширишга уриниб куриладиган психоаналитик психотерапия сифатидаги психоанализ.
4. Узаро бир-бирини тулдириш ва ҳамкорликка асосланган психоанализ ва хулқий терапиянинг аралаш шакли.
5. Когнитив (субъект хулқида билимнинг ҳал қилувчи роли) йуналишга эга булган, истак ва реакция оралигида кечадиган “ментал жараёнлар” (психоаналитик “фантазия ва символлар” аналогиси) мавжудлигини тан оладиган хулқий терапия.
6. Уз диққатини фақат симптомларга қаратиб, даволаш натижаларини эмпирик қайта текшириш зарурий шарт ҳисобланган онгсиз зиддиятларнинг моҳиятини аниқлаш билан шуғулланмайдиган хулқий терапия. Терапиянинг бу тури учун урганиш назарияси назарий асос булиб хизмат қилган.

ҲАҚИҚИЙ ХУЛҚИЙ ТЕРАПИЯ

Жадвалнинг биринчи банди натижаси пациентнинг тахминий психик образини тузишдан иборат булган, тушунишнинг 1,2,3 ва 4-босқичларини уз ичига оладиган герменевт психоанализга ажратилган. Бу босқичларда қулланиладиган методлар 5 ва 6-босқичларда амалга ошириладиган қатъий назарий ёндашувдан фарқ қилиб, юқори даражада интуитив хусусиятга эгадир.

Жадвалнинг 6-бандида ҳақиқий хулқий терапия курса-тилган, унинг назарий асоси урганиш назариясидир.

Герменевт психоанализ билан хулқий терапия орали-гида таркибида назарий билимлар ролининг ошиб бори-шига мос равишда терапиянинг турли утиш ва аралаш шакллари жойлашган.

Шу ерда қонуний бир савол пайдо булади. Психоана-лиз билан шуғулланыпман деган хаёлда уз амалиётида, хусусан, хулқий терапия методларини қуллаётган психо-аналитиклар онгсиз равишда терапиянинг айнан қайси туридан фойдаланишади? Бу масалага аниқлик киритиш қийин. Чунки терапевт метод танлаганда, бевосита куза-тиш мумкин булмаган яширин, ички жараёнлар ҳақида гап боради. Бошқача айтганда, ҳар бир психоаналитик юқоридаги таснифда курсатиб утилган терапия турлари-дан биронтасига озроқ ёки купрок даражада таянган холда узининг шахсий методидан фойдаланади.

ПСИХОАНАЛИТИК ТЕРАПИЯНИНГ БОШҚА ШАКЛЛАРИ

ПСИХОАНАЛИТИК ПСИХОТЕРАПИЯ

Психоаналитик психотерапияга нисбатан унинг ҳақи-қий психоанализга алоқаси доирасида иккита нуқтаи на-зар мавжуд:

а) психоаналитик психотерапия психоанализдан си-фат мазмунига кура фарқ қилади;

б) психоаналитик психотерапия психоанализдан миқ-дор мазмунига кура фарқ қилади.

Биринчи фикрга мувофиқ, психотерапияда аналитик билан пациентнинг фаол иштироки кузда тутиладиган психоанализдан фарқли улароқ, пациент учун даволанишга муҳтож бемор роли ажратилади.

Иккинчи нуқтаи назарга кура, психоаналитик психотерапия психоанализ назариясига таянувчи психотерапия доирасида мавжуд булган руҳий касалликларни даволаш методи сифатида психоанализдан сеансларнинг давомийлиги ва сони билан фарқ қилади. Терапевтик сеанслар психоаналитик сеансларга нисбатан сони ва кам давом этиши жиҳати билан фарқланади.

Ҳар иккала фикрни солиштириб шундай хулосага келиш мумкин: биринчидан, аналитик психотерапия пациентда намоён буладиган у ёки бу симптомларнинг онгсизлик мазмунини очишга купроқ эътибор бериб, классик психоанализга ушлаб кетади, иккинчидан, терапиянинг ушбу тури психоанализдан психоаналитик усуллар билан шахсни ёппасига тафтиш қилмаслиги билан фарқ қилади. Терапевт руҳий бузилишнинг пайдо булиши ва сурункали кечишида ҳал қилувчи аҳамиятга эга булган пациент психикасининг қирраларинигина текширади.

Аналитик психотерапияда белгилаб қуйилган касаллик сабаблари ва симптомларни бартараф қилишдан иборат аниқ мақсад — уни терапевтик метод сифатида расман тан олиниши сабабини изоҳлайди. Масалан, Германияда ҳар бир фуқаро бир йилда 80—160, баъзан 240—300 тагача бепул аналитик сеанс олиш ҳуқуқига эга. Даволанишнинг ушбу методи энг самарали метод сифатида куплаб мамлакатларда тан олинган.

Терапевт ва пациентнинг даволаш жараёнининг бошидаёқ белгилаб олинган аниқ мақсадларга йуналиш олишлари, шунингдек, эришилган натижаларни изчил равишда қайта текшириб бориш мақсадга мувофиқдир. Бу ҳолатда терапия жараёнини пациентнинг узи назорат қилади, чунки унинг аҳволи ва узини қандай ҳис қилаётганлиги утказилган даволаш курси самарадорлигининг ягона ўлчови ҳисобланади.

Психотерапевт ҳар доим пациентнинг яқин одамлари билан эҳтимол тутилган зиддиятлари ва бу зиддиятли муносабатларнинг оқибатларини фақат пациент нуқтаи на-

заридангина эмас, балки сеансда иштирок этмаётган иккинчи зиддиятли муносабат иштирокчиси нуқтаи назардан ҳам ҳисобга олишга ҳаракат қилади.

Бундан ташқари Меннингер ва Холзманлар тушуниш учбурчагидан фойдаланиш ҳисобига терапия самарадорлигини оширишни таклиф қилишган. Бунда терапевт долзарб зиддият, яъни пациентнинг ҳозирги муносабатларидаги мавжуд зиддиятни пациентнинг илк болалик муносабатларидаги зиддият билангина эмас, балки аниқланган кучириш билан ҳам таққослаши керак. Агар ҳамма феноменлар битта йуналишни курсатса, терапевтнинг вазифаси енгиллашади.

ҚИСҚА ПСИХОАНАЛИТИК ТЕРАПИЯ

Бу ерда терапевтик фаоллик даражаси оддий психоаналитик терапиядан, ҳатто психоанализнинг узидан ҳам юқоридир. Қисқа психоаналитик терапия диққатни пациентнинг қатор патоген зиддиятларига эмас, балки марказий зиддиятга жамлайди, фокуслаштиради (лат. Focus — диққат маркази). Шунинг учун бу терапияни куп ҳолларда фокусли (ёки концентрациялашган) терапия (Focal Therapy) деб аташади.

Қисқа терапия сеанслари 10–30 марта оралигида булади. Куриб чиқиляётган касаллик генезисида ҳал қилувчи аҳамиятга эга булмаган ва таҳлил жараёнида аниқланмаган зарарли зиддиятлар ҳисобга олинмайди.

Бундай ёндашув яхши урганилган, енгил шаклдаги, масалан, классик неврозлардан азият чекаётган беморларни даволашда қул келиши мумкин. Бироқ касаллик қанча мураккаблашиб борса, терапевтга нисбатан талаб ҳам унга пропорционал равишда ортиб боради ва мураккаб касалликни даволаш учун терапевт механиканинг асосий қонунига биноан қисқа вақт оралигида катта куч сарфлашига тўғри келади. Бошқача айтганда, даволашнинг жадаллиги қисқа психоаналитик терапиянинг зарурий шартидир.

Шу билан бирга, пациентнинг мавжуд зиддиятни тан олиш ва таҳлил қилишдан бош тортмасликка тайёрлиги алоҳида аҳамият касб этади. Бошқа томондан терапевтнинг пациент психикасини таҳлил қилиш ва яқин кела-

жакда ижобий узгаришларга эришиш учун амалий жиҳатдан зур бериш йуналиши пациентнинг шу жараёнга тайёрлигига монанд булиши керак. Юқоридаги шартларнинг барчаси бажарилган тақдирда қисқа терапиянинг самарадорлиги юқори булади, чунки узоқ давом этган "қаршилик" пациентнинг "даволаш альянсида" қатнашишга иштиёқини, шунингдек у ёки бу психоаналитик феноменларни талқин қилишда аналитикнинг тезкорлигини пасайтиради. Яна шу нарсани таъкидлаш жоизки, қисқа терапия маълум маънода таваккалчилик билан боғлиқ ва терапевт зиммасига сезиларли масъулият юклайди. Бундай таваккалчиликка аниқ ижобий натижани кафолатлайдиган ҳамма шартларнинг мавжудлигини сезгандан кейингина қарор қилиш мумкин. Шунинг учун қисқа терапиянинг кам қулланилишига ҳайрон қолмаса ҳам булади.

2-ва 3-жадваллар ҳар учала психотерапевтик методларнинг муҳим хусусиятларини акс эттиради.

2-жадвал

Психоанализ, психотерапия ва қисқа терапиянинг тушунчалари ва муҳим хусусиятлари

Фарқлар	Психоанализ	Психотерапия	Қисқа терапия
Тушунча	Психикани таҳлил қилиш	Психика терапияси	Психика қисқа терапияси. Марказий муаммони фокуси таҳлил қилиш
Методларнинг кенг маънодаги тушунчаси	Онгсиз жараёнларни тушунишнинг герменевт методи	Назария ва методлардан танлаб фойдаланиш	Назария ва методлардан фойдаланиш
Аналитик, терапевт ва пациент уртасидаги муносабат	Ҳар иккаласи ҳам психоаналитик жараёнга бутунлай берилади	Терапевт пациентни психоаналитик йул билан даволайди	Ҳар иккаласи ҳам фокус зиддиятга эътиборни қаратади
Методлар ва терапевт, аналитикнинг узаро муносабати	Аналитик метод	Терапевтик метод	Аналитик метод

Шаклий хусусиятлар Сеанс тартиби	Аналитик креслода, пациент кушеткада	Иккаласи ҳам креслода	Иккаласи ҳам креслода
Давомийлиги	4-ҳафта	1-3 ҳафта	1-ҳафта
Умумий давомийлиги	Узоқ йиллар / 3-5 /	Узоқ йиллар / 1-3 /	—
Сеанслар сони	300 ва ундан ортиқ	300 гача	Купи билан 30 тагача

3-жадвал

Психоанализ, психотерапия ва қисқа терапиянинг фарқ килувчи белгилари

Мазмуний хусусиятлари	Психоанализ	Психотерапия	Қисқа терапия
Асосий қондалардан фойдаланиш	Қатъий	Унчалик қатъий эмас	Танлаб ва фокус зиддият билан чекланган
Эркин ассоциациялар	Идеал	Унчалик идеал эмас	Фокус билан чекланган
Симптомлар	Умуман эътиборга олинмайди	Зиддият билан мустақкам алоқада урганилади	Худди психотерапиядагидек, асосий диққат бош симптомга қаратилади
Зиддиятлар	Ҳамма булиб утган, ҳал қилинмаган зиддиятлар ҳал қилиниши керак	Фақат патоген зиддиятлар ҳал қилинади	Фақат марказий зиддият ҳал қилинади
Кучириш неврози	Тула намоён қилинади	Қисман намоён қилинади	Муносабатларнинг фақат патоген намуналари

Қайта ишлашлар	Кучириш неврозини тизимли қайта ишлаш	Кучириш неврозини нотизимли қайта ишлаш	Муносабатлар намуналарининг патоген соҳасида концентрация- лашган ишланмалар
Умумий хусусиятлар	Психоанализ	Психотерапия	Қисқа терапия
Фантазиялар ва реалликнинг узро муносабати	Фантазиялар ва реаллик	Реаллик фантазиялари	Фантазиялар ва реаллик
Талқин ва ухшатишнинг узро муносабати	Фақат интерпретация	Талқин ва терапевт билан ухшатиш	Фокус зиддиятнинг мақсадли талқини ва терапевт билан ухшатиш
Мақсад	Касалликни даволашдан узоқ	Патоген зиддиятни бартараф этиш ёздамида касалликни даволаш	Фокус зиддиятни ҳал қилиш
	Ҳар қандай ёлгон тасаллиларсиз ҳақиқатни қидириш, уз- узини англаш	Қисман уз-узини англаш, зарарли ҳаракат сифатида ҳақиқатни қидириш	Зиддиятли соҳаларда уз- узини англаш ва ҳақиқатни қидириш
	Шахсни ялпи таҳлил қилиш	Патоген зиддият соҳасида шахсни қисман текшириш	Жуда чекланган текшириш
	Тула тушуниш	Қисман тушуниш	Фокус зиддият- ни тушуниш

ПСИХОАНАЛИЗНИ ҚўЛЛАШ

ТИББИЁТДА ПСИХОАНАЛИЗНИ ҚўЛЛАШ

Кенг мазмунда шифокор ва пациент уртасидаги муносабат муаммосини фақат аналитик амалиёт учунгина му-

ҳим деб булмайти, чунки маълум даражада бу муносабатлар стереотип ҳисобланади.

Ҳатто энг оддий тиббий амалиёт ҳам кучли намоён буладиган кучириш билан характерланади. Пациентлар ҳар доим шифокорни жуда содда, гул тарзда идрок қилишга мойил буладилар, унга нисбатан худди оила аъзоларига нисбатан булгандек муносабат билдиришади. Куп ҳолларда шифокор пациентнинг ягона энг яқин одамига айланади, шунда пациентлар шифокорни шубҳасиз унинг жавоб реакциясига сабаб буладиган стереотип муносабатларга тортишади. Бу вазият психоаналитик вазиятдан шуниси билан фарқ қиладики, аналитик уз реакциясини англайди, шифокор эса англамайди. Купгина касалликларнинг онгсиз мақсади эмоционал ёлғизликдан қочиш ва уз шахсий муаммоларига атрофдагиларнинг диққатини жалб қилишдан иборат булади. Бемор узининг бу мақсадига камдан-кам ҳолларда эришади, чунки шифокорлар аксарият пациентларнинг "бундай" боғлиниб қолишларига янада купроқ рецепт ёзиш ва бошқа мутахассисларга йулланма бериш билан жавоб берадилар. Баъзан ҳатто бемордан бутунлай воз кечиб қуя қолишади.

Баъзи ута фидойи шифокорлар узларига беморнинг отаси ёки онаси ролини олиб, узок йиллар унга ғамхурлик қиладилар. Бироқ, шифокорнинг беморга бундай муносабати ҳар доим юзаки булиб қолаверади, чунки шифокор беморга уз касбий малакаларини қуллаш объекти сифатида қарайди.

Тиббиётда тулиб-тошиб ётган замонавий техника воситалари даволаш жараёнидаги эмоционал иштирокни истисно қилмайди. Уз-узидан тушунарлики, бемор шифокорнинг "бегона" одам эканлигини ва уни уз муаммосига яқинлаштириш учун узи ҳаракат қилиши лозимлигини тушуниши керак. Шифокорнинг бурчи эса, пациент учун зарур вақтни топиш ва айнан қандай руҳий қийноқ қайси даражада соматик жараёнга таъсир қилаётганлигини аниқлашга уринишдан иборат булиши керак. Масалан, Германияда 1987 йил 1 октябрдан бошлаб даволаш жараёни самарадорлиги даражасини улчаш учун ягона (улчов)лар қабул қилинган. Булар ичидан қуйидагиларни алоҳида ажратиш мумкин:

— сурункали касалликларнинг кечишига таъсир курсадиган терапевтик тадбирларни режалаштириш ва муҳокама қилиш;

— беморда (масалан, жинсий соҳада) муаммолар мавжудлигида унинг жисмоний ва руҳий ҳолатини муҳокама қилиш;

— у ёки бу оғриқли психосоматик ҳолатнинг моҳиятини равшанлаштирадиган аниқ ташҳис қуйиш;

— даволани самарадорлигини ошириш мақсадида пациентлар билан мулоқотлардан самарали фойдаланиш (хусусан суҳбат орқали таъсир курсатиш).

Шифокор томонидан беморга нисбатан курсатилган эмоционал инсоний ғамхурлик беморни тузалишга булган имкониятини сезиларли даражада оширади. Куплаб мутахассислар худди шундай фикрда яқдилдирлар. Масалан, германиялик психоаналитик Балинт гуруҳларида ҳар бир шифокор бемор билан мулоқотида дуч келган муаммоларни касбдошлари билан муҳокама қилиш имкониятига эгадир. Бу нарса шифокорга узи билан бемор уртасида кечаётган онгсиз жараёнларни тасаввур қилиш имконини бериб, терапиянинг самарадорлигини оширади. Айнан ана шундай муҳокамалар туфайли шифокорлар узларининг касбларига нисбатан йўқотган қизиқишларини қайта тиклайдилар, беморлар эса бундай мутахассислар қабулида узларида унғайсизлик ҳис қилмайдилар. Шу тариқа шифокор фақат пациентга эмас, балки узига ҳам ёрдам беради.

Шифокорнинг бемордан жаҳли чиқиши керак эмас ва унга рецепт ёзишда давом этиши керак, узига эса шундай савол бериши керак: “Беморга нисбатан бу жаҳл қаердан келяпти? Нима учун бу муаммони бемор билан муҳокама қилиш керак эмас?” Бундай ташаббус албатта муайян мардликни талаб қилади. Фақатгина шифокор кабинетида эмас, балки оддий шароитларда /танишлар даврасида, ишда ва ҳоказо/ уз ҳиссиётларини муҳокама қилишга ҳар ким ҳам қодир эмас. Лекин бу ҳол ташаббус курсатиш имкониятини инкор ҳам қилмайди.

ПСИХОЛОГИЯДА ПСИХОАНАЛИЗНИ ҚУЛЛАШ

Умуман психология доирасида психоанализнинг назария ва методлари купроқ оилавий ва эр-хотин уртасидаги зиддият-

ларни ҳал қилиш, шунингдек касбий кризислар ва стрессларни бартараф қилиш билан боғлиқ булган психотерапия ва маслаҳат соҳасида қўлланилади. Бироқ психоаналитик методлардан фойдаланишнинг долзарблиги ортиб бормоқда, айниқса, уз ҳаётларининг мазмунсизлигини ҳис қилаётган ишсиз ёшларга ёрдам борасидаги роли беқиёсдир.

Психоанализни психологик амалиётда қўллаш самарадорлигининг зарурий шарти — тиббиётдаги каби психологни уз-узани таҳлил қилиш ва уз-узани англаш гуруҳларидаги иштирокига боғлиқ булган касбий лаёқатлилиги ҳисобланади, бундан ташқари клиник психологияда мутахассислар томонидан маслаҳат суҳбатларини назорат қилиш ва супервизия-тафтиш қилиш муҳим роль уйнайди. Баъзан психология факультетлари талабалари ишини кузата туриб, уларнинг уз пациентларига нисбатан касбий ва шахсий муносабатларини ажратишда қанчалик қийналаётганлигини куриш мумкин.

Бироқ шу нарсани таъкидлаш керакки, психологик амалиёт билан банд булган муассасалардаги мавжуд тартиблар куп ҳолларда психоаналитик методларни маслаҳат жараёнида эркин қўллаш имконини бермайди. Психоанализни психологик амалиётга "қуйидан", муассасанинг қаршилигига қарамасдан жорий қилиш уни буйруқ йули билан жорий этиш каби кам самара беради.

Ёш бир йигит билан ишлашда психоанализдан фойдаланишга қарор қилган психолог бош врач ёки раҳбариятнинг қаршилигига дуч келиши мумкин. Психоанализни "яширин" қўллаш эса маълум ҳаракат эркинлигини таъминласа ҳам, психологнинг обрўсига путур етказиши мумкин. Шунинг учун психоанализни психотерапияда муваффақиятли қўллаш учун фақат психолог билан пациентнинг тайёрлигигина эмас, шунингдек клиника раҳбариятининг розилиги ҳам зарур. Бундай муассасаларнинг уз иерархияси, уз стереотип ва қоидалари мавжуд. Бунақа пайтда реал имкониятлардан келиб чиққан ҳолда иш куриш мақсадга мувофиқдир.

Бу имкониятлар шунчалик озки, психоанализни қўллаш масаласи баъзан ҳатто кун тартибига қўйилмайди. Айрим муассасаларда психоанализни умуман ёқтиришмай-

ди. Узларининг салбий муносабатларини тинчлантириш лозим булган мижознинг яширин зиддиятларини очишни истамаслик билан изоҳлашади. Бу ёндошувни образли қилиб "яхшиси, ухлаётган итни уйғотмаган маъқул" кури-нишида ифодалаш мумкин.

ГУРУҲЛИ ТЕРАПИЯДА МЕТОД ВА НАЗАРИЯЛАР

Психоаналитик ва бошқа шаклдаги гуруҳли терапия буйича куплаб адабиётлар унинг назария ва методларини қисман куриб чиқиш имконини беради. Гуруҳ — бу албатта индивид эмас, лекин гуруҳ аъзоларига хос булган индивидуал ички зиддиятлар эртами-кечми, албатта, гуруҳ ичидаги узаро муносабатларда намоён булади. Гуруҳ қандай мақсадларни кузлашидан қатъи назар, унинг доирасида устунлик қиладиган зиддиятлар одатда онгсиз булади. Шу муносабат билан гуруҳни унинг социологик йуналиши, функциялари, тобелик муносабатлари, умумий қарор қабул қилиш усуллари ва ҳоказо буйича ташқи урганиш етарли булмайди. Психоаналитик истиқболда гуруҳнинг алоҳида аъзолари уртасида ва умуман гуруҳда кечадиган онгсиз жараёнлар тадқиқот предмети булиб хизмат қилади.

Онгсиз жараёнлар деганда биз ана шу жамоанинг ҳамма аъзоларига истисносиз тааллуқли булган онгсиз фантазияларни тушунамиз. Бундай жараёнларни психоаналитик жиҳатдан тадқиқ қилишнинг иккита усули мавжуд:

— *психоанализда пациентни урганиш каби гуруҳнинг алоҳида аъзосини урганиш. Бу ҳолда гуруҳ индивидни кенг куламада урганишига имкон берадиган умумий фон булади;*

— *гуруҳни индивид сифатида урганиш, бунда аналитик гуруҳга нотаниш одам сифатида қараб, уни урганиш жараёнини энгиллатиш имкониятига эга булади.*

Таассуфки, тилга олинган ҳар иккала усул ҳам бизни у ёки бу гуруҳга хос онгсиз жараёнлар ҳақида тула маълумот билан таъминлай олмайди, чунки гуруҳ тадқиқот учун фон булолмайди, бунинг устига гуруҳ мустақил мавжудот эмас. Зигмунд Генрих Фулкес бу вазиятдан чиқишнинг шундай йулини таклиф қилган: гуруҳни таҳлил қилиш

урганилаётган гуруҳ аъзосини таҳлил қилишни уз ичига олиши лозим.

Гуруҳни унинг алоҳида аъзоларидан ажратиб урганиш мантиқан туғри булмайти. Шундай қилиб, гуруҳ психоанализда индивиддан фарқ қиладиган узига хос алоҳида урганиш предмети ҳисобланади. Бундан ташқари гуруҳнинг уз психоаналитик қонуниятлари мавжуд булиб, уларнинг социологияга, яъни Курт Левиннинг майдон назариясига алоқаси йуқ.

ҚАТЛАМЛИ ВА ПРОЦЕССУАЛ МОДЕЛЛАР

Хилма-хил гуруҳли онгсиз жараёнларда йуналиш олиш учун бир қатор психоаналитик моделлар ишлаб чиқилган булиб, уларни "қатлам" ва "процессуал" моделларга ажратиш мумкин. Куплаб қатламли моделлар Зигмунд Фрейд томонидан таклиф қилинган топографик моделларга таянади. Гуруҳли жараёнлар босқичлари процессуал моделларда урганилади. Масалан, айрим тадқиқотчиларнинг фикрича, гуруҳли жараёнларнинг иккита асосий босқичи мавжуд: гуруҳ аъзоларининг тортиниши билан характерланадиган сеанс утказаетган терапевтга тобелик босқичи ва шахслараро муносабатлар намоён булиши билан бошланадиган мустақиллик босқичи. Мустақиллик босқичининг кескин куриниши ҳар қандай авторитет (у терапевт буладими ёки "катталарнинг" абстракт ҳокимияти буладими бундан қатъи назар), таъсирига тобеликдан нима қилиб булмасин қутилиш истаги булади. Яширин онгсиз гуруҳли зиддиятларни уз вақтида пайқаш ва амалий ҳал қилиш жамоа деструктивлиги кескин шаклларининг олдини олиш имконини беради.

Филип Слатер томонидан ишлаб чиқилган процессуал моделга кура, гуруҳли жараёнларнинг уч асосий босқичи фарқланади:

- биринчи босқич — гуруҳ раҳбарини илоҳийлаштириш;
- иккинчи босқич — гуруҳ раҳбари билан рақобатлашиш;
- учинчи босқич — янги гуруҳли муносабатлар урнатиш йули билан келишувга эришиш.

Слатер модели Уилфред Р. Байон томонидан таклиф қилинган гуруҳ мавжудлигининг уч шароити пиринципига

мос келади. Бу шароитлар онгсиз гуруҳли жараёнлар таъсирида шаклланади. Масалан, гуруҳ раҳбарига буйсунишни хоҳламаган ёки у билан курашишга мойил гуруҳ аъзолари узига ҳамфикрлар "қуйи гуруҳини" ташкил қилиб, унга онгсиз равишда бирлашадилар. Шу муносабат билан Дитер Занднер ва Петер Куттерлар процессуал моделларини ҳам эслатиб ўтиш керак. Бироқ шу нарсани албатта ҳисобга олиш зарурки, қайси моделга йуналиш олинганлигидан қатъи назар, психоанализда сабаби бир қарашда бир лаҳзаликдек туюладиган, кўриниб турувчи хулқ ортига яширинган муносабатларнинг сексуал ва агрессив стереотиплари аҳамияти таъкидланади.

Қатлам моделлари гуруҳли жараёнларни бир вақтда мавжуд буладиган бир неча даражаларга (қатламларга) булади, улардан биринчиси — шахслараро ёки гуруҳ динамик қатлами уз ичига оддий, умум томонидан қабул қилинган, гуруҳли сеанс аъзолари уртасидаги анча юзаки муносабатларни олади. Бир қават пастда жойлашган иккинчи даража ёки қатламда эдип комплекси билан боғлиқ зиддиятлар устунлик қиладиган онгсиз жараёнлар кечади. Янада чуқурроқ, учинчи даражада бола билан она уртасидаги илк муносабатлар учун хос булган хронологик жиҳатдан эдип зиддиятларидан олдин келадиган нарцистик зиддиятларнинг қайта жонланиши амалга ошади. Гуруҳ динамикасида санаб ўтилган муносабатлар стереотипларидан қайси бири устунлик қилишига қараб гуруҳлар ҳам ажратилади. Буни билган купгина терапевтлар бир хил таркибли қатнашчилар гуруҳини туплашга ҳаракат қилишади.

Бироқ шу муносабат билан энг қулай танлаш "олтин урталик" ҳисобланади. Ҳаддан ташқари гомоген (бир хил) ёки гетероген (турли-туман) гуруҳлардаги терапевтик жараёнларнинг кечиши узининг самарадорлиги жиҳатидан "ўртача" гуруҳлардан паст туради.

ГУРУҲЛИ ТЕРАПИЯНИ ҚУЛЛАШГА ДОИР КЎРСАТМА

Терапиянинг бу турини қандайдир гуруҳда етилган зиддиятни бартараф қилиш талаб қилинганда қўллаш мақсадга мувофиқдир. Гуруҳли терапия вазиятида бу зид-

диятларнинг шак-шубҳасиз реактивацияси зиддиятнинг гуруҳ аъзолари томонидан англаниши ва ижобий узгаришларга келиш учун шароит яратади.

Шу билан бирга гуруҳ жараёнларида ижобий узгаришлар табиати буйича бошқа фикрлар ҳам мавжуд. Хусусан Лондон аналитиклар уюшмаси ходимлари бу терапиянинг ижобий натижалари болаликдан бошланадиган зиддиятларнинг қайта жонланиши ва қайта ишланишига эмас, балки гуруҳ аъзолари ва асосан унинг раҳбарларининг янги, самимий муносабатлар имкониятларини қидириб топишга тайёрликларига боғлиқ деб ҳисоблашади.

Бу фикр билан келишиш қийин, чунки психоанализ назариясига кура, агар аналитик жараён давомида муносабатлар онгсиз стереотиплари реактивацияси ва англаниши амалга ошмаса, ҳеч қандай ижобий узгаришлар булмайди. Шунинг учун даставвал болалик ёки бутунлай ўтмишдаги фожиали муносабатларнинг гуруҳ вазиятида қайта жонланишининг психоаналитик аҳамиятини рад қилиш учун жиддий асослар йўқ. Фақат қайта тикланган онгсиз зиддиятларни ҳал қилгандан кейингина гуруҳ долзарб зиддиятларни ҳал қилишга киришиши мумкин.

ОИЛАВИЙ ТЕРАПИЯДА НАЗАРИЯ ВА МЕТОДЛАР

Психоаналитик оила терапияси умуман мавжуд эмас дейиш учун айрим асослар бор.

Психоанализ пайдо бўлган вақтдан буён ушбу соҳа мутахассислари фақат индивид психикасига эмас, шу билан бирга сунъий ва табиий гуруҳларда кечадиган жараёнларга ҳам катта эътибор беришган. Табиий гуруҳнинг энг ёрқин ифодаси оила ҳисобланади. Жон Карл Флюгелнинг 1921 йилда чоп этилган "Оилани психоаналитик тадқиқ қилиш" номли китобида ёзилишича, тадқиқот предмети сифатида биринчи марта уз фантазиялари билан бир-бирларидан ажралиб қолган болалар ва ота-оналар эмас, тулигича оила хизмат қилади.

Бироқ классик психоанализнинг оилага қизиқишининг ҳозирги шакли ҳақиқий психоанализдан катта фарқ қилади.

Сунгги вақтларда куплаб оила терапевтларининг "Оилавий терапия тараққиёт жараёнида психоанализдан ҳам

методологик жиҳатдан узоқлашди" деган фактни тан олишга мойилликлари тасодифий эмас.

Оила терапияси буйича замонавий адабиётларни кўриб чиқиб, бу фикрнинг туғрилигига ишонч ҳосил қилиш мумкин. Кучириш ва қарши кучириш психологик аналитик концепциялари оила терапиясида аллақачон Грегори Бейтсон ва Паоло Альто гуруҳи гипотезалари, шунингдек коммуникацион назария ва тизимлар назарияси тушунчалари билан алмаштирилган. Шу муносабат билан у ёки бу оиланинг замонавий муносабатлардаги реал муаммолари факти, оила терапиясида, терапевт томонидан унинг аъзоларини ўзларининг қарама-қаршилик ресурсларини сарф қилиб юборишга имкон берадиган очиқ суҳбатга рағбатлангирса ҳам, ирреал ва онгсиз зиддиятларни кейинги уринларга суриб қўйди. Шунини айтиш керакки, оила терапиясининг "одиллик принципи" ёки "хизматларни компенсация қилиш" каби тушунчалари психоанализдан узоқ тушунчалардир. Ҳақиқатан ҳам, аналитикнинг бутун диққатни фақат оилага қаратиши қандайдир беъмани булиб туюлади. Оилавий алоқаларнинг ижтимоий ва инсоний аҳамиятини рад этмаган ҳолда шунини курсатиб ўтиш керакки, терапевт баъзан психоанализ буйича айнан бартараф қилиниши лозим бўлган шахслараро муносабат қирраларини оила терапиясида рағбатлантиради. Масалан, оилавий муносабатларни терапевтик гуруҳ аъзоларига проекция қилиш, кучиришни туғридан-туғри патологик ҳодиса деб баҳолаш мумкин. Регрессия терапевтик усул сифатида тараққиётга хизмат қилса ҳам, ҳар қалай терапиянинг вазифаси муносабатларнинг илк стереотипларини мустаҳкамлаш эмас, балки янги, имкони борича нопатологик муносабатларни ривожлантириш булиши керак.

Ҳар қандай амалиётчи психоаналитик уз ишида пациентнинг оилавий муаммолари билан тўқнашади. Баъзан терапия доирасини кенгайтириш ва унга таҳлил қилинаётган шахснинг қариндошларини қўшиш зарурияти пайдо бўлади. Шунга ўхшаш фаолиятга қўл урган аналитик оила терапияси билан шуғуллана бошлайди. Бироқ, аналитик одатда оила терапиясига хос бўлган "симптомларни ёзиб бериш" ёки "парадоксал интервенция" каби усуллардан фойдаланмайди.

"Симптомларни ёзиб бериш, тайинлаш, белгилаш" ва "парадоксал интервенция" тушунчалари одамга қандайдир узи учун нохуш булган, узи хоҳламаган нарсани қушиб, белгилаб қуйиладиган вазиятни ифодалайди. Бу усул терапиянинг мақсадига оддий психотерапевтик усуллар билан эришиш мумкин булмаганда қулланилади.

Бироқ пациент ва унинг қариндошларида купроқ ёки озроқ даражада намоён буладиган қаршиликни бартараф қилиш учун аналитикнинг узоқ сабр қилишига тўғри келади.

Баъзан замонавий оила терапиясига айнан сабр-тоқат етишмаётганга ухшайди. Психоанализнинг асосий қоидасига кириб қолган бирон-бир натижага эришиш учун анча узоқ кутиш зарурати оила терапевтларига хуш келмайди. Аксарият оила терапевтлари содир булаётган ҳодисани шоша-пиша баҳолашга мойил булишади. Оила терапияси доирасида турли оилалар табиатини образли тасвирлайдиган тушунчалар яратилади. Хавотир ва невротик атмосфера билан ифодаланадиган оилалар "санаторий", параноидал ҳолатга яқин атмосферали оилалар "цитадел", истерик белгилар намоён булувчи оилалар эса "театр" тушунчалари билан аталади. Бироқ онгсиз фантазияларнинг чуқур мазмунини очиш ва пайқаш оила терапиясида ажратилганига нисбатан купроқ вақт талаб қилади.

Оила аъзолари, биринчи навбатда, инсон ва инсон сифатида "тизим элементлари" тушунчасига тенглаштирилишлари мумкин эмас. Бундан ташқари оила терапиясида қулланиладиган методлар ҳаддан ташқари директив ҳисобланади, терапевтнинг хулосаси камдан-кам шубҳа остига олинади.

Айрим тест методлари, масалан, "Уз оила аъзоларингнинг ҳайвонлар курунишидаги расмини чиз" деб аталувчи тест болалар учун муҳалланган булиб, яширин оилавий зиддиятларни очиш имконини беради, бу зиддиятлар гуруҳли терапияда аниқланадиган зиддиятларга жуда ҳам ухшаб кетади.

Шунинг учун истиқболда оила терапияси ва консультацияси учун қуллаш мумкин булган психоаналитик методлар қаторига гуруҳли терапияда қулланиладиган учта методни, гуруҳ сузини оила сузи билан алмаштириш шарти билан қушиш мумкин. Унда бу ёндашувлар қуйидаги курунишга эга булади:

— индивидни оиладан ташқарида урганиш;

— оилани индивид сифатида урганиш

— оила ва индивидни биргаликда урганиш

Учинчи ёндашув алоҳида индивид ва оила аъзоларида намоён буладиган истак ва қаршилик, кучириш ва қарши кучириш феноменларини уз вақтида пайқашни таъминлади. Индивидни таҳлил қилишдан қолишмайдиган ва гушунининг етти босқичини уз ичига оладиган оилани изчил ва сабр-тоқат билан урганиш оилавий онгсиз жараёнлар табиатини очиб бериш имконини беради.

АМАЛИЁТ ТАЖРИБАСИДАН

Академик уз оиласидан бегоналашиш ҳиссидан шикоят қилади. У жуда банд одам булиб, хотини ва болаларига вақти етмас эди. Ишдан чарчаб келиб, у оиласидан "нажот" қидирган ва ҳар доим ҳафсаласи пир булган. Аналитик жараёнга хотини ва болаларини қушиш психоаналитикка қушимча маълумот берди. Хусусан, маълум булишича, бунчалик банд одамнинг хотини ва болалари узларини тақдир ҳукмига ташлаб қуйилган деб ҳис қилишган. Шунинг учун улар узига хос оилавий "кичик гуруҳ" ташкил қилиб, мустақил тарзда уз ғамлари ҳақида узлари қайғуришга қарор қилишган. Муаммони бундай ҳал қилиш уларда невротик симптомларни келтириб чиқарган: хотин билан мигрен ва депрессиялардан азият чеккан, иккита усмир фарзанд тенгдошларига қушилмасликка ҳаракат қила бошлаган.

Ушбу ҳолатда даволаш жараёнида эр-хотинни алоҳида ва биргаликда сеанс олиб борилганлиги учунгина ижобий натижага эришиш мумкин булмаган. Ижобий узгаришларнинг муҳим қуроли марказий фигура — отани индивидуал психоанализ қилиш булди. Муваффақият яна шу билан изоҳландики, сеансларни амалга оширган аналитик оила терапиясига йуналиш олмаган, балки вазифаси онгсиз жараёнларни англашдан иборат булган психоанализ билан шуғулланган.

ПСИХОЛОГИЯДА ШАХС ТИПОЛОГИЯЛАРИ ПАВЛОВ ВА ГИППОКРАТ ПСИХОФИЗИОЛОГИК ТИПОЛОГИЯСИ

Павлов узининг марказий нерв тизимининг ҳулқиниш динамик хусусиятларига таъсири туғрисидаги назариясига

асосан тизимнинг уч асосий хусусиятини — қўзғалиш ва гормозланиш жараёнларининг кучи, мувозанатлилиги, ҳаракатчанлиги ва олий нерв фаолиятининг туртта тип куринишидаги шу уч хусусиятнинг учта бирикмасини аниқлади:

1. Кучли, мувозанатли, ҳаракатчан.
2. Кучли, мувозанатли, мурт.
3. Кучли, мувозанатсиз.
4. Кучсиз.

Бу туртта тип Гиппократ аниқлаган темперамент типларига мос келади.

1. *Сангвиник* — юқори фаоллик, серғайратлик, ҳаракатларнинг жонлилиги ва бир нарсани англатувчи ҳаракатлар ва мимикага бойлиги. Дилкаш, бир машғулоти бошқасига осон алмаштиради. Муаммоли вазиятларга адекват ва фаол муносабат билдиради, одатда, яхши уқийди. Ноқулай шароит ва тарбиянинг йўқлигида сангвиникда ҳовлиқмалик, юзакилик, муомаласида енгилтаклик, илтифотсизлик шаклланиши мумкин.

2. *Флегматик* хотиржамлик ва босиқлик билан ҳаракатланади. Одатда у сусткаш ва мулоҳазали. Мимика ва ҳаракатлари суст ва маъносиз. Иш олдидан узоқ иккиланади, лекин тоқатли ва изчил.

3. *Холерик* — фаол, серғайрат, илдам, шиддатли, кескин, тийиқсиз. Одатда, кайфияти тез узгаради, жиззаки, эмоционал портлашга мойил, баъзан агрессив булади.

4. *Меланхолик* — психологик фаолликнинг паст даражаси, ҳаракатларининг сустлиги, нутқнинг сиполиги ва тез толиқиш. Меланхоликни юқори эмоционал фаоллик, кучсиз намоён бўлувчи эмоцияларининг чуқур ва мустаҳкамлиги ажратиб туради. Одамовилик, гап кутаролмаслик хусусиятлари ривожланиши мумкин.

Фаолият жараёнида кўпроқ характер акцентуацияси бор одамлар билан ишлашга тўғри келади. *Характер акцентуацияси — норманинг психопат билан чегарадош вариантини билдирувчи характер айрим сифат ва сифатлар тупламининг ҳаддан ташқари кучли намоён бўлишидир. Характер акцентуацияси психопатлардан уларга хос бўлган учта белгининг бир вақтда намоён бўлмаслиги билан фарқланади. Бу белгилар: Вақт мобайнида характернинг барқарорлиги ҳамма*

вазиятларда ённасига намоён булиши ва ижтимоий деми адаптация (куниколмаслик). Характер акцентуациясида одам психопатга ушлаб психик жароҳат етказадиган ҳамма таъсирдан ҳам ранжийвермайди, балки айрим “нозик ерига тегиб кетадиганларига” жавоб бериб, бошқаларига эътиборсиз қолади. Характер акцентуациясининг очиқ ва яширин (латент) шакллари мавжуд булиб, оила тарбияси хусусиятлари, ижтимоий муҳит, касбий фаолият, жисмоний сало матлик каби муҳим рол уйновчи омиллар таъсирида осонгина бир-бирига утиб туриши мумкин. Характер акцентуацияси усмирлик даврида шаклланиб, вақт утиши билан силлиқланиб, компенсация қилинади. Фақат характернинг “буш буғинига” узоқ вақт таъсир қилувчи мураккаб психоген вазиятларда уткир аффектив реакциялар, неврозлар, ҳатто психопатик тараққиёт шаклланиши мумкин.

Характер акцентуацияси мос равишда психопатик бузилиш турлари билан чегарадош булганлиги учун, унинг типологияси психиатрияда атрофлича ишлаб чиқилган психопатлар таснифига асосланади, бироқ бу тасниф айни пайтда психик соғлом одам характери хусусиятларини ҳам акс эттиради. Турли таснифлар асосида характер акцентуациясининг қуйидаги асосий типлари ажратилган:

1. Циклоид — яхши ва ёмон кайфият босқичларининг турли пайтларда алмашиб туриши.

2. Гипертим — доимий кутаринки кайфият, бир йула бир неча ишга ёпишиш хусусияти ва фаолият чанқоқлиги билан бирга келадиган юқори психик фаоллик, бошланган ишни охирига етказмаслик.

3. Лабил — вазиятга қараб кайфиятнинг кескин узгариши.

4. Астеник — тез толиқиш, жаҳлдорлик, депрессия ва ипохондрияга мойиллик (депрессия — руҳий сиқилиш, ипохондрия — ваҳима).

5. Сензетив — юқори таъсирчанлик, ҳадиксираш, шахсини гулақонли эмаслик ҳиссининг кучайганлиги.

6. Психостеник — юқори хавотирлилик, бадгумонлик, журъатсизлик, доимий шубҳа ва мулоҳаза, уз-узини таҳлил қилишга мойиллик, ритуал ҳаракатлар ва обсессия (иримчилик) хусусиятлари.

7. Шизонд — бошқалардан ажралиш, яккаланиш, интроверсия, ҳамдардликнинг йуқлиги ва эмоционал му

носабатлар урнатишнинг қийинчилигида намоён буладиган эмоционал совуқлик, мулоқот жараёнида интуициянинг етишмаслиги.

8. Эпилептоид — (баъзан шафқагсизлик элементлари билан) газабдан қутуриш ва қаҳр хуружи куриниши тарзида намоён буладиган агрессиянинг тупланиши билан даргазаб — ғамгин кайфиятга мойиллик, жанжалкашлик, тафаккурнинг эгилувчанлиги, ғоят даражада педантизм (утакетган расмиятчилик).

9. Тутилиб қолувчи (параноял) — юқори даражадаги шубҳаланувчанлик ва касаллик даражасидаги аразчилик, салбий аффектларнинг собитлиги, устунликка интилиш, бошқалар фикрларини қабул қилмаслик натижасида ута жанжалкашлик.

10. Намойишкор (истероид) — тан олинисга эҳтиёж қониқтирилмаганда «касал бўлиб олиш», манманлик, қалтис ишларга қўл уриш билиш ифодаланадиган, узига диққатни жалб қилиш учун фойдаланиладиган ёлғончилик, фантазёрлик ва муғамбирлик, субъект учун нохуш булган факт ва ҳодисаларни сиқиб чиқариш хусусияти.

11. Дистим — тушкун кайфиятнинг устунлиги, депрессияга мойиллик, ҳаётнинг ғамгин ва қайғули томонларига берилиш.

12. Беқарор — атрофдагиларнинг таъсирига енгил берилишга мойиллик, доим янги таассуротлар, давралар қидириш, кишилар билан осонгина юзаки муносабат урната олиш.

13. Конформ — бошқаларнинг фикрларига ҳаддан ташқари боғлиқлик ва буйсунувчанлик, танқидийлик ва ташаббускорликнинг етишмаслиги, консерватизмга мойиллик.

“Тоза” типлардан фарқли равишда характер акцентуациясининг аралаш шакллари кўпроқ учрайди. Масалан, бир вақтнинг узида бир неча тип хусусиятлари ривожланган оралиқ типлар, характернинг шаклланган структураси устига янги сифатлар қатлами тушиши куринишидаги, аниқ қонуниятлар асосида ҳосил буладиган амальгам типлар.

Ҳаётда кўпроқ норма ҳамда патология оралиғида турган одамлар билан ишлашга тўғри келади. Сир эмас, куплаб раҳбарлар, менежерлар, артистлар, рассомлар, ёзувчилар, олимлар у ёки бу психик оғишга мойил бўлишиб, узларининг хулқлари, ножуя қилиқлари ёки ҳаёт фаолиятлари-

нинг зид шакллари билан атрофдагиларни лол қолдиришган. Бундай одамлар руҳий соғломлик ва касаллик чегарасида туришади. Улар озодликда оддий одамлардан кескин фарқ қилишади, агар ихтиёрий ёки қонун йули билан руҳий касалликлар махсус муассасасига тушиб қолишса ҳам, улар бошқалардан кескин фарқ қилишади.

ПСИХОАНАЛИТИК ТИПОЛОГИЯ

Бу типологияда бешта асосий тип фарқланади:

Орал — бошқаларга кучли тобелик, бундай одамларнинг пассив майли очкузлик ёки ҳаддан ташқари саҳийлик каби сифатлар билан бирга келади.

Анал — асосий сифатлари тежамкорлик, қайсарлик, тартибни севиш.

Уретрал — шуҳратпарастлик, уятчанлик бирга қушилиб кетадиган рақобатчилик руҳи билан характерланади.

Фаллик — қатъийлик, узига ишонч ва собитқадамлик билан ифодаланади.

Генитал ёки мувозанатли.

ХЕЙМАНС — ЛЕ-СЕНН ТИПОЛОГИЯСИ

Бу типология буйича характер учта асосий таркибий қисмнинг ҳар хил миқдордаги тупламидан иборат.

1. Эмоционалик (Э+ ёки Э— куринишида белгиланади).

Гап айна вазият одамда қандай осонлик билан эмоционал ҳолат (эмоция ёки ҳиссиёт) уйғота олиши ҳақида бормоқда.

Айрим одамларда ҳар куни булиб турадиган ҳодисалар (ташвиш, муваффақиятсизлик, хатолар ёки аксинча, яхши янгиликлар, тақдирланишлар, муваффақият ва ҳ.к) кучли эмоция уйғотади.

Бошқалар секинроқ, совуққонроқ муносабат билдиришади.

Совуққон одамларни ички эмоционал характерга эга бўлганлар билан аралаштириб бўлмайди. У ташқи намоён бўлмаслиги билан ҳам муҳимдир. Кузатувчан одам уни айрим белгиларига (юзнинг қизариши, оқариши, индамаслик, титраш ва ҳ.к) қараб сезиши мумкин.

2. Фаоллик (Ф+ ёки Ф- куринишида белгиланади).

Фаоллик — бу ҳаракатга, режа ёки фикрни амалга оширишга эҳтиёждир.

Баъзи одамлар бекорчиликка тоқат қила олмайдилар. Уларга нима биландир машғул булиш ёқади. Улар тез қарор қабул қиладилар, қийинчиликдан қурқмайдилар, уларни тушкунликка тушириш қийин. Улар ҳақида “эшикдан ҳайдасанг, тешикдан киради” деб гапирадилар. Лекин ҳаракат қилишдан олдин узоқ уйлайдиган, ҳатто ҳаракат уларнинг кучини қирқиб қуядиган инсонлар ҳам бор. Улар вазиятни ҳал қилишдан кура уни уйлашга куп вақт сарфлайдилар. Лекин бу шундай одамлар албатта дангаса булишади, дегани эмас.

3. Бирламчилик ва иккиламчилик (Б ва И курунишида белгиланади.)

Бизнинг қарашларимиз, ҳиссиёт ва мақсадларимиз бизга узоқ ёки қисқа муддатли таъсир утказади. Баъзи одамлар узоқ вақт бошдан кечирганларининг таъсирида юрадилар, улар худди аккумуляторга ухшайдилар: зарядга туйиб оладилару, лекин уни секин сарфлайдилар. Улар, масалан, узларини ғазабга солган вазият таассуротини узоқ унута олмайдилар. Хафа қилган одамни узоқ вақтгача унутмайдилар, қадрли нарсани йуқотганда узоқ қайғурадилар, муваффақият ёки бахтли ҳодисани эслаганда тулқинланиб кетадилар.

Уларнинг кайфияти аксарият бир текисда булади. Уларни камдан-кам тушкун ёки кутаринки ҳолатда куриш мумкин. Улар камдан-кам аччиқланишади, лекин сабр косалари тулиб-тошганда ғазаблари даҳшатли булади. Улар уз одатлари, тамойилларига содиқ булишади. Улар камдан-кам узгаришади, уларга бирор фикрни уқтириш қийин. Улар алоҳида мақсадларга эришиш учун тер тукишлари мумкин. Улар сабр-тоқатли ва тиришқоқ бўлишади. Булар иккиламчи одамлардир.

Бошқа бир тоифа одамлар, аксинча, бошларидан кечирган ҳодисалар, уз ҳиссиётлари таъсирида узоқ вақт қолишмайди. Улар албатта ҳиссиётларини тукиб солишади. Улар бугунги кун билан яшашади, “иккиламчилар”дан фарқли равишда утмиш ёки келажакка берилишмайди. Шунинг учун улар янги шароитга осон мослашишади. Бундай одамлар “бирламчи” деб аталади. Агар улар мақ-

садга тез эришолмасликларини куришса, ундан осонгина воз кечиб кўя қолишади. Улар катта, лекин узоқ муддатли булмаган интилишга қобил. Тиришқоқ меҳнатга тоқатлари йуқ. Улар кутилмаган саргузаштларни яхши куришади, икир-чикирлардан ижирганишади.

Эмоционаллик (+ еки –), фаоллик (+ еки –), бирламчи ва иккиламчиликнинг гурли бирикмалари буйича характернинг саккиз асосий хусусиятини кўрсатиш мумкин.

1. Э + Ф — Б — Асабий.
2. Э + Ф — И — Сентиментал.
3. Э + Ф + Б — Жуда фаол, жушқин.
4. Э + Ф + И — Эҳтиросли.
5. Э — Ф + Б — Сангвиник.
6. Э — Ф + И — Флегматик.
7. Э — Ф — Б — Аморф ёки беғам.
8. Э — Ф — И — Апатик.

Булар албатта “тоза” типлар булиб, воқеликда камдан-кам учрайди. Лекин уларга мулжал қилиб, аралаш типларни осонгина тасаввур қилиш мумкин.

Э + Ф — Б — Асабий.

Кучли, тартибсиз эмоционаллик: асабий одам — “ҳозир”нинг қули. У доимий эмас, шафқатсизликка ва гумонсиришга мойил. Лекин у тез муросага келади.

Унинг ақли тийрак, лекин услубий эмас, импульсив, бир текис ва доимий булмаган фаоллик мавжуд.

Асабий одам таъсирчан, лекин эмоциялари уткинчи булади. У фақат мақсадлари зарурият билан мос келгандагина ишлай олади.

Кучли ва кўзгалувчан, у ҳар доим янги ва кучли туйғуларни қидиради. У уйда зерикади, шунинг учун уйдан ташқарида куплаб турли дустларга эҳтиёж сезади. У утмиш билан кам ҳисоблашади ва айни пайтда узига маъқул булган нарсани қилади ва гапирди. Шунинг учун у купроқ ёлғончиликка мойил. У ҳақиқатни ўзининг лаҳзалик кайфият ва истакларига буйсундиради.

Бадгумон, чунки бошқалар ҳам шундай деб ҳисоблайди. Узидан кунгли туқ, бошқалар ҳам шу тасаввурда булишини ёқтиради.

Унинг гуруҳга таъсири кучсиз. Иш жараёнида уни доимий бир қолипда ушлаб туриш керак, нимани қандай қилиш кераклигини курсатиб туриш керак, у билан туқнашишга боришдан қурқмаслик керак, чунки у осонгина мурасага келади. Бир маромдаги ишни ёқтирмайди.

Э + Ф — И — Сентиментал.

Сентиментал одам ҳам ҳиссиётга берилувчан, лекин асабий, уз таассуротларидан тез узоқлашса, сентиментал уз қувонч ва ташвишларини узоқ эслаб юради ва доим уларни қайта бошдан кечираверади.

Бу чуқур ҳаёлпараст ва доимий одамдир. У ёлғизликни ёқтиради, битта ёки иккита дуст билан кифояланади.

Сентименталнинг иккиламчилиги узи билан содир булаётган ва унга айтилаётган гапларни чуқур бошдан кечиришига, кунглига яқин олишига сабаб булади.

Кайфиятидаги узгаришлар секин, лекин чуқур. У вазиятни соғлом баҳолашга ҳаракат қилади. У утмишини яхши эслайди ва келажак ҳақида уйлайди. Уз одатларига содиқ, узгаришларни ёқтирмайди.

Сентименталнинг кучли эмоционаллиги ва айтилганларни ҳисобга олиб, у билан эҳтиёткор булиш керак. Қупол муомала унинг тундлашишига, ёрилмаслигига сабаб булади. Журъатсиз ва нуноқ, ҳадиксировчи ва нозикгаъб булганлигидан узига юмшоқ ва ҳайрихоҳ муносабатни талаб қилади. У билан суҳбат ва муомалада адолатли булиш керак. Ҳар доим у билан ҳисоблашаётганларини намоиш этиб туриш керак. Унинг одатлари ва ишқибозликларига қарши бормаслик керак.

Э + Ф + Б — Жушқин ва фаол.

Бирламчилиги туфайли бу характер катта куч, жасурлик, топқирлик ва тула эркинлик билан ажралиб туради. Унинг аффективлиги баъзан қутурган характерга эга булади.

У импульсив, ишқибоз одам, унинг мустақиллиги баъзан анархия билан аралашиб кетади.

У хизматга тайёр, бошқаларга ҳамдардлик билан муносабатда булади ва уз симпатияларини яширмайди. Очик кунгил, лекин узгарувчан, қувноқ ва ҳар доим яхши кайфиятда юради. Ёрқин, жамиятнинг жони, ҳаёлпараст, лекин баъзан қупол ҳам булади.

Уни тусиқлар қурқитолмайди, у уз тонқирлиги туфайли уларни айланиб ута олади. Мақтанчоқ, ҳамма нарсани бурттиришни яхши куради. Ишонувчан, инжиқ эмас, кек сақламайди.

У жамоа ишида бажонидил деб иштирок этади, нима буюришса шуни қилади. У ҳатто танбеҳда ҳам симпатия ҳис қилиши керак. Уни купчилик олдида койиб ва ерга уриб булмайди, узоқ эслаб юрмайдию, лекин уша пайтда қаттиқ ғазабланиб кетиши мумкин. У ишга гайрат билан киришиши мумкин, лекин доим унинг қизиқишини қуллаб туриш керак.

Бундай одамга унча муҳим булмаса ҳам, лекин дарров бажариладиган иш топшириш керак. Унинг фавқулодда яшовчанлигидан фойдаланиш керак, лекин унинг чалғиб кетишини ҳам унутмаслик керак.

Э + Ф + И — Эҳтиросли.

Бундай одамлар ишга бутун эҳтирослари билан бериладилар. Тартибни ёқтиришади. Реакциялари журъатсиз. Агар жушқинликлари тез-тез ва узоқ вақт тийиб турилмаган булса портламайди. Акс ҳолда улар адолатли ғазабларини курсатишади. Ақллари топқир ва ишончли. Муваффақиятларни тинч ва камтарона қабул қилишади, уз эътиқодларини алмаштиришни ёқтиришмайди. Бундай одамни тавсия этаётганда унинг нуқтаи назари раҳбариятаникига туғри келишини текшириб куриш керак. Акс ҳолда зиддият келиб чиқиши мумкин. Шунингдек иккита эҳтирослига бир хил ишни топшириб булмайди, улар келишолмасликлари аниқ.

Э — Ф + Б — Сангвиник.

Бу омилкор, ишбилармон тип. У осон ва тез мослашади. Гапга кунадиган ва оптимист, эпчил, корчалон. У оз қузғалади ва бирламчи, шунинг учун хотиржам ва журъатли. Унинг ақли кенг, умумлаштиришга мойил, лекин аниқликни, асослилик ва объективликни яхши куради. Унинг мулоҳазалари равшан ва ҳар қандай муаммо учун очиқ. Топширилган ишга катта масъулият билан ёндашади.

Э — Ф + И — Флегматик.

Бу характернинг энг муҳим белгиси совуққонлик ва унинг оқибатидаги ута вазминликдир.

Флегматикнинг саломлашиши виқорли, совуқ ва ҳиссиётлардан ҳоли. У уртоқлашишга мойил эмас, ёлғизликни маъқул куради.

Куп гапирмайди, суҳбатни асосий масалани ойдинлаштиришга буради. Баъзан илҳоми келса қупол ҳазил қилади.

У узига ва яқинларига содиқ. Жуда иложсиз қолганда ёлғон гапириши мумкин. Ишда тартибни яхши куради ва уни вазмин ва бир маромда бажаради. Покизаликни яхши куради, баъзан бу одат маняга, педантизмга айланиши мумкин. Узига фойдали булса жон-жаҳди билан ишлашдан кўрқмайди. Ақли имиллаб ишлайди, лекин ишончли, чунки бу имиллаш ҳодисанинг сабабини билиш истаги билан боғлиқ. Флегматикни фақат далиллар билан ишонтириш мумкин.

Ундан, яхшиси, ишни лойиҳалаш ва тайёрлаш босқичида фойдаланиш керак. Бу босқичда унинг ташкилотчилик қобилиятлари, вазмин ва мувозанатлилиги қўл келади.

Э — Ф — Б — Аморф.

Аморф — инерт, мурт. У буюрилганидан ортигини қилмайди. Ақли топқир эмас. У бугунги ишни эртага қолдиради. Унинг муомаласи оддий аниқликка ҳам эга эмас.

Э — Ф — И — Апатик.

Апатик қилаётган ишига бефарқ. У аниқ тартибни талаб қиладиган кундалик ишни қониқарли бажара олишга қобил.

Кайфияти ҳар доим бир текис, ёлғизликдан маълум даражада лаззатланади.

Бундай характерли шахслар хизматбарор эмас ва бошқаларга бефарқ.

Юқорида тасвирланган характерлар кам учрайди. Булар тоза типлар. Ҳақиқатда улар ҳар учала хусусиятнинг куп ёки озлигига қараб қушилиб кетади. Бундан ташқари маданий ва ахлоқий омиллар характернинг бу қирраларига шароит ва унинг талабларига қараб ё кучайтириб, ё худ сусайтириб таъсир курсатади.

ШЕЛДОННИНГ КОНСТИТУЦИОНАЛ ФАРҚЛАР ПСИХОЛОГИЯСИ

Шелдон темперамент фарқларини ажратиш учун тип эмас, компонентни асос қилиб олди. У 4000 нафар коллеж талабаларининг яланғоч ҳолда олдидан, ёнидан ва орқасидан олинган фотосуратларини урганиб чиқиб, ҳамма учун умумий булган учта вариантни ажратди.

Биринчиси умумий сферик шакл, юмшоқлик, жуда катта қорин, елка ва белда қалин ёғ қатлами, юмалоқ бош, катта ички органлар, шалвираган қўл ва оёқлар, тараққий этмаган суяк ва мускуллар билан ажралиб туради.

Иккинчиси учун кенг елка ва кўкрак қафаси, мускуллари яхши ривожланган қўл ва оёқлар, тери ости ёғининг минимал миқдори, оғир, салмоқли калла хосдир,

Учинчиси озғин одам, чўзиқ юзли, баланд пешона, ингичка қўл ва оёқлар, тор кўкрак қафаси ва қорин, тараққий этмаган мускуллар, тери ости ёғ қатламининг йўқлиги, яхши ривожланган нерв тизими билан ажралиб туради.

Шу белгилар асосида Шелдон гавда тузилишининг учта бирламчи компонентини ажратди ва уларни мос равишда: эндоморф, мезоморф ва эктоморф деб номлади. Биологияда ўша даврдаги тассавурларга кўра эндодермадан ички органлар, мезодермадан суяк, мускул, юрак, қон томирлари, эктодермадан соч, тирноқ рецептор аппарати, нерв тизими ва мия ривожланади, деб қаралган.

Шелдоннинг иккинчи янгилigi шу бўлдики, у алоҳида индивидда ҳар бир компонентни миқдорий баҳолаб чиқди. Бунинг учун у 7 балли баҳолаш шкаласини қўллади (1 абсолют минимум, 7 абсолют максимум ифодаланганлик тарзида). Шундай қилиб, ҳар бир индивид гавда тузилиши учта рақамдан иборат баҳода акс этди. Гавда тузилишини бундай баҳолаш тизими самототиплаштириш деб номланади. 3 рақамдан иборат айни одам гавда тузилиши компонентларининг намоён бўлиш даражаси одам самототиби деб аталади.

Масалан, 4—6—1 самототипли индивид ўртача даражада эндоморф, юқори даражада мезоморф ва эктоморфнинг бутунлай йўқлиги, тўла эндоморф 7—1—1 формуласи билан, тўла мезоморф 1—7—1, тўла эктоморф 1—1—7 формуласи билан ифодаланади.

Шелдон темперамент компонентларини аниқлаш учун шахс ёки унинг характерини аниқловчи 650 та сифатни ажратди. Мукамал таҳрирдан сўнг бу сон 50 тага қисқарди.

Шундан сўнг Шелдон 33 та одамни турли методикалар, суҳбат, анкеталар, сўровномалар, касбий фаолият таҳлили ва хулқини кузатиш, атрофдагилар билан ўзаро муносабатлари орқали ўрганди. 50 сифатдан ҳар бирини 7

балли тизимда ранг бўйича ҳисоблаб, ҳар бир индивидда унинг намоён бўлиш даражасини аниқлади.

Шелдон корреляция ёрдамида ҳамма сифатлар бўйича олинган баҳоларни солиштириб, ҳар бир гуруҳ ичида 0,6 ва ундан юқори корреляция ижобий коэффицентини тўплаган учта гуруҳни ажратди.

Ҳамма гуруҳлар бўйича сифатлар 22 тани ташкил қилди.

Шелдон аниқланган гуруҳлар "темпераментнинг бирламчи компонентларига" тўғри келади деб ҳисоблади ва ҳар бир гуруҳга **висцеротония, самототония, церебротония** деб ном берди (висцеротония — овқат ҳазм қилиш органларининг функционал устунлиги, самототония — ҳаракат аппаратининг функционал ва анатомик устунлиги, церебротония — олий нерв маркази фаолиятининг устунлиги).

1. Висцеротония	2. Соматотония	3. Церебротония
1. Ҳаракат ва гавдани тутишда шалвираган	1. Ҳаракат ва гавдани тутишда ўзига ишонч	1. Ҳаракат ва унинг услубларида сиполик, гавдани эркин тутмаслик
2. Маиший қулайликни яхши кўриш	2. Жисмоний машқлар ва саргузаштларни яхши кўриш	2. Ҳаддан ташқари физиологик реактивлик, ташқи таъсирга ҳозиржавоблик
3. Реакциянинг сусайганлиги, секинлашганлиги	3. Серғайратлик	3. Реакция тезлигининг ортганлиги
4. Овқатни яхши кўриш	4. Ҳаракатга эҳтиёж ва ундан лаззатланиш	4. Интимликка мойиллик
5. Овқатланиш эҳтиёжининг ижтимоийлашганлиги	5. Ҳукмронликка интилиш, ҳокимиятга чанқоқлик	5. Ҳаддан ташқари ақлий зуриқиш, диққат кучининг ортганлиги, хавотир
6. Овқат ҳазм қилишдан лаззатланиш	6. Таваккалчиликка мойиллик	6. Ҳиссиётни яшириш, эмоционал сиполик
7. Мулойим муомалани яхши кўриш	7. Ҳаракат услубининг қатъийлиги	7. Куз ва юз ҳаракатларининг нотинчлиги
8. Социофилия— кўпчилик билан бўлишга интилиш	8. Жангда жасурлик	8. Социофобия— ёлғизликни ёқтириш
9. Ҳамма билан хушмуомалалик	9. Мусобақада агрессивлик	9. Ижтимоий муносабатлар урнатишда қийналиш

1. Висцеротония	2. Соматотония	3. Церебротония
10. Мақтов ва маъқуллашга чанқоқлик	10. Психологик ҳис-туйғусизлик, эмоционал бағритошлик	10. Янги одатларга ўрганиш қийинчилиги, кучсиз автоматизм
11. Одамларга интилиш	11. Клаустрофобия—торликдан қўрқиш	11. Бировларнинг эътиборини йўқотишдан қўрқиш—агорафобия
12. Ҳиссиётлар намоён бўлишининг барқарорлиги	12. Раҳм-шафқатсизлик ва одобсизлик	12. Бошқа одамларнинг узига муносабатини олдиндан кура олмаслик
13. Сабр-тоқатлилик	13. Баланд овоз	Паст овоз, шовқин уйғотишдан қўрқиш
14. Беташвиш лаззатланиш	14. Оғриққа спартапча бепарволик	14. Оғриққа ҳаддан ташқари сезгирлик
15. Чуқур уйқу	15. Умумий тўполончилик, бақироқлик	15. Кам уйқу, сурункали толиқиш
16. Иродаси сузлик	16. Ташқи кўринишнинг қаримсиқлиги	16. Ташқи қисфа ва ҳаракат услубларининг успириларча жонлилиги
17. Мулоқот ва ҳиссиётни намоён қилишда енгилтаклик, висцеротонча экстроверсия	17. Муомалада экстроверсия, эмоция ва ҳиссиётларни яшириш, соматотоник экстроверсия	17. Церебротоник интроверсия
18. Мастлик ҳолатида дилкашлик ва юмшоқлик	18. Мастлик ҳолатида агрессивлик, қаттиқ туриш	18. Алкогол таъсирига чидамлилик
19. Оғир дамларда одамларга эҳтиёж	19. Оғир дамларда ҳаракатга интилиш	19. Оғир дамларда ёлғизликка интилиш
20. Болаликка ва ўзаро оилавий муносабатларга интилиш	20. Успириплик мақсадлари ва вазифаларига йўналиш	20. Ҳаётнинг кечроқ даврларига йўналиш

Шелдон шундан сўнг тўрт йил давомида янги сифатларни қидирди ва бошқа гуруҳ хусусиятлари билан юқори ижобий корреляция хусусиятларини текширди. Бу маълумотларга у дастлабки рўйхатдаги қандайдир сифатлар гуруҳи ёрқин намоён бўлган индивидларни тасвирлаш ва таҳлил қилиш орқали эришди.

Натижада ҳар бир гуруҳнинг сифатлар рўйхати 20 тага етказилди. Шундай қилиб, темпераментнинг ҳар бир

компоненти 20 та сифат билан аниқланди. Бунинг учун ҳар бир сифат 7 балли тизимда баҳоланди ва барча 20 та сифатнинг ўртача арифметик баҳоси шу компонентнинг намоён бўлиш даражасини англатади.

Ҳамма компонентлар (60 сифат) бўйича баҳоланган индивид ўз темпераменти индексини олди.

Тула висцеротоникнинг индекси 7—1—1, соматотоникники —1—7—1, церебротоникники 1—1—7 бўлди.

Ниҳоят, Шелдон соматотип билан темперамент ўртасидаги алоқани аниқлашга уриниб кўрди. Бунинг учун у беш йил давомида 200 та балоғатга етган эркакни тадқиқ қилиб, ҳар бир индивид учун самототип ва темперамент индексини аниқлади.

ОИЛАВИЙ ПСИХОТЕРАПИЯ ҚОИДАЛАРИ

1. Эр-хотинлик бахтини барбод қилишнинг энг қулай усули

Бир вақтлар Франция императори — буюк Наполеон Бонапартнинг жияни Наполеон III дунёдаги энг гўзал аёл, графиня Мария Евгения Игнасия Августина де Монтихони севиб қолди ва унга уйланди. Унинг маслаҳатчилари бу қиз ҳеч кимга маълум бўлмаган испан графининг қизи ҳолос деб уқтиришга уринишди. Наполеон бу гапларга "Хўш, нима бўпти? Мен ўзим севган ва ҳурмат қилган аёлни менга номаълум аёлдан устун кўрдим" деб жавоб берди.

Наполеон ва унинг хотинида ҳамма нарса: соғлиқ, бойлик, ҳокимият, шуҳрат, гўзаллик, ўзаро сидқидил муҳаббат бор эди. Гўёки уларнинг оиласидан кўра бахтли оила бўлмаслиги керак эди.

Минг афсуски, бу оиланинг бахти кўп ўтмасдан сўна бошлади. Наполеон Евгенияни ўз эрига нисбатан тирноқ орасидан кир қидириш одатидан маҳрум қила олмади.

Евгения шубҳалар гирдобига берилиб, рашк ўтида қоврилиб, Наполеонга ҳатто давлат ишлари билан шуғулланиши учун ҳам бир дақиқа ёлғиз қолишига имкон бермай қўйди. У ҳатто унинг кабинетига бостириб кириш, унинг музокараларини барбод қилиш, уни ҳақорат қилишгача бориб етди. Охир-оқибат Наполеон ярим тунда яхши дўсти

ни олиб, шаҳар кўчаларини ёлғизлик илинжида кезиш одатини чиқарди.

Граф Лев Толстой билан хотини дунёда энг бахтли яшашлари мумкин эди. Толстой бой-бадавлат, машҳур ёзувчи эди. Аста-секин у бойликдан нафратланиб, ўзи ёзган китобларидан уяла бошлади. У барча бойлигини деҳқонларга бўлиб берди, ёғоч косада овқатланиш, чипта ковуш кийиш, ўз хонасини ўзи йиғиштиришни одат қилди. Буларнинг ҳаммасига хотинининг бойликка ўчлиги, пул, зеб-зийнатни яхши кўриши сабаб бўлди. Хотини хатто Толстойнинг ҳар бир нашр қилинган китоби учун гоно-рар талаб қиларди, Толстой эса бундан нафратланарди.

Оқибат, Толстой 82 ёшида совуқ октябрнинг қорли тунда уйдан чиқиб кетди ва 11 кундан кейин кичкина темир йўл станциясида вафот этди. Унинг сўнги васияти хотинини ёнига қўймасликлари ҳақидаги илтимоси бўлди. Хотини ўз умрининг сўнгида, жон бераётиб, қизларига айтгани "Отангизнинг ўлимига мен сабабчи бўлдим" деган сўзлар эди.

АҚШ Президенти Авраам Линкольннинг хотини Мери Тодд бутун умр эрини эговлаб келди. Унга эрининг ҳали юриши, ҳали ўтириши, ҳали қулоғи, тиззасининг эгилиши ва ҳоказолари ёқмас эди. Унинг шаллақилиги бутун кварталга аён эди. Унинг айрим ақлсизликлари ҳатто ҳозир ҳам одамларни ҳайратга солади.

Эҳтимол ўқувчилар Наполеон, Толстой, Линкольн хотинларининг тирноқ орасидан кир қидиришларига ўзлари сабабчи бўлган бўлса керак, дейишлари мумкин. Бўлиши мумкин. Лекин уларнинг мана шу ҳаракатлари оила бахтини мустаҳкамлашга хизмат қилдими ёки уни янада ёмонлаштирдими?

Бирининг тунда қочишни одат қилишига, бирига қариганда уйдан кетишига, бирини ойлаб уйга қайтмаслик баҳонасини қидиришга мажбур қилди.

Демак, агар оилавий бахтингизни тезроқ, оз-оздан барбод қилмоқчи бўлсангиз, эрингизнинг тирноғи остидан кир қидиринг ёки, аксинча, оилавий бахтингизни сақлаб қолмоқчи бўлсангиз, тирноқ остидан кир қидирманг. Шубҳа қилманг.

2. Свинг ва бошқанинг ҳам яшашига имкон беринг

Дизраели айтган экан: "Эҳтимол, мен ҳаётимда кўп ҳа-тога йўл қўйишим мумкин, лекин мен ҳеч қачон севиб турмуш қурмайман".

У шундай ҳам қилган, 35 ёшида ўзидан 15 ёш катта бева аёлга уйланган. У бу аёлга фақат бойлиги учунгина уйланган. Бир қараганда бу нарса қандайдир бачканалик-дек туюлади, лекин уларнинг 30 йиллик биргаликдаги ҳаётида бу аёл фақат эри учун яшади. У ҳатто бойлигининг ҳам эрига қулайлик яратишга ёрдам бераётганлиги учун қадрларди.

Бу аёлнинг на илмда, на уй тутишда уқуви бор эди, лекин у эри билан муомала қилишда даҳо эди. У 30 йил давомида фақат эрини мақташ, уни кўкларга кўтаришдан чарчамади.

Дизраели ҳаётидаги энг қимматбаҳо нарса хотини эканлигини яширмасди. Мери Энн дўстларига ҳар доим "эримнинг ғамхўрлиги туфайли менинг ҳаётим тўла бахтдан иборат" деб кўп қайтарарди. Баъзан Дизраели хотинига "Биласанми, барибир мен сенга бойлигинг учун уйланганман" деб ҳазиллашарди. Шунда хотини жилмайиб: "Биламан. Лекин яна менга уйланишингга тўғри келса, энди севиб уйланардинг, шундай эмасми?" деб жавоб берарди.

Генри Джеймс таъкидлайди: "Бошқа одамлар билан ўзаро муносабатда шуни унутмаслик керакки, уларнинг ўзлари хоҳлагандек бахтли бўлишига халақит қилмаслик керак".

Ёки "Никоҳнинг муваффақияти бу лойиқ одам топишдагина эмас, бу ўзининг ҳам шундай одам бўлишга қобилигингда".

Демак, оилавий ҳаётингизда бахтли бўлмоқчи бўлсангиз, ўз турмуш ўртоғингизни ўзгартиришга ҳаракат қилманг.

3. Таиқид қилманг

Дизраелининг ижтимоий фаолиятдаги энг зўр рақиби Гладстон эди.

Бу иккала рақибнинг ҳаётда битта ўхшашлик томони бор эди. Иккаласи ҳам оилавий ҳаётда ниҳоятда бахтли эди. Гладстон хотини билан 59 йил бирга яшади ва 59 йил бахтли умр кечирди. Бунинг сабаби у ҳеч қачон уйдаги-

ларни танқид қилмас эди. Агар у эрталаб ошхонага кириб, ҳамманинг ухлаб ётганлиги, нонушта тайёр эмаслигини кўрса, овозини баландлатиб, Англиядаги энг банд одам пастда ўз нонуштасини кутаётганлигини ашула қилиб айтар эди. Одамларга илтифотли ва меҳрибон бўлган бу инсон оила даврасида танқиддан ўзини тиярди.

Екатерина, агар унга ошпаз куйиб кетган гушт берса ҳам, иштаҳа билан овқатланиб, ошпазга миннатдорчилик билдирар экан.

АҚШда У.Ливингстон Ларнеднинг "Отанинг тавбаси" ҳикояси доимий нашр қилиниб келинади. Бу отанинг ўз ёш ўғли олдидаги сидқидилдан тавба қилиши ҳақидаги ҳикоядир.

"Келин салом" видеофилмининг охириги сериясидаги эр-хотин суҳбати эпизодини эсланг. Агар эр хотинининг "нимага ҳаммангиз менга айбдордек қарайсиз?"— деган саволига, "ҳаммасига сен айбдорсан"— деб ҳақиқатни айтганида хотин ўзини ҳимоя қилиш мақсадида бошқаларни айблай бошларди. Бунинг ўрнига унинг "Кечир, мен сени бахтли қила олмадим"— деган сўзлари хотиннинг ўз айбини тан олишига ва оиланинг тикланишига сабаб бўлди.

Демак, агар **оилавий бахтни сақлаб қолмоқчи бўлсангиз, танқид қилманг.**

4. Ҳаммани бахтли қилишнинг энг тез усули

Одатда, эркаклар аёлларни тез-тез бирга овқатланишга таклиф қилиб туришади. Агар жамиятда озми-кўпми маълум бир мавқени эгаллаб турган аёл таклиф қилинса, эҳтимол у бутун овқатланиш давомида фақат ўз ишидан гапиради. Турли мавзуларда маъруза ўқийди, ҳатто овқат пулини ҳам тўламоқчи бўлади.

Натижада бундай аёл бир умр ўзи овқатланишига тўғри келади. Баъзан оддий, маълумотсиз аёл ҳам овқатланиш пайтида диққат билан қулоқ солади, яна "менга ўзингиз ҳақингизда яна бирон нарса айтиб беринг"— деб сўрайди. Шундан сўнг эркак ўз дўстларига "бу аёл унчалик гўзал эмас, лекин мен ундай ажойиб суҳбатдошни кўрган эмасман" — дейди.

Эркаклар аёллар учун энг муҳим нарса кийим ҳисобланишига эътибор бермайдилар. 90 ёшга кириб кўздан

қолган аёл 40 ёшдаги расмида қандай кўйлақда эканлиги билан қизиқиши мумкин.

Агар эркак ва аёл кўчада бошқа эркак ва аёлни учратишса, аёл эркакдан кўра кўпроқ бошқа аёлнинг қандай кийинганлигига эътибор беради.

Эркаклар беш йил олдин қандай кўйлақ кийганлигини умуман эсидан чиқариб қўйишади. Француз ўғил болаларини бир кеча давомида бир неча марта аёл кишининг кўйлаги, шляпасини мақташга ўргатишар экан.

Бир деҳқон аёл эркаклар ишдан чарчаб келишса, олдиларига бир боғ пичан қўйибди. Улар аччиқланишса, аёл "Сизлар буни хашак эканлигини пайқамасиз дебман. Мен сизларга 20 йилдан бери овқат пишираман, ҳеч бўлмаса бирор марта хашак емаётганликларингни айтмагансизлар" — дебди.

Демак, тўртинчи қоида шуки, **оилавий бахтингизни сақлаб қолиш учун бир-бирингизга сидқидилдан миннатдорчилик билдилинг.**

5. Аёллар учун бу жуда муҳим

Аёлларнинг битта муҳим хусусияти шуки, улар нимагадир туғилган кунларни яхши эслаб қолишади. Бунинг сирини ҳозирча номаълум.

Мутахассисларнинг таъкидлашича, баъзан оддий, майда-чуйда одатлар: масалан, "ишга яхши бориб келинг, яхши бориб келдингизми" каби сўзлар, кутиб олиш, нарсани дарров қўлдан олиш каби одатлар оилани мустаҳкамлашда катта аҳамиятга эга экан.

Мана бу қоидани ҳамма ўзига ёзиб, эслаб қолиши керак! Мен бир марта ҳаётга келаман. Шундай экан, қандайдир одам зотига нисбатан меҳрибонлик кўрсатишим, яхшилик қилишим керак. Мен яхшилик қилиш имкониятини қўлдан чиқармаслигим керак, чунки ҳаётга бир марта келаман."

Демак, бешинчи қоида шуки, **оилада бир-бирингизни озгина бўлса ҳам диққат-эътибор кўрсатинг.**

6. Агар бахтли бўлмоқчи бўлсангиз, бу қоидага бенишанг бўлманг.

Мулойимлик оилада энг муҳим фазилат. Агар аёллар ўз эрларига бегона эркакларга кўрсатган мулойимликларини кўрсатишганда эди, ҳамма оилалар бахтли бўлар эди. Ҳар қандай эркак кўпол аёлдан қочиб кетади.

Биз бегона одамга ҳеч қачон "Яна шу гапни қайта-ряпсизми? Қанча қайтариш мумкин" — деб айтмаймиз. Ҳеч қачон бегона одамнинг чўнтагини, шахсий буюмларини, хатларини титкиламаймиз. Энг яқин одамларимизга эса буларнинг барчасини раво кўришимиз мумкин.

Маълум бўлишича, бизга энг қўпол, аччиқ сўзларни айтадиганлар ўз оила аъзоларимиз экан. Баъзи одамлар ўзининг тушкун кайфиятини ҳеч қачон уйдагиларга билдиришмайди. Айримлар эса кўчадаги барча кўнгилсизликлар учун бор дардларини уйдагиларга тўкиб соладилар.

Аслида ҳар бир эркак ўз хотинига ширин гапирса, унинг ҳамма нарсани қилишини билади. Масалан, агар эр хотинига ўтган йилги кўйлагида қандай гўзал кўринишини айтса, у бу кўйлагини охириги модадаги кийимга алмаштирмаслигини билади. Агар хотинига унинг қандай яхши бека эканлигини айтса, унинг қанчалик рўзгор учун жон куйдира бошлашини ҳам эр билади.

Ҳар бир аёл ҳам эрига бу нарсаларнинг маълум эканлигини билади, чунки аёлнинг ўзи эрини бу ҳақда тўла информация билан таъминлаб қўйган. Ва аёл ҳеч қачон эри нима учун ширин гапириб ҳамма нарсага эга бўлиш ўрнига, қўпол гапириб, эвазига хотини пулини, бойлигини совуришига йўл қўйишини билмайди.

Демак, олтинчи қоида шуки, **илтифотли бўлинг.**

7. Эр-хотинлик муносабати масалаларида саводсиз бўлманг.

Тадқиқотчиларнинг аниқлашича, никоҳнинг бузилишига асосан тўртта нарса сабаб бўлар экан.

1. *Жинсий номуваносиблик.*
2. *Дам олиш вақтини қандай ўтказиш фикридаги фарқ.*
3. *Молиявий қийинчиликлар.*
4. *Психик, жисмоний ҳамда эмоционал бузилиш.*

Эътибор беринг: жинсий масала биринчи ўринда, молиявий масала эса, фақат учинчи ўринда турибди.

Джон. Б.Уотсон айтадики: "*Секс инсон ҳаётида ҳамма тан олган энг муҳим нарса ҳисобланади. Ҳамманинг тан оли-*

шича, айнан шу нарса кўпчилик эркак ва аёллар бахтининг барбод бўлишига сабаб бўлади."

XXI асрда, одамларнинг аксарияти маълумотли ҳисобланган даврда, уларнинг кўпчилиги жинсий масалада саводсиз эканлиги баъзан оғир оқибатларга олиб келади.

Оила қураётган ёшларнинг кўпчилиги ҳозирда жинсий масалада саводсиз ҳисобланади. Натижада бу нарса баъзан психологик импотенция ёки фригидликка сабаб бўлади, натижа эса баъзан фожиали бўлиши ҳам мумкин. Деярли оммавий жинсий саводсизлик шароитида ажралишларнинг фақат 16 фоиз эканлигидан хурсанд бўлиш керак. *Кўпчилик оилалар расман ажралишмаган бўлсаларда, аслида никоҳда ҳам турмайдилар, улар ўзига хос аросатда яшайдилар.*

Доктор Баттерфильднинг айтишича: *"Жинсий муносабатлар эр-хотинликда қониқиш пайдо қиладиган бир қатор омилларнинг биттаси ҳисобланади. Лекин шу нарса жойида бўлмаса, бошқа ҳеч нарса жойида бўлмайди.*

Демак, охириги қоида: **Жинсий муносабатлар ҳақида ёзилган яхши қўлланмаларни ўқиб чиқинг.**

ПСИХОЛОГНИНГ КАСБ ЭТИКАСИ КОДЕКСИ

Психологнинг касбий фаолияти у қайси соҳада (таълим тизими, ишлаб чиқариш, тиббиёт, ҳуқуқ-тартибот, оила хизмати ва ҳоказо) ишлашидан қатъи назар, мижозлар олдидаги ўта масъулиятлилиги билан характерланади. Психолог уларга ёрдам бера олиши учун уларнинг ишончига муҳтождир.

Психологнинг вазифаси инсониятнинг билимларини кенгайтириш, бу билим ва кўникмаларни айрим индивид ва бутун жамият фаровонлиги учун қўллашдан иборатдир. Психолог инсон шахси дахлсизлиги ва фазилатлари ҳамда одамнинг фундаментал ҳуқуқларини ҳурмат қилиши шарт.

1. Психолог ўз касбий фаолиятида ҳалоллик намоён қилишга ва унга билдирилган ишончни оқлашга мажбур.

У ҳар доим жамият олдидаги бурчини ёдида тутиши лозим, чунки унинг ҳаракатлари одамлар ҳаётига сези-

ларли даражада таъсир курсатади. Психолог ҳар бир одамнинг уз қарашлари ва эътиқодларига мос ҳаракат қилиш ҳуқуқини тан олиши ва уз касбий фаолиятида объективликка ва тахмин, фаразларга асосланиб фикр юритмасликка интилиши лозим.

2. Психологнинг масъулиятли касбий фаолияти унинг уз соҳасида ута билимдон булишини талаб қилади. Психолог виждонан тайёргарлик куриш йули билан уз фанининг энг сунгги янгиликларидан хабардор булиши шарт. Шу билан бирга у касбий фаолиятини тартибга соладиган қоидаларни ҳам билиши керак. Психолог узи зарур билим ва малакага эга булган хизмат турларинигина таклиф қилиши мумкин. У уз ишида илмий ва синаб курилган методларни қуллайди. Психолог илмий фаоллик принципига амал қилиши ва олинган натижаларни текшириб куриши керак.

ПСИХОЛОГНИНГ МИЖОЗЛАР ВА ПАЦИЕНТЛАРГА НИСБАТАН ХУЛҚИ

1. Ўзаро ишончли муносабатлар. Психологнинг мижоз ёки пациент билан узаро муносабатлари ҳар иккала томоннинг бир-бирига тула ишонч урнатилиши зарурати туфайли ҳам алоҳида характерга эга. Психолог уртадаги узаро ишонч йуқолган тақдирда касбий мажбуриятни уз зиммасига олмаслик ёки уни тухтатиш ҳуқуқига эга.

Аниқлик киритиш мажбурияти. Психолог мижоз ва пациентни ҳар бир муҳим кадам ёки даволаш характери ҳақида хабардор қилиши шарт. Клиник шароитда психолог беморнинг диққатини эҳтимол тутилган таваккалчиликка ва даволашнинг муқобил методларига қаратиши лозим.

2. Холисликни сақлаш. Клиник психолог уз мижозлари билан ҳар қандай шахсий муносабатларга киришишдан сақланиши лозим.

3. Индивидуал маслаҳат олиш ва даволаниш ҳуқуқи. Мижозлар психологнинг маслаҳатини олиш ва даволанишда учипчи шахснинг иштирок этишини рад қилиш ҳуқуқига эга. Мижозлар шундай хоҳиш билдиришганда психолог уларга тусқинлик қилмаслиги лозим.

4. Клиник психологнинг алоҳида мажбуриятлари. Агар психолог клиникадаги даволаш жараёни ижобий натижа бермаслигига ёки мижознинг соғлиги учун хавф туғдиришига ишонч ҳосил қилса, дарҳол таъсир курсатишни тўхташи лозим.

ПСИХОЛОГНИНГ ҲАМКАСБЛАРИ ВА БОШҚА СОҲА ВАКИЛЛАРИГА НИСБАТАН МУНОСАБАТИДАГИ ХУЛҚИ

1. Ҳамкасабаларига нисбатан муносабатидаги хулқи. Психолог ўз ҳамкасабаларини ҳурмат қилиши ва уларнинг касбий ҳаракатларини асоссиз танқид қилмаслиги шарт.

Психолог ўз ҳаракати билан ҳамкасабасининг ишсиз қолиши ёки ўз фаолият соҳасидан сиқиб чиқарилишига йўл қўймаслиги лозим. Агар психолог, ҳамкасабаси ўз касбига нолайиқ ҳаракат қилипти деб ҳисобласа, биринчи навбатда бу фикрни унинг юзига айтиши керак.

2. Бошқа касб вакилларига муносабатидаги хулқи. Бошқа соҳа вакиллари билан муносабатда психолог тоқатлилиқ, ёрдам беришга тайёрлик, ҳолислик фазилатларини намоян қилиши керак. Бошқа касбларни даражаси бўйича булиш ярамайди.

Одамларни ишга қабул қилишда психолог ўз билимдонлиги доирасида мустақил ҳаракат қилиши ва қонун талаб қиладиган касб сирини сақлаш мажбурияти ҳақида эслатиб ўтиши лозим.

Психолог унга касбий раҳбарлик қилишни фақат ўзига ухшаган психолог амалга ошириши мумкинлигини эслатиб ўтиши лозим.

Шу билан бирга психолог яна узидан талаб қилинадиган нокасбий ва ахлоқсизлик характеридаги талабларни бажара олмаслигини ҳам эслатиб ўтиши шарт.

МАЪЛУМОТЛАРДАН ФОЙДАЛАНИШ

1. Психологик хизматлар тижорат принципларига эмас, фақат касбий принципларга бўйсунishi лозим.

2. Психологлар узлари яхши эгалламаган ёки самаралилиги касбий ёки илмий жиҳатдан шубҳали бўлган мах-

сус муолажа, методикалар ёки бошқа услубларни таклиф қилмасликлари керак.

3. Агар психологга унга маълум булмаган қандайдир имкониятларни билиши ҳақида маълумот хабар қилинса, у бундай маълумотни рад қилиши лозим.

4. Психологлар мижозлар ёки пациентларга узлари курсатаётган хизматнинг самаралилигини муболаға қиладиган маълумот бермасликлари лозим.

ПСИХОЛОГИК ТАДҚИҚОТ УТКАЗИШ

Психологик тадқиқотлар унда одамларнинг текширилувчи сифатида иштирок этишига боғлиқ. Психолог тадқиқотчи билан текширилувчилар уртасидаги узаро муносабат ва бундан келиб чиқадиган масъулият спецификасини анлаши текширилувчи шахсининг яхлитлиги ва нуфузига зарар етказмаслигига ишонч ҳосил қилиши лозим. У текширилувчиларнинг хавфсизлиги, хотиржамлиги, бардамлигини таъминлаш ва пайдо бўлиши мумкин булган таваккалчилик имкониятини минимумга тушириш учун ҳамма чораларни куриши керак.

Психологик тадқиқотда иштирок этиш ихтиёрийдир. Текширилувчиларга тадқиқотда иштирок этиш ҳақидаги қарор қабул қилишлари учун муҳим аҳамиятга эга булган тадқиқотнинг хусусиятлари ва аҳтимол тутилган таваккалчилик ҳақидаги билимлар уларга тушунарли шаклда хабар қилиниши лозим. Текширилувчиларга яширин куватининг ҳар қандай шакли хабар қилиниши керак. Тула информация бериш утказилаётган тадқиқотнинг мазмунига тўғри келмайдиган айрим ҳолатларда уларга амалга оширилаётган дастур ҳақида тула маълумот бериш имконияти йўқлигини айтиш зарур. Мумкин булган ва текширилувчиларга зарар етказмайдиган айрим ҳолларда тушунириш ишлари эксперимент тугагандан кейин амалга оширилиши мумкин.

Психолог текширилувчиларнинг жисмоний ёки психологик ҳолатига зарар етказишга олиб келадиган таъсирларни қўлламаслиги керак. Текширилувчида кутилмаганда стресс реакцияси пайдо булса, эксперимент уша заҳоти

тухтатилиши шарт. Психологик эксперимент алоҳида шароитларда утказилиши лозим.

ИШЛАБ ЧИҚАРИШ ПСИХОЛОГЛАРИНИНГ КАСБ ЭТИКАСИ

1. Психолог ҳал қиладиган масалалар доирасига фақат психологик усуллар билан ечилиши мумкин булган меҳнат шароити, ижтимоий муносабатлар ва ходимларнинг касбий фаолияти билан боғлиқ муаммолар киради.

2. Психологнинг мақсади корхонада алоҳида шахслар, шунингдек жамоани ҳимоя қилиш ва унга ёрдам қилишдан иборатдир. Шундай қилиб, у ходимлар билан маъмурият уртасидаги зиддиятли ҳолатларда умумий манфаатлар билан ҳар бир алоҳида шахс манфаатлари уртасидаги мақсадга мувофиқ мувозанатни сақлаши лозим. Психологнинг вазифаси корхонадаги меҳнат ижодий, самарали ва мароқли булиши учун имкони булган ҳамма ишни қилишдан иборатдир.

3. Психолог узининг жамоадаги мақомига ва шахсий фаолиятининг моддий шароитларига нисбатан уз мажбуриятини бажариши учун мақсадга мувофиқ шарт-шароитларни таъминлаши лозим.

4. Психологнинг асосий мажбурияти — амалий ёрдам курсатишдир. Шу мақсада у пайдо буладиган муаммоларни энг яхши қуринишда ҳал қилишга имкон берадиган маъмурият ва бошқа ҳимоя соҳаларининг амалиётчи-мутахассислари билан фаол ҳамкорлик қилиши лозим. Бундай мутахассисларга саноат корхоналарининг тиббий маслаҳатчилари, маъмурият ходимлари ва инженер-техник ходимлар киради. Психологнинг улар билан муносабати тенг ҳуқуқлилиқ асосида булиши керак.

5. Психолог узининг иқтисод ва ташкилотчилик назарияси соҳасидаги, шунингдек узи банд булган ишлаб чиқариш соҳаси буйича билимларини такомиллаштириб бориши лозим.

6. Бевосита ишлаб чиқаришда ишлаётган ёки корхонада тадқиқот утказётган психологлар тадқиқот бошланишидан олдин текширилувчиларга натижаларнинг корхона маъмуриятига хабар қилинишини айтишлари шарт. Янги

ходимларни ишга қабул қилишда ва уларнинг касбга лаёқатлилигини текширишда психолог текширишнинг мақсадларини айтиб, уларнинг текширишга уз розиликлари билан келишларини таъминлаши зарур.

7. Манфаатдор шахсларни тадқиқотнинг психологик натижаларидан хабардор қила туриб, психолог баён қилинаётган информациянинг текширилувчига руҳий жароҳат етказувчи омиллари булмаслиги учун шакл ва ҳажм жиҳатидан мулоҳаза қилиб куриши шарт.

8. Бошқа мутахассисларнинг хулосалари текширилувчига фақатгина шу мутахассисларнинг расмий розилиги булган ҳолдагина айтилади.

9. Корхона янги қабул қилинаётган ходимни касбий лаёқатлилиги буйича йуллаганда эксперт психолог салбий хулосага келса, ана шу шахс учун касбий фаолият олиб бориш мумкин булган бошқа соҳаларни курсатиши керак.

Агар текшириш пайтида психолог текширилувчинини психиатрик (ёки ҳар қандай бошқа тиббий) куриқдан утказиш ёки даволаш зарурлигини пайқаса, у бу ахборотни мумкин булган шаклда ё текширилувчига, ёки унинг учун жавобгар шахсга айтиши лозим.

10. Ҳар қандай психологик куриқ ундан утувчи ҳеч нарса яширмаганда муваффақиятли угади, психолог куриқдан утувчини у баён қилаётган шахсий маълумотлар сир сақланишига ишонтириши лозим. Психологнинг ҳисоботи шундай тузилиши керакки, унда куриқдан утувчининг шахсини аниқлаш мумкин булмасин.

Куриқдан утказиш ҳақида фармойиш берган маъмурият куриқ билан боглиқ маълумотларни сир сақлаш унга ҳам тааллуқли эканлиги ҳақида огоҳлантирилиши керак. Маъмуриятга куриқ натижалари ва уз хулосаларини маълум қилаётганда психолог хизмат вазифаларига, корхона манфаатларига ва ходимнинг узига тегишли булмаган маълумотларни очишдан узини сақлаши лозим.

Агар куриқ жараёнида психолог магнитофон, яширин микрофон ёки яширин визуал кузатиш мосламасидан фойдаланса, бу маълумотлар турли ноқобил шахслар қулига тушмаслигига ишонч ҳосил қилиши шарт. Психолог тестлар ва бошқа психологик тадқиқот материалларининг бетона одамлар қулига тушиб қолмаслиги учун бевосита

масъул. Бундай материалларни у фақат узига ухшаган психолог-мутахассисгагина бериши мумкин.

11. Психологнинг ҳисоботида фақат шартномада кузда тутилган маълумотларгина акс этиши лозим. Ҳисобот уни нотугри тушунишга ёки нотугри қуллашга асос бермаслиги керак.

12. Индивидуал ёки жамоавий тадқиқотлар утказилганда, шунингдек, жамоадаги (ҳамкасблар, бошлиқ-буйсунувчилар уртасидаги) муносабатлар баҳоланганда психолог бу маълумотларни қанчалик очиқ маълум қила олиши ва бу маълумот қандай реакция уйғотиши мумкинлигини мулоҳаза қилиб куриши керак.

13. Ҳар қандай шартнома тузаётганда психолог маълумотларни нашр қилиш ҳуқуқини сақлаб қолади. Бироқ корхона ҳақидаги маълумотлар маъмуриятнинг оғзаки ёки ёзма розилиги булгандагина нашр қилиниши мумкин.

14. Психологик маълумотга эга булмаган купчилик одамлар учун мулжалланган, яъни оммавий нашрларда (маъруза, оммабоп мақолалар) баъзи методларни (тестлар ва ҳоказоларни) ёритмаган маъқул. Мутахассис булмаган шахслар бу методларни қуллаб, шахс психикасига зарар етказиши мумкин. Бундай маълумотларни фақат мутахассислар учун мулжалланган маъруза ва мақолаларда ёритиш мумкин.

15. Психолог уз мижозларининг диний ва ахлоқий эътиқодларини ҳурмат қилиши ва касбий аралашиш учун зарур булган суровда ҳисобга олиши зарур.

Психологик тадқиқотларда ҳар доим индивиднинг шахсиятига, эътиқодларига, интим вазиятларга ҳурмат билан қаралиб, сексуал хулқ, қариялар, беморлар ва жиддий руҳий жароҳатни бошдан кечирганлар тадқиқ қилинганда камтарлик ва олижаноблик намоён қилиниши лозим.

РЕКЛАМА ПСИХОЛОГИЯСИ

Психологнинг реклама хизмати осойишта, вазмин тарзда, касб малакаси ва лозим булган жойда қуллаган методларни курсатган ҳолда амалга оширилиши керак. Кафолатлар бериш, касбий ютуқларни кукларга кутариш ва муваффақиятли ҳолатларни санаб утишдан доимо сақланиш лозим.

Бирон бир йул билан (реклама, ташриф қоғозлари, ёрликлар, дастурларда) узи ҳақида нотугри, тақдим қилин-

маган илмий даража, унвон ва ҳоказоларни маълум қилиш мумкин эмас. Бундай маълумотлар нотуғри тушунча ҳосил булишига олиб келиб, касб этикасини қупол равишда бузиш ҳисобланади.

ИШ ШАРОИТИНИ ТАЪМИНЛАШ

1. Психолог уз вазифасини самарали бажаришига имкон берадиган меҳнат шароитининг яратилишига эришиши лозим.

2. Психолог ҳозирги замон психология фани ва амалиёти нуқтаи назаридан бажариш мумкин булмаган муаммони ҳал қилишга ҳаракат қилиши мумкин эмас.

СИР САҚЛАШ БҲЙИЧА ПСИХОЛОГНИНГ МАЖБУРИЯТЛАРИ

1. Психолог касби буйича узи билан алоқада булган текширилувчиларга тегишли булган барча маълумотларни сир сақлаши шарт (Текширилувчилар деганда психологга маслаҳат ёки ёрдам сураб мурожаат қилган, индивидуал ёки гуруҳли куриқдан утказилган барча шахслар тушунилади). Психолог узи ишлаётган ташкилотнинг хизмат сирларини сақлашга мажбур.

2. Психолог оғзаки ёки ёзма илмий маълумот бераётганда касб сирини сақлаши шарт. У узига маълум булган шахсий маълумотларнинг мақола, ҳисобог ёки маъруза орқали ноқобил одамларга маълум булиб қолмаслигига ҳаракат қилиши керак. У куриқдан утган шахсларнинг исми-шарифлари яширин қолишига эришиши лозим.

3. Психологнинг касбий сирини сақлаш мажбурияти куриқда, маълумотларни қайта ишлашда қатнашаётган, шунингдек амалиёт утказаётган, яширин маълумотларни ўқиши мумкин булган ҳамма шахсларга тегишли. Психолог бу ҳақда уларни керакли пайтда ва мумкин булган шаклда огоҳлантириши лозим.

4. Агар жамият ёки фуқаро ҳуқуқини ҳимоя қилиш зарурати туфайли маълумотлар бошқа шахс ёки расмий идораларга берилиши керак булса, манфаатдор томонлар бу ҳақда хабардор қилиниши лозим.

ПСИХОАНАЛИТИК АТАМАЛАРНИНГ ИЗОҲЛИ ЛУҒАТИ

• **Агрессия.** Кимгадир зарар етказиш учун йуналтирилган жисмоний ёки вербал (нутқли) хулқ. Лаборатория экспериментларида агрессия деганда ҳиссиётга таъсир қилиш учун электр токи билан зарба бериш ёки суз билан нафсониятга тегиш тушунилади. Агрессиянинг бундай социал-психологик таърифига кура, одам агрессив булмаган ҳолда қайсар булиши мумкин.

• **Адаптация даражаси феномени.** Кузғовчиларнинг аниқ даражасига мослашиш ва оқибатда айнан шу даражада содир буладиган узгаришларга жавоб бериш ҳамда диққатни қаратиш.

• **Альтруизм.** Кимгадир оғли шахсий эгоистик манфаатлар билан боғлиқ булмаган ёрдам курсатиш истаги.

• **Анал босқич.** Психосексуал тараққиётнинг иккинчи босқичи булиб, унда бола ичаклар фаолиятини назорат қилиш ва лаззатлишни ахлатни тутиб туриш ва уз вақтида чиқаришга жамлайди.

• **Анал характер.** Фрейднинг анал босқич тараққиётида тутилиб қолган шахс типи ҳақидаги концепцияси. Бундай характерга эга булган одам бахил, қайсар, ҳамма нарсани гамловчи (анал — ушлаб турувчи тип) ёки қаҳрли, тартибсиз ва шафқатсиз (анал — агрессив тип) булади.

• **Антикатексис.** Инстинктларнинг қондирилишига имкон бермайдиган тусқинлик.

• **Атрибуциянинг фундаментал хатоси.** Кузатувчиларнинг хулққа вазиятнинг таъсирини камситиб, диспозиция (ички шахсий сифатлар) таъсирини буюртириб баҳолаши (Шунингдек, у мос келиш ишончи деб ҳам аталади. Биз аксарият одамнинг хулқи унинг диспозицияларига мос келади деб ҳисоблаймиз).

• **Ахлоқий хавотир.** Индивидуумнинг Эгоси ("Мен"и) Супер- Эго (Юқори-Мен) томонидан жазоланиш хавфи туғилганда у ҳис қиладиган уят ва айбдорлик ҳисси.

• **Баҳолаш қурқуви.** Бизни бошқалар қандай баҳолашларидан хавотирланишимиз.

• **Бидъат.** Гуруҳ ёки унинг алоҳида аъзоларига нисбатан асоссиз салбий установа.

• **Бирламчи жараён.** Туғма эҳтиёжларни фантазияда қондириш. Асосий эҳтиёжни қондириш билан ассоциация қилинадиган объект

образини шакллантирганда индивидуумнинг кескинлиги камайишни изоҳлайдиган психологик феномен.

- **Бихевориал медицина.** Саломатлик ва касалликлар ҳақидаги бихевориал ва тиббий билимлар биргаликда фойдаланиладиган фанлараро соҳа.

- **Бихевориал тасдиқ.** Ижтимоий кутишлар одамларни айрим ҳаракатлар қилишга мажбур қилади, натижада уларнинг хулқи бошқаларни шу кутишларни тасдиқлаш учун ундашга сабаб булади.

- **Гендер роли.** Эркаклар ва аёллар учун улардан кутиладиган хулқ (норма) намуналари туплами.

- **Гендер.** Психологияда «эркак», «аёл» тушунчасига аниқлик киритувчи социал-биологик тавсифнома. Жинс биологик категория булганлиги учун социал психологлар аксарият ҳолларда биологик асосланган гендер фарқларини «жинсий фарқлар» сифатида қарашади.

- **Генитал босқич.** Психосексуал тараққиётнинг туртинчи ва охириги босқичи булиб, бунда етук гетеросексуал муносабатлар шаклланади (босқич усмирликдан умрнинг охиригача давом этади).

- **Генитал характер.** Фрейд томонидан идеал психик саломатликни белгилаш учун киритилган атама. Характернинг бундай типи сексуалликнинг меъёрий даражасига эга булган, бошқалар билан интим муносабатларга қобил, уз сермахсул фаолияти билан жамиятга ҳисса қушадиган индивидуумларда учрайди.

- **Гетеросгаз.** Одамлар шахсий усишга интилиш, стимул (рағбат)ларни қидириш ва уз-узини амалга оширишга интиладилар, деб тасдиқлаш.

- **Гомеостаз.** Одамлар зуриқишни камайтиришга ва ички мувозанат ҳолатини сақлашга интиладилар, деб тасдиқлаш.

- **Гуруҳ ичида.** Гуруҳга мансублик, умумий бир хиллик ҳиссига эга булган «Биз» — одамлар гуруҳи.

- **Гуруҳ.** Бир неча дақиқадан кўпроқ вақт мобайнида бир-бири билан ҳамкорлик қиладиган, бир-бирига таъсир қиладиган, узини «биз» сифатида идрок қиладиган икки ва ундан ортиқ шахслар.

- **Гуруҳли кутбланиш.** Гуруҳ таъсири туфайли унинг аъзоларидаги азалдан мавжуд хусусиятларнинг кучайиши; гуруҳ ичида фикрлар булиниши урнига уртача тенденциянинг уз кутбига тортилиши.

- **Дезинформация самараси.** Ҳодисанинг содир булишида иштирок этган одам у ҳақда ёлгон ахборот олади ва кейинчалик бу дезинформацияни булиб утган ҳодиса ҳақидаги уз хотирасига киритиб қўяди.

- **Дендивидуализация.** Уз-узини англашнинг йўқолиши ва баҳолаш қўрқуви; анонимликни таъминлайдиган ва алоҳида индивидга диққатни тортмайдиган гуруҳли вазиятларда пайдо булади.

- **Депрессив реализм.** Енгил депрессия ҳолатида (уз «Мен»и фойдасига эмас) объектив мулоҳазалар, атрибуция ва башоратлар туза оладиган одамлар тенденцияси.

• **Детерминизм.** Бизнинг бутун хулқимиз қандайдир ҳодисалар таъсирига боғлиқ ва шунинг учун эркин намоён булмайди деб тасдиқлаш.

• **Душманлик агрессияси.** Нафрат туфайли уйғонадиган ва шахсий мақсадга айланган агрессия.

• **Дустлик-муҳаббат.** Ҳаёти бизнинг шахсий ҳаётимиз билан чамбарчас боғлиқ одамга нисбатан ҳис қилинадиган мулойимлик.

• **Ёлгон ноёблилик самараси.** Қобилиятлар ва уринли ёки самарали хулқ кенг тарқалганлиги фактини етарлича баҳолай олмаслик хусусияти.

• **Ён бериш.** Ташқи таъсирлар ижтимоий босимга мос келса ҳам, ички норозилик иштирок этадиган конформизм.

• **Ид.** Мазмуни наслий йул билан олинган омиллардан иборат булган шахе тузилишининг қирраси. Ид ута сезгир, иррационал ва ҳар қандай чеклашлардан ҳоли.

• **Идентификация.** Боланинг уз шахсий хавотиридан озод булиш ва ички зиддиятларини сусайтириш учун бошқаларнинг, биринчи навбатда ота-онасининг характер хусусиятларини узлаштириш жараёни.

• **Ижтимоий репрезентациялар.** Ҳамма томонидан қабул қилинган эътиқодлар. Бизнинг қарашларимиз ва маданий мафкурамизни уз ичига оладиган, купчилик томонидан маъқулланадиган гоё ва қадриятлар. Бизнинг ижтимоий репрезентацияларимиз бизга дунёни изоҳлашга ёрдам беради.

• **Ижтимоий таққослаш.** Уз фикр ва қобилиятларини узини бошқалар билан таққослаш орқали баҳолаш.

• **Ижтимоий урганиш назарияси.** Ижтимоий хулқни кузатиш ва бажариб куриш воситасида, мукофотлаш ва жазолаш билан таъсир курсатиб урганамиз, деб ҳисобловчи назария.

• **Ижтимоий қизиқиш.** Шахсий мақсадлардан кура купроқ жамият манфаатлари учун бошқалар билан узаро ҳамкорликда намоён буладиган инсониятга нисбатан муҳаббат ҳисси.

• **Ижтимоий ялқовлик.** Одамларнинг умумий мақсад учун уз кучларини бирлаштирганларида индивидуал масъулиятга нисбатан камроқ жон куйдиришлари.

• **Иккиламчи жараён.** Психоанализ назариясида индивидуумга узига ва бошқаларга хавф келтирмасдан, инстинктив эҳтиёжларини қондиришга имкон берадиган когнитив — перцептив малакалар.

• **Иккиламчилик самараси.** Вақт буйича охирги ахборот купроқ таъсир курсатади. Иккиламчилик самараси бирламчилик самарасига нисбатан камроқ учрайди.

• **Инграцияция.** Бошқа одамларни узига мойил қилишга интилиш мақсадида, масалан, мақтовга ўхшаган усуллардан фойдаланиш.

• **Индивидуализм.** Гуруҳ мақсадларига нисбатан уз шахсий мақсадларига устунлик бериш концепцияси. Бунда уз-узини идентификация қилиш узини гуруҳ билан ухшатиш орқали эмас, балки шахсий атрибуциялар воситасида амалга оширилади.

• **Интерпретация.** 1) Илмий интерпретацияда шакллантирилган модел назарий булиб, маълумотларни умумлаштириш, узаро боғлиқликда изоҳлаш; 2) Когнитив интерпретацияда модель ақлий схема булиб, унинг таркибидаги барча стимуллар аниқланади, таснифланади ва унга нисбатан реакция пайдо булади.

• **Инстинкт.** Туғма, организм туқималари даражасида локаллашган, ташқи намоён булишга ва кескинликни бартарф қилишга интиладиган қўзғалиш ҳолати. Фрейднинг фикрича, инстинкт организм туғма қўзғалиш ҳолатининг майллар шаклида ифодаланадиган психик намоён булишидан иборат.

• **Инстинктив хулқ.** Урганиш билан боғлиқ булмаган, шу турнинг ҳамма вакилларида намоён буладиган туғма хулқ.

• **Инструментал агрессия.** Қандайдир бошқача мақсадга эришиш воситаси булган агрессия.

• **Информацион таъсир.** Бошқа одамларнинг реаллик ҳақидаги мулоҳазаларини қабул қилиш натижасида пайдо буладиган конформизм.

• **Иркчилик.** 1) Алоҳида ирқ вакилларига нисбатан индивидуал нотўғри установакалар ва камситувчи хулқ еки 2) алоҳида ирқ вакилларига тобелик ҳолати мажбур қилинадиган институционал амалиёт.

• **Кастрация қўрқуви.** Кастрация — логича атама, эркаклар уруғдони ёки аёллар тухумдонини жарроҳлик йули билан олиб ташлаш, бичиб қуйиш. Психоанализда эркаклар ташқи жинсий органини кесиб ташлаш — ёш угил болаларда отаси унинг жинсий органини онасига нисбатан жинсий рақобати учун кесиб ташлайди деган қўрқув ҳисси.

• **Катарсис.** Эмоционал бушаниш. Агрессияни катарсис орқали шундай тушуштириш мумкин: индивидуум агрессив энергияни ёки агрессив ҳаракат воситасида ёки тасаввурдаги агрессия ҳисобига «озод қилганда» агрессив қўзғалиш сусаяди.

• **Катексис.** Психик энергиянинг объект, гоё ёки хулққа йуналганлиги.

• **Клиник психология.** Психологик қийинчиликларни ҳис қилаётган одамларни текшириш, ташҳис қуйиш ва даволаш.

• **Когнитив диссонанс.** Бири-бирига қарама-қарши булган иккита фикр пайдо булганлигини англаш вақтида пайдо буладиган зуриқиш. Масалан, биз етарлича асосга эга булмай туриб, узимизнинг установакаларимизга қарама-қарши ҳаракат қилганимизда ёки маънавий бошқасини талаб қилиб турганда бошқа вариант фойдасига қарор қабул қилганимизда диссонанс пайдо булади.

• **Компетентлилик.** Узининг шахсий муваффақияти ва фойдасидан келиб чиқиб, атрофдагилар билан самарали узаро ҳамкорлик қилиш қобилиятини англатадиган куч ва ишончда ифодаланадиган психосоциал сифат.

• **Конфликт.** Идрок қилинадиган ҳаракат ва мақсадлар номувофиқлиги.

• **Конформизм.** Гуруҳнинг реал ёки тасаввурдаги босими остида хулқ ёки эътиқодларни узгартириш.

• **Корреляцион тадқиқотлар.** Узгарувчи қийматлар уртасида пайдо буладиган табиий алоқаларни урганиш.

• **Кучириш.** Агрессияни фрустрация манбаидан бошқа нишонга утказиш. Янги нишон одатда ижтимоий жиҳатдан маъқулроқ булади.

• **Лаззатланиш тамойили.** Реалликнинг чеклашлари ёки талабларига қарамасдан ҳар қандай истак ва эҳтиёжларни шу заҳоти қондиришни талаб қиладиган йўналиш.

• **Латент давр.** Либидонинг мудроқлик ва диққатнинг уз жинсига мансуб тенгдошлари билан муносабатларда қизиқиш ва малакаларни ривожлантиришга жамланадиган даври.

• **Либидо.** Асосан жинсий хулқдан лаззат қидирадиган психик энергиянинг бир қисми (сексуал энергия).

• **Лидерлик.** Алоҳида аъзолар гуруҳ фаолиятини мотивлаштирадиган ва уз орқасидан эргаштирадиган жараён.

• **Маъқуллаш** Ижтимоий босимга мос ҳаракат ва эътиқодни уз ичига оладиган конформизм.

• **Маданият.** Одамларнинг катта гуруҳи учун умумий булган, авлоддан-авлодга узатиладиган тушунчалар, майллар, одатлар ва хулқ хусусиятлари.

• **Меъёрдан ташқари гамхўрлик.** Болаларда уз-узини назорат қилишнинг ривожланиши ҳақида етарли даражада ёки умуман қайғурмайдиган ота-оналар хулқини ифодаловчи атама.

• **"Мен".** Фалсафий тушунча булиб, шахс узига ҳисоб берадиган ва масъулиятни ҳис қиладиган, режалаштирилган характер субъектини билдиради. "Мен" онгсиз майллар пайдо булишининг цензори ҳисобланади. Цивилизация ва ижтимоий муносабатлар тараққиёти давомида "Мен" маданият томонидан шакллантирилади, яъни жамиятдаги маданий ва ахлоқий муносабатлар ҳар бир одамга таъсир қилади, у билан қушилиб кетиб, субъектив "Мен" ни ташкил қилади.

• **"Мен"-структура.** Одамнинг уз-узига тааллуқли булган маълумотни қайта ишлашни ташкил қиладиган ва йўналтирадиган уз-ўзига ишонч.

• **Мудроқлик самараси.** Хабарнинг кечиккан таъсири; биз хабарни эслаймизу, унга ишонмаслик сабабини унутганимизда пайдо булади.

• **Мукофотловчи истаралилик назарияси.** Кимнинг хулқи биз учун фойдали булса ёки ким биз учун фойдали воқеалар билан боғлиқ бўлса, шу одамлар бизга ёқиши ҳақидаги назария.

• **Назорат иллюзияси.** Аслида назорат қилиб булмайдиган ҳодисаларни шахсий назоратим остида ёки яна ҳам кучлироқ назорат қилиняпти деб идрок қилиш.

• **Назорат локуси.** Одамлар уз ҳаётларини шахсий интилишлари ва ҳаракатлари орқали «ичкаридан» ёки тасодифлар ва ташқи кучлар орқали «ташқаридан» назорат қилинади деб идрок қилишлари даражаси.

• **Невротик хавотир.** Эго назорат қилиб булмайдиган инстинктив майллар таҳдиди остида булганда индивид томонидан ҳис қилинадиган қурқув куринишидаги эмоционал жавоб (Ид — (У онг ости) дан келаётган импульслар Эгога нохушлик келтиради деган қурқув).

• **Нормалар.** Умум томонидан қабул қилинган ва кутиладиган хулқ қоидаси. Нормалар «туғри» хулқни талаб қилади.

• **Норматив таъсир.** Одамнинг эътибор қозониш учун бошқаларнинг истакларини қондириш истагига асосланган конформизм.

• **Онг олди.** Ҳар қандай (айни) пайтда индивидуум англамайдиган, лекин озгина қийинчилик ёки умуман қийналмасдан (масалан, туғилган кунингиз) англаниши мумкин булган фикр ва ҳиссиётлар.

• **Онгсизлик.** Ижтимоий ножоиз зиддиятлар ва майлларни узида жамлаган психика соҳаси. Бу зиддият ва майллар эркин ассоциациялар ва тушларни таъбирлаш ёрдамида онг соҳасига олиб чиқиши мумкин. Одамнинг узи англамаган ҳолда, автоматик тарзда бажарадиган, уйқу, гипноз, лунатиклик ҳолатидаги ҳаракатлари онгсиз ҳисобланади. Онгсизлик диалектиканинг биринчи қонунига кура онгга антогонистик, сиқиб чиқарилган табиий туғма ҳаракатларнинг макони ҳисобланади. Онгсизлик туғма булиб, одамнинг бутун хулқини белгилаб беради.

• **Орал босқич.** Қизиқиш ва лаззатланишнинг асосий манбаи огиз булган психосексуал тараққиётнинг биринчи босқичи.

• **Орал характер.** Фрейднинг тараққиётнинг орал босқичида тутилиб қолган шахс типи ҳақидаги концепцияси. Шундай типга эга булган шахс типи пассивлик, тобелик, ишонувчанлик (орал — пассив) ёки негативизм (бошқаларнинг таклифларига қаршилик кўрсатиш — пассив негативизм ёки курсатма ва буйруқларга тескари ҳаракат қилиш — актив негативизм), бошқаларни эксплуатация қилиш ва сарказм (бошқаларни ерга уриш, устидан кулиш), орал — садист (бошқаларга оғриқ ва азият етказишдан лаззатланиш) сифатлари билан ажралиб туради.

• **Пенис (эркаклар жинсий аъзоси)га рашк қилиш.** Психоанализ назариясида қизалоқнинг пенисга эга булиш майли ва узида шундай аъзо йуқлигини анатомик кашф қилиши.

• **Плюралистик саводсизлик.** Бошқа одамларнинг реакциялари, ҳиссиётлари ва фикрлари ҳақида нотўғри тасаввур.

• **Прайминг.** Хотирада махсус ассоциацияларни фаоллаштириш.

- **Проекция** — индивидуум узининг ножоиз истакларипи бошқаларга тегишли деб ҳисоблайдиган ҳимоя механизми.

- **Просоциал хулқ.** Ижобий, конструктив, ижтимоий фойдали хулқ; антисоциал хулқнинг тескараси.

- **Психиканинг ижтимоий-маданий асосга проекция қилқилиши.** Фрейднинг бу назарияси марксистлар томонидан кескин танқид қилинган. Дарвин назариясига таянилса, “онтогенез филогенезнинг қайтарилиши” ҳисобланади. яъни организмнинг индивидуал тараққиёти бутун турнинг тараққиётини қайтаради. Шундай қилиб, одамнинг тараққиётини кузатиб, жамиятнинг қандай ривожланишини айтиб бериш мумкин, чунки инсоннинг тараққиёти жамият тараққиётини айнан тақрорлайди.

- **Психоанализ.** Фрейд томонидан яратилган тараққиёт, динамика ва узгаришларнинг шахс қурилмаси ҳақидаги назария. Психоанализда хулқни бошқаришда биологик ва англамандиган омилларга катта эътибор берилади. Шунингдек инсон хулқи уз асосига кура иррационал ва Ид (У-онг ости), Эго (Мен-индивидуал онг) ва Супер- Эго (Юқори-Мен, ижтимоий онг, маданият)нинг узаро ҳаракати натижасидан иборат деб тасдиқланади.

- **Психодинамик назария.** Англамандиган психик ёки эмоционал мотивларни инсон хулқининг асоси деб таъкидлайдиган назария.

- **Психологияда эволюцион йуналиш.** Табиий танланиш қонунларига асосланган хулқ эволюцияси таълимоти. Бу таълимот табиий танланиш алоҳида шароитларда у ёки бу генларнинг сақланиши ва гарқалишига шароит яратадиган ахборотни идрок қилиш усули ва хулқ шаклини яратади деб ҳисоблайди.

- **Психосексуал тараққиёт.** Шахс тараққиётини индивидуумнинг биологик мавжудлигидаги узгаришлар тили билан тушунтирадиган, Фрейд томонидан яратилган назария. Ҳар бир босқичдаги ижтимоий тажриба шу босқичда узлаштирилган установкалар, шахс хусусияглари ва қадриятлар қуринишида из қолдиради

- **Рад қилиш.** Индивидуумнинг атрофдагилар туфайли унга таҳдид солаётган кечинмалардан уларнинг мавжудлигидан узини четга тортиш йули билан ҳимояланишида памоён буладиган ҳимоя механизми.

- **Рационализация.** Индивидуумга уз муваффақиятсизликларини ҳақиқатга яқинроқ оқлашга имкон берадиган ҳимоя механизми.

- **Реактив қурилма.** Бир хил импульс ва ҳиссиётларни чеклаш, уларга қарама-қарши импульс ва ҳиссиётларни кучайтириш йули билан хавотирланиш даражасини пасайтиришга имкон берадиган ҳимоя механизми.

- **Реалистик хавотир.** Таҳдид ёки атроф борлиқдаги реал хавфни идрок қилишдан пайдо буладиган эмоционал жавоб.

- **Реаллик тамойили.** Мос келувчи объект ва/ёки шу эҳтиёжни қондириш учун шароит топилмагунча инстинктни қондиришни кечроқ муддатга суриб туришни кузда тутадиган йуналиш.

• **Регрессия.** Стрессни бартараф қилишга урилишда бирмунча соддароқ жавоблардан фойдаланиш; индивидуумнинг бирмунча эртароқ, хавфсизроқ ва ёқимлироқ тараққиёт босқичига қайтишидан иборат ҳимоя механизми.

• **Рефлектор ҳаракат.** Иднинг қузғалиш манбаига уша заҳоти жавоб бериш нули билан тарангликдан озод булишдан иборат жараён.

• **Роль.** Айни ижтимоий позицияда одамлар узларини қандай тутишлари кераклигини аниқлаб берувчи нормалар туплами.

• **Саломатлик психологияси.** Психологиянинг бихевориал тиббиётга берадиган ёрдамини таъминлайдиган булими.

• **Сексуал инстинкт.** Фрейднинг "одамлар сексуал қониқиш ёки лаззатланишга интилишади" деган ғояси.

• **Сиқиб чиқариш.** Нохуш фикр ва импульсларни онг даражасига етиб боришига тусқинлик қиладиган ҳимоя механизми.

• **Стереотип.** Одамлар гуруҳининг шахсий сифатлар ҳақидаги фикри. Стереотиплар ҳаддан ташқари умумлашган, ноаниқ ва янги информацияга резистент булиши мумкин.

• **Структуравий модел.** Фрейд томонидан белгиланган шахс қурилмасининг Ид, Эго ва Супер — Эгодан иборат уч даражаси.

• **Сублимация.** Иднинг импульслари ижтимоий маъқул фаолликка йуналтириладиган урин алмаштириш шакли.

• **Супер — Эго.** Интериоризациялашган маданий-ижтимоий нормалар. Психоанализ назариясида шахс қурилмасидаги этик ёки ахлоқий қатлам; жазолаш ва рағбатлантириш воситасида ота-онадан олинган ижтимоий норма ва хулқ стандартларининг индивидуум томонидан интернализация қилиниши (интернализация — эътиқод, қадрият, установа, амалиёт, стандарт ва ҳоказоларни узиники деб қабул қилиш ёки уларга мослашиш).

• **Тасодифий танлаш.** Ҳар бир одам тенг танланиш имкониятига эга булган суров процедураси.

• **Тасодифий тақсимлаш.** Эксперимент шартларига мос равишда текширилувчиларни шу шароитларга тушишнинг тенг имконияти билан тақсимлаш (Суровда тасодифий танлаш билан экспериментда тасодифий тақсимлаш уртасидаги фарққа эътибор беринг. Тасодифий тақсимлаш бизга сабаб ва оқибатни аниқлаш, тасодифий танлаш эса бутун турга нисбатан умумлаштиришлар қилиш имконини беради).

• **Тафаккурнинг гуруҳлашуви.** Бирдам гуруҳ учун консенсусни қидириш устулик қилиб, у муқобил ҳаракат усулини реал баҳолашни инкор қилишга мойил одамларда пайдо буладиган тафаккур режимидир.

• **Топографик модель.** Фрейд томонидан тасвирланган психиканиннг уч даражаси модели: онг, онг олди ва онгсизлик.

• **Торлик.** Битта одамга туғри келадиган майдоннинг субъектив етарли эмаслик ҳисси.

• **Трансфер.** Психоаналитик терапиянинг муҳим ҳодисаси булиб, пациентнинг утмишда бошқа муҳим объектларга (одатда ота-она-

дан бирига) нисбатан ҳис қилган ҳиссиётларини терапевтга кучиришини англатади.

- **Тушларни таъбирлаш.** Туш рамзларини талқин қилиш воситасида пациентларга уларнинг касаллик симптомларини ва зиддиятларини тушунишларига ёрдам берувчи психоаналитик усул.

- **Тушунтириш усули.** Ҳаёт ҳодисаларини изоҳлашнинг одатий усули. Изоҳлашнинг салбий, пессимистик, депрессив усули муваффақиятсизликларни барқарор, глобал ва ички сабабларга боғлайди.

- **Туғилиш тартиби.** Ҳаёт услубининг шаклланишида муҳим роль ўйнайдиган индивиднинг оиладаги кетма-кетлик позицияси (масалан, биринчи фарзанд).

- **Тулақонли эмаслик ҳисси.** Болаликда пайдо буладиган ва кейинчалик балоғат ёшида бошқалардан устунлик учун курашга асос бўлиб хизмат қиладиган шахсий тулақонли эмаслик, беухшовлик ва ноқобиллик ҳисси.

- **Установка (аттитюд).** Фикр, ҳиссиёт ва мақсадга йўналтирилган, ҳулқда намоён қилинадиган, нимагадир ёки кимгадир нисбатан ижобий ёки салбий баҳоловчи реакция.

- **Установкаларни эмлаш.** Кейинчалик янада кучлироқ ҳужумга қаршилиқ учун замин ҳозирлаш мақсадида одамларнинг установакаларига кучсиз ҳужум усули.

- **Фактларга қарши тафаккур.** Содир булиши мумкин булган, лекин содир булмаган, тасаввурдаги муқобил сценарийлар ва натижалар.

- **Фаллик босқичи.** Жинсий органлар лаззатланиш ва ҳузур қилишнинг асосий манбаига айланадиган психосексуал тараққиётнинг учинчи босқичи.

- **Фаллик характери.** Тараққиётнинг фаллик босқичида тутилиб қолган шахс типининг Фрейд томонидан берилган таърифи. Бундай шахс типига эга булган катта ёшдаги одам куполлик, эксгибиционизм, ута мағрурлик ва рақобатчилик билан ажралиб туради. (эксгибиционизм — умумий мазмуни доимий диққат марказида булишга интилиш; жинсий мазмуни — ижтимоий номаъқул шароитларда уз жинсий органини намоёйиш қилишга интилиш).

- **Фиксация.** Фрустрация ёки ота-оналарнинг бепарволиги туфайли шахс тараққиётининг илк психосексуал босқичда тўхтаб қолиши.

- **Фрустрация.** Психоанализда она томонидан эҳтиёж ва истакларнинг қондирилишига йўл қўйилмаслиги. Шунингдек, шахсий мақсадларга эришишнинг тутилиб қолишида ҳам пайдо булади. Мақсадга йўналтирилган ҳулқнинг тутилиб қолиши.

- **Характер тип.** Фрейд томонидан одамларни психосексуал тараққиётнинг аниқ даражасида тутилиб қолишга мос ҳолда тасниф қилиниши.

- **Хиндсайт хатоси.** Бирон-бир одамнинг натижа маълум бўлиб булгандан сунг узининг олдиндан кура билиш қобилятини буртттириши, шунингдек, «мен шундай булишини билардим» феномени сифатида ҳам машҳур.

• **Шахсий майдон.** Биз уз атрофимизда сақлаб туришни маъқул курадиган буфер бушлиқ. Бу бушлиқнинг улчами ёнимизда турган одам билан қанчалик яқинлигимизга боғлиқ.

• **Шахсий мониторинг.** Ижтимоий вазиятларда узини тақдим қилиш ва керакли таассурот уйғотиш мақсадида хулқни бошқариш усулларини урганиш.

• **Шахсий самарадорлик.** Шахсий компетентлилик ва самарадорлик ҳисси. Уз-ўзини ҳурмат қилиш ва шахсий обру ҳиссидан фарқ қилади. Масалан, юқори шахсий самарадорлик ва уз-узини паст баҳолаш бўлиши мумкин.

• **Шунчаки кўз унгида туриш самараси.** Илгари нотаниш булган қузғовчилар бир неча марта куз унгимизда пайдо булгандан сунг уларга купроқ мойил булиб, ижобийроқ баҳо беришимиз.

• **Уз-узини идрок қилиш назарияси.** Шахсий установакалардаги ишончсизлик бизни улар ҳақида «узимизни кузатиш» — установакалар намоён буладиган вазиятлар ва хулқимизни текшириш орқали хулоса чиқаришга мажбур қилади деб ҳисобловчи назария.

• **Ўз «Мен»и фойдасига мойиллик.** Ўз-узини қойилмақом идрок қилишга интилиш.

• **Ўз гуруҳи фойдаси учун қайғуриш.** Бегона гуруҳ аъзоларининг ижобий хулқини маълум оқлашлар билан тушунтириш; салбий хулқини уларнинг диспозициялари билан тушунтириш (Ўз гуруҳининг айни шундай хулқини оқлаш).

• **Ўз-ўзини англаш.** Онгнинг диққатни уз-узига йуналтирилгандаги ҳолати. Бу нарса одамларнинг шахсий установакалари ва диспозицияларига сезгирлигини оширади.

• **Ўзаро бир-бирини тулдириш.** Гуёки иккита одам уртасидаги ўзаро муносабатлар чогида хар иккаласининг бир-бирини тулдириш ҳолати пайдо булади. Ўзаро бир бирини тулдириш ҳақидаги мунозарали фараз, айнан қизиқишлари турлича булган одамлар бир-бирларига интилишади, чунки бу нарса уларга бир-бирларини тулдиришга имкон беради деб тасдиқлайдилар.

• **Ўзаро боғлиқлик иллюзияси.** Индивид томонидан аслида йўқ ўзаро муносабатларни идрок қилиш ёки ўзаро муносабатларни аслидагидан кура яқинроқ деб идрок қилиш.

• **Ўзаро ҳаракат.** Битта омилнинг (масалан, биологик) бошқа омилга (масалан, атроф-муҳитга) таъсири самараси.

• **Ўзаро уз-узини ошкор қилиш.** Ишончли суҳбат пайтида ўзаро ошкоралик уйғониши.

• **Ўзгарувчанлик.** Индивиднинг бутун ҳаёти давомида шахс бетухтов ўзгаришга учраб боради деб тасдиқлаш.

• **Ўзига бино қўйиш феномени.** Аниқликдан кура купроқ ишониш хусусияти, яъни уз эътиқодларининг тўғрилигига ортиқча баҳо бериш.

• **Ўзини ошкор қилиш.** Бошқа одам олдида яширин кечинма ва ҳиссиётларини ошкор қилиш, ёрилиш.

- **Узини оқлашнинг етарли эмаслиги самараси.** Ташқи оқлаш «етарли булмаган» ҳолатда уз хулқини ички оқлаш йули билан диссонансни камайтириш.
- **Узлаштирилган чорасизлик.** Одам ёки ҳайвон доимий қайтарилаётган нохуш ҳодисаларни назорат қила олиш имкониятини ҳис қила олмаган ҳолатларда узлаштириладиган чорасизлик ва мутелик.
- **Уз-узига мурожаат қилиш самараси.** Узимизга тааллуқли булган информацияни яхши эслаб қолиш ва самарали қайта ишлаш.
- **Уз-узимиз учун қурадиган тусқинликлар.** Уз шахсий муваффақиятсизлигини оқлаш йули билан Мен-образини ҳимоя қилиш.
- **Уз-узини тақдим қилиш.** Уз-узини намоён қилиш ҳаракати ва кимнингдир идеалларига мос тушадиган таассурот ёки ёқимли таассурот уйғотиш учун йуналтирилган хулқ.
- **Уз-узини ҳурмат қилиш.** Шахсий ғурур ҳисси ёки одамнинг уз-узига кенг қамровли баҳоси.
- **Улим инстинкти.** Фрейднинг "одамлар уз-узини вайрон қилиш ва улим истаги билан фаоллашишади" деб аталувчи ғояси (аксарият ташқи томондан агрессия куринишида ифодаланади).
- **Урин алмаштириш.** Моҳияти ҳақиқий объект томонидан уч олиниш эҳтимоли туфайли ҳиссиёт ва импульсларни бутунлай бошқа одамга йуналтиришдан иборат булган ҳимоя механизми. Масалан, ўқитувчи томонидан танқид қилинган талаба уз ғазабини ётоқхонадаги қушнисига сочади.
- **Уртачага қайтиш.** Энг юқори натижалар ёки узига хос хулқ уртача курсаткичга қайтишга интилишини билдирувчи статистик курсаткич.
- **Ҳаёт инстинкти.** Фрейднинг "одамлар уз-узларини сақлашга интилишади" деган ғояси.
- **Ҳамкорлар.** Рақобат талаб қилмайдиган ишни алоҳида-алоҳида бажарадиган, индивидуал, бир вақтда ишлайдиган одамлар гуруҳи.
- **Ҳамкорлик нормаси.** Одамлар уларга ёрдам берганларга зарар келтиришдан кура, купроқ ёрдам беришади, деб кутиш.
- **Ҳимоя механизмлари.** Индивидуумни хавотир ва айбдорлик ҳисси каби нохуш эмоциялардан ҳимоя қилувчи англолмаган реакциялар. Одамга хавф солувчи импульсларни беркитувчи ёки бузиб курсатувчи эго — ҳимоя хусусияти.
- **Қаршилик курсатиш.** Сиқиб чиқарилган материалнинг очилишига терапия пайтида қаршилик курсатиш; шунингдек, психотерапияни муддатидан олдин тухтатиш йули билан ҳимоя хулқи моделини сақлаш.
- **Қиёсий депривация.** Ўзининг аҳволини бошқаларга нисбатан ёмонроқ деб идрок қилиш.
- **Эътиқодлар мустаҳкамлиги.** Бирон-бир одамнинг бирламчи тасавурларининг мустаҳкамлиги. Эътиқоднинг асоси дискредитация қилинганда (обрусизлантирилганда) ҳам, эътиқоднинг ҳақиқий булганлигининг изоҳи сақланиб қолаверади.

• **Эго — идеал.** Ота-оналар томонидан болага ургатилган уз-узини такомиллаштиришнинг аниқ стандартларидан иборат Супер — Эгонинг бир қирраси. Индивид уз-узини баҳолаш ва мағрурлик ҳиссининг усишига олиб келадиган мақсадларга эришишга интилганда Эго — идеалдан фойдаланади.

• **Эго.** Психоанализ назариясида ижтимоий дунё билан самарали ҳамкорлик қилиш учун зарур буладиган идрок, тафаккур, малака ва психик фаолликнинг бошқа ҳамма қуринишларини уз ичига оладиган шахс қурилмасининг қирраси.

• **Эгоизм.** (Эҳтимол ҳар қандай хулқнинг асосида ётадиган) шахсий фаровонликни яхшилашга интилиш. Бошқаларнинг фаровонлигини яхшилашни мақсад қилиб қуядиган альтруизмга тескари.

• **Эдип ёки Электра комплекси.** Фаллик босқичида пайдо буладиган, боланинг қарама-қарши жинсдаги ота ёки онаси билан жинсий қушилишга интилиши, узи билан бир жинсдаги ота ёки онаси томонидан таҳдидни ҳис қилиши ва вақти келиб зиддиятни узини узи билан бир жинсдаги ота ёки онаси билан идентификация қилиш орқали бартараф қилишидан иборат жараён. Бола қарама-қарши жинсдаги ота ёки онасига нисбатан эротик ҳиссиётни, узи билан бир жинсдаги ота ёки онасига нисбатан эса рашкни бошдан кечиради.

• **Экспериментал тадқиқот.** Бир ёки бир неча омиллар (мустиқил узгарувчан қийматлар) ни манипуляция қилиб ва бошқаларини назорат қилиб (узгаришсиз қолдириб), сабаб-оқибат ҳақидаги маълумотларни аниқлайдиган тадқиқот.

• **Электра комплекси.** Фрейд назариясидаги Эдип комплексининг аёлларга нисбатан версияси.

• **Эмоционал қайта урганиш.** Даволашнинг охириги босқичида қулланиладиган, пациентга узи англаган нарсани кундалик ҳаётида узгартришга эришиш учун фойдаланишига ёрдам берадиган психоаналитик усул.

• **Эмпатия.** Бошқа одамнинг ҳис-туйғуларини жушқин равишда кечириш; узини унинг урнига қуйишга ҳаракат қилиш, ҳамдардлик.

• **Энтропия.** "Ҳар қандай энергетик тизим мувозанат ҳолатига интилади" деб тасдиқловчи термодинамика қонуни. Психоанализ назариясида энтропия ҳар қандай тирик мавжудотга узлари пайдо булган жонсиз ҳолатга қайтишга интилиш хос, деган маънони аниглади.

• **Эпигенетик тамойил.** Одам уз тараққиётида албатта бутун инсоният учун умумий булган қатъий кетма-кетлик босқичларидан утади, деб тахмин қилиш. Ҳар бир босқич биологик етилиш ва айни босқич томонидан одам олдига қуйиладиган ижтимоий талаблар билан бирга келадиган инқирозда намоён булади.

• **Эркин ассоциация.** Индивидуум қапчалик абсурд, шармандали ва мантиқсиз булмасин, калласига нима келса, шуни эркин гапириши жараёнида онгсизликни урганадиган психоаналитик усул.

- **Эроген зоналар.** Баданнинг ички ва ташқи туқималари бирлашадиган ва таранглик ҳамда қузғалиш манбаи булган нуқталари.

- **Этноцентризм.** Уз этник гуруҳи ва маданиятининг устунлигига ишонч ва мос равишда бошқа гуруҳларни назар-писанд қилмаслик.

- **Эҳтимол- "Мен".** Келажакда биз орзу қиладиган ёки шундай булишдан қурқадиган образлар.

- **Эҳтиросли муҳаббат.** Бошқа одам билан алоқага кучли мойиллик ҳолати. Эҳтиросли севишганлар бир-бирлари билан бутунлай банд буладилар, севганларининг муҳаббатига эришганларида экстаз ҳолатига тушадилар, уни йуқотганларида эса ғам-андуҳларининг чегараси булмайди.

- **Яқинлик.** Географик қўшнилик. Яқинлик (яна ҳам аниқроғи «функционал масофа») боғлиқлик ҳиссининг уйғонишини тақозо қилади.

АДАБИЁТЛАР

1. *Каримов И. А.* Донишманд халқимизнинг мустаҳкам иродасига ишонаман. «FIDOKOR» газетаси мухбири саволларига жавоблар, 2000 йил 8 июн.

2. Аналитическая психология и психотерапия /Сост. и общая редакция В. М.Лейбина . — СПб.: Питер, 2001.—512с. — (Серия «Хрестоматия по психологии»).

3. *Артур Ребер.* Большой толковый психологический словарь. Том 1—2. ВЕЧЕ АСТ., Москва, 2001.

4. *Зимбардо Филипп.* “Застенчивость”. Пер.с англ. Педагогика, 1991—203с.ил.

5. Курс практической психологии, или как научиться работать и добиваться успеха: Учебное пособие для высшего управленческого персонала (Автор-сост. Р.Кашапов).-Ижевск: Изд-во Удм. Ун-та, 1996 — 448с.ил.

6. *Куттер Петер* “Современный психоанализ” Пер. с нем. С.С.Панкова под общ.ред В.В.Зеленского — СПб, “Б.С.К”, 1998 — 348с.ил.

7. *Лапланиш Ж., Понталис Ж. Б.* Словарь по психоанализу/ Пер. с франц. Н.С. Автономовой. — М.: Высш.школ .,1996—623с.

8. *Лейбин В.М.* “Психоанализ и философия неофрейдизма” М. Политиздат, 1977—246 с.

9. *Майерс Д.* Социальная психология. 6-е изд., перераб. и доп. — СПб: Питер, 2001. — 750с.: ил. — (Серия «Мастера психологии»).

10. *Менегетти Антонио* “Практическое руководство по имагогике” Л. ЭКОС и Ленинградская ассоциация по онтопсихологии, 1991 — 112 с.

11. “Психоанализ и наука о человеке” (Сост. Е.В. Филиппова, М.Шуаре).- М. Прогресс — Культура, 1997—416 с.

12. *Рудестам К.* Групповая психотерапия. — СПб.: Питер, 2001. — 384 с.: ил. — (Серия «Золотой фонд психотерапии»).

13. *Фернхем А., Хейвен П.* Личность и социальное поведение. — СПб.: Питер, 2001. — 368 с.: ил. — (Серия «Мастера психологии»).

14. *Франкл Виктор*. Человек в поисках смысла. Сборник: Пер. С англ. и нем (Общ. ред. Л.Я.Леонтьева. — М. Прогресс, 1990. — 368с. Ил. — (Б-ка зарубежной психологии)

15. *Фрейд Зигмунд*. Введение в психоанализ. Лекции (Авторы очерка о Фрейте Ф.В.Бассин и М.Г.Ярошевский) — М. Наука 1991. —456с. — (Серия “Классики науки”)

16. *Фрейд Зигмунд*. “Я” и “Оно”. Труды разных лет. Пер. с нем. кн. 1,2. Сост. А. Григорашвили. Тбилиси: “Мерани”, 1991. — 398 с.

17. *Хьел Л., Зиглер Д.* Теории личности — - СПб.: Питер, 2001. — 608 с.: ил. — (Серия «Мастера психологии»).

18. *Jung C. G.* (1968). Analytical psychology: Its theory and practice (The Tavistock Lectures). New York: Pantheon.

19. *Adler A.* (1964). Superiority and social interest: A collection of later writings. H. L. & R. R. Ansbacher (Eds.). Evanston, IL: Northwestern University Press.

МУНДАРИЖА

Кириш.....	3
Шахс назариясида психоаналитик йуналиш.....	3
Фрейднинг маданиятшунослик ва психосексуал назарияси.....	12
Психоанализда инсон образи.....	22
Неврозлар ҳақида психоаналитик назария.....	26
Делинквент хулқ.....	34
Психоанализда диагностик методлар.....	51
Психоаналитик тест методлари.....	58
Даволаш ва маслаҳатнинг психоаналитик методлари.....	62
Психоаналитик методларни муваффақиятли қуллашнинг зарурий шартлари.....	68
Тор мазмундаги психоаналитик метод.....	72
Қиссий таҳлил.....	85
Психоаналитик терапиянинг бошқа шакллари.....	86
Психоанализни қуллаш.....	91
Гуруҳли терапияда метод ва назариялар.....	95
Психологияда шахс типологиялари.....	101
Оилавий психотерапия қоидалари.....	114
Психологнинг касб этикаси кодекси.....	121
Психоаналитик атамаларнинг изоҳли луғати.....	128
Адабиётлар.....	141

88

О 65

2 унв 2004

Отажонов М.

Психоанализ асослари: Олий уқув юртлари талабалари учун уқув қўлланма.— Т.: Ўзбекистон, 2004.—144 б.

ББК 88 я73

Тузувчи-муаллиф М. Отажонов

ПСИХОАНАЛИЗ АСОСЛАРИ

«Ўзбекистон» нашриёти — Тошкент — 2004

Муҳаррир *Г. Каримова*

Бадий муҳаррир *У. Солиҳов*

Тех.муҳаррир *У. Ким*

Мусаҳҳиҳ *Ш. Мақсудова*

Компьютерда тайёрловчи *Л. Абкеримова*

Босишга рухсат этилди 4.02.2004. Қоғоз формати 84x1081/32. Офсет босма усулида босилди. Шартли босма табоқ 7,56. Нашр табоғи 7,14.

Тиражи 1000. Буюртма 288. Баҳоси шартнома асосида.

«Ўзбекистон» нашриёти, 700129, Тошкент, Навоий кучаси, 30.
Нашр № 72-2003.

Ўзбекистон Матбуот ва ахборот агентлигининг Тошкент китоб-журнал фабрикасида чоп этилди. 700194, Тошкент, Юнусобод даҳаси, Муродов кучаси, 1.

