

“MEN”NING RO‘LI

*Jo‘rayeva Nilufar Xasanbayevna*

*Andijon viloyati Ulugnor tumani*

*maktabgacha va maktab ta’limi*

*bo‘limiga qarashli 21-umumiy*

*o‘rta ta’lim maktabi psixologi*

***Annotatsiya:** Jamiyat mavjudki insonlar o‘rtasidagi shaxslararo munosabatlar jarayoni rivojlanib tarkib topib ma’lum bir ko‘rinishlarda namoyon bo‘lib boradi. Shaxslararo munosabatlar juda ko‘p qirralari murakkab jarayon bo‘lib uning tarkib toppish, rivojlanishiga bir qator omillar o‘z ta’sirini o‘tqizadi. Umuman psixologiya tarixiga nazar tashlarkanmiz dastlabki trening dasturlari ham shaxslararo munosabatlarni rivojlantirishga qaratilganligini ko‘rishimiz mumkin.*

***Kalit so‘zlar:** individ, shaxs, shaxslararo munosabatlar, ego.*

Ijtimoiy jamiyatlar shakllana boshlagan ilk davrlardan oq insonlar bevosita o‘zaro muloqot jarayonlariga nisbatan diqqatli bo‘lishgan. Munosabatlarning rivojlanishiga juda ko‘plab omillar ta’sir qiladi xususan yosh, jins din, qadriyatlar va h.k. Biz maqolamiz davomida bu ta’sir etuvchi omillarning qaysi biri ko‘proq yoki kamroq ahamiyatga ega ekanligi borasida fikr yuritishdan yiroqmiz chunki bularning bari shaxslararo munosabatlarda birdek muhim va ahamiyatli deb hisoblaymiz. Va shu o‘rinda bu omillarning ayrimlariga ya’ni insonning o‘z menining boshqa insonlar bilan bo‘ladigan munosabatlarga bo‘lgan ta’sirini ko‘rib chiqamiz. Avvalambor shaxslararo munosabatlar tushunchasiga to‘htalib o‘tadigan bo‘lsak bu borada psixologik adabiyotlarda turlicha ammo bir-birini to‘ldirib kelgan bir qator izohlarga duch kelishimiz mumkin.

Zamonaviy psixologiyada "shaxslararo munosabatlar" tushunchasining aniq

ta'rifi mavjud emas. Biz bu borada bildirilgan fikrlarning ayrimlariga to'htalib o'tishga harakat qilamiz. N.N. Obozov shaxslararo munosabatlar har doim «sub'ekt-sub'ekt» aloqalari ekanligini ta'kidlaydi [3].

«Men» — **obrazi va o'zini-o'zi baholash**. Shaxsning o'zi, o'z xulq-atvori xususiyatlari, jamiyatdagi mavqeyini tasavvur qilishidan hosil bo'lgan obraz «Men» — obrazi deb atalib, uning qanchalik adekvatligi va realikka yaqinligi shaxs barkamolligining mezonlaridan hisoblanadi.

«Men» — obrazining ijtimoiy psixologik ahamiyati shundaki, u shaxs tarbiyasining va tarbiyalanganligining muhim omillaridan hisoblanadi. Shu nuqtai nazardan olib qaralganda, tarbiya shaxsning o'zi va o'z sifatleri to'g'risidagi tasavvurlarining shakllanishi jarayonidir, deb ta'rif berish mumkin. Demak, har bir inson o'zini, o'zligini qanchalik aniq va to'g'ri bilsa, tasavvur qilolsa, uning jamiyat normalariga zid harakat qilish kam bo'ladi, ya'ni u tarbiyalangan bo'ladi.

O'z-o'zini anglash, o'zidagi mavjud sifatlarni baholash jarayoni ko'pincha konkret shaxs tomonidan og'ir kechadi, ya'ni inson tabiati shundayki, u o'zidagi o'sha jamiyat normalariga to'g'ri kelmaydigan, no'maqul sifatlarni anglamaslikka, ularni «yashirishga» harakat qiladi, xattoki, bunday tasavvur va bilimlar ongsizlik sohasiga siqib chiqariladi (avstriyalik olim Z. Freyd nazariyasiga ko'ra). Bu ataylab qilinadigan ish bo'lmay, u har bir shaxsdagi o'z shaxsiyatini o'ziga xos himoya qilish mexanizmidir. Bunday himoya mexanizmi shaxsni ko'pincha turli xil yomon asoratlardan, hissiy kechinmalardan asraydi. Lekin shuni alohida ta'kidlash lozimki, «Men» — obrazining ijobiy yoki salbiyligida yana o'sha shaxsni o'rab turgan tashqi muhit, o'zgalar va ularning munosabati katta rol o'ynaydi. Odam o'zgalarga qarab, go'yoki oynada o'zini ko'rganday tasavvur qiladi. Bu jarayon psixologiyada refleksiya deb ataladi. Uning mohiyati — aynan o'ziga o'xshash odamlar obrazi orqali o'zi to'g'risidagi obrazni shakllantirish, jonlantirishdir. Refleksiya bu o'zini, o'zining xulq atvorini xuddi tashqaridan kuzatgandek kuzata olish va tahlil qila olish qobiliyatidir. Refleksiya “Men” - obrazi egasining ongiga taalluqli

jarayondir. Masalan, ko'chada bir tanishingizni uchratib qoldingiz. Siz tinmay unga o'z yutuqlaringiz va mashg'ulotlaringiz haqida gapirmoqdasiz. Lekin gap bilan bo'lib, uning qayergadir shoshayotganligiga e'tibor bermadingiz. Shu narsani siz uning betoqatlik bilan sizni tinglayotganligidan, hayoli boshqa yerda turganligidan bilib qolasiz va shu orqali ayni shu paytda "maxmadona, laqmaroq" bo'lib qolganingizni sezasiz. Keyingi safar shu o'rtog'ingiz bilan uchrashganda, oldingi hatoga yo'l qo'ymaslik uchun "O'rtoq, shoshmayapsanmi?" deb so'rab ham qo'yasiz. Ana shu ilgarigi refleksiyaning natijasidir. Ya'ni, suhbatdosh o'rniga turib, o'zingizga tashlangan nazar («men unga qanday ko'rinyapman?») - refleksiya.

Shaxsning o'zi haqidagi obrazi va o'z-o'zini anglashi yosh va jinsiy o'ziga xoslikka ega. Masalan, o'ziga nisbatan o'ta qiziquvchanlik, kim ekanligini bilish va anglashga intilish ayniqsa, o'smirlik davrida rivojlanadi. Bu davrda paydo bo'ladigan «kattalik» hissi qizlarda ham, o'smir yigitchalarda ham nafaqat o'ziga, balki o'zgalar bilan bo'ladigan munosabatlarini ham belgilaydi. Qizlardagi "Men" - obrazining yaxshi va ijobiy bo'lishi ko'proq bu obrazning ayollik sifatlarini o'zida mujassam eta olishi, ayollik xislatlarining o'zida ayni paytda mavjudligiga bog'liq bo'lsa, yigitlardagi obraz ko'proq jismonan barkamollik mezonlari bilan nechog'li uyg'un ekanligiga bog'liq bo'ladi. Shuning uchun ham o'smirlikda o'g'il bolalardagi bo'yning pastligi, muskullarning zaifligi va shu asosda qurilgan "Men" - obrazi qator salbiy taassurotlarni keltirib chiqaradi. Qizlarda esa tashqi tarafdin go'zallikka, kelishganlik, odob va ayollarga xos qator boshqa sifatlarning bor - yo'qligiga bog'liq xolda "Men" obrazi mazmunan idrok qilinadi. Qizlarda ham ortiqcha vazn yoki terisida paydo bo'lgan ayrim toshmalar yoki shunga o'xshash fiziologik nuqsonlar kuchli salbiy emotsiyalarga sabab bo'lsa-da, baribir, chiroyli kiyimlar, taqinchoqlar yoki sochlarning o'ziga xos turmagi bu nuqsonlarni bosib ketadigan omillar sifatida qaraladi.

E.P. Ilin o'zining "Muloqot psixologiyasi va shaxslararo munosabatlar" kitobida quyidagi ta'rifni keltirib o'tadi: "shaxslararo munosabatlar - bu shaxslar o'rtasida rivojlanadigan munosabatlar. Ular ko'pincha hissiy tajribalar bilan birga

keladi, ular insonning ichki dunyosini ifodalaydi.<sup>1</sup>

G.M. Andreeva shaxslararo munosabatlarni ob'ektiv ravishda tajribali, turli darajada, odamlar o'rtasidagi idrok etilgan munosabatlar deb belgilaydi [2].

Umuman olib qaraganda har bir insonning ijtimoiy tajribasi, uning insoniy qiyofasi, fazilatlari, xattoki kamchilik va nuqsonlari ham shaxslararo munosabat jarayonlarining mahsulidir. Jamiyatdan ajralgan, muloqotda bo'lish imkoniyatidan mahrum bo'lgan inson o'zida individ sifatlarini saqlab qolishi mumkin, lekin u shaxs bo'lolmaydi.

Erik Bern psixika tuzilishidagi mashhur ota-ona, katta odam, bola triadasining muallifi hisoblanadi. Uning tranzaksion tahlili shaxs va ijtimoiy xulq-atvor nazariyasidir. Nazariyaning tahliliga ko'ra insonlar bilan muloqotda shaxsda egoning uch hil ko'rinishi namoyon bo'ladi ota-ona, katta odam, bolalik. Shaxslararo munosabatlarda inson mazkur holatlarning birida namoyon bo'ladi.

“Tranzaksion tahlili” iborasi tom ma'noda “o'zaro ta'sirlar tahlili” degan ma'noni aglatadi. U ikkita psixologik g'oyani o'z ichiga oladi: a) muloqotning multiplikativ (ko'p darajali) xususiyati; b) muloqot jarayonini elementar tarkibiy qismlarga bo'lish va o'zaro ta'sirning ushbu elementlarini tahlil qilish.

Psixologiyadagi ushbu tendensiyaga ko'ra, egoning ma'lum holatlari shaxsning xatti-harakati uchun javobgardir. Har bir inson boshqalarga nisbatan o'zini bola (muloqotdan hayratga tushadigan sabrsiz va go'dak hissiy mavjudot) yoki ota-ona (ota-onaning munosabatini olish natijasida hosil bo'lgan fe'l-atvor va e'tiqod), yoki mustaqil fikrga ega bo'lgan kattalar kabi tutadi (yetuk va oqilona ego) [54].

"Ota-ona" egoning holati: Ota-onadan yoki ota-ona tasviridan ko'chirilgan xatti-harakatlar, fikrlar va his-tuyg'ular. Ota-ona talab qiladi, baholaydi, qoralaydi yoki tasdiqlaydi, o'rgatadi, boshqaradi, homiylik qiladi.

"Kattalar" egosining holati: Bu yerda va hozirga to'g'ridan-to'g'ri javob

---

<sup>1</sup> Ильин Е. П.И46 Психология общения и межличностных отношений. — СПб.: Питер, 2009. — 576 с.: (Серия «Мастера психологии»).

bo'lgan xatti-harakatlar, fikrlar va his-tuyg'ular. Voyaga yetgan odam ehtiyotkorlikni ko'rsatadi, mantiqiy ravishda ma'lumot bilan ishlaydi.

"Bola" ego holati: Xulq-atvor, fikrlar va his-tuyg'ular bolalikdan keladi. Bolada infantilizm, xudbinlik, yordamsizlik, bo'ysunish holati namoyon bo'ladi.

Albatta shaxs quyidagi ego holatlaridan birida bo'lar ekan uning boshqa insonlar bilan o'rnatadigan munosabati ham bevosita o'zgarib boradi. Shundan anglashiladiki ego xolati insonning boshqa shaxslar bilan o'rnatadigan mulqotdida tutgan o'rni muxim va axamiyatli jarayon bo'lib ijtimoiy munoabatlarda to'siqlarga duch keluvchi insonlarni yuqorida qayd etilgan jarayonlar bo'yicha ham o'rganish maqsadga muvofiq bo'lgan bo'lar edi.

Insonning ego holati shaxslararo munosabatlarda o'ziga va o'zgalarga bo'lgan ishonch, munosabatlarimizni qanday qurishimizni belgilab beruvchi omillardan biridir. O'ziga bo'lgan ishonch va hurmati yuqori bo'lgan insonlar boshqalar bilan munosabatlarga ochiq va bu munosabatlarni qanday baholashni yaxshi bilishadi. Bu ularda atrofidagi insonlar bilan sog'lom munosabatlarni o'rnatishga shuningdek suhbatda tashabbuskor bo'lishga undaydi. Shuningdek o'zaro munosabatlarni chegaralarni to'g'ri qo'ya olish, belgilash va va ularni barchasini to'g'ri, obyektiv baholay olish ham ego holatining rivojlanganlik darajasiga borib taqaladi. Albatta ongli o'z fikri, o'z meniga ega inson boshqa insonlarni tushunish ( empatiya ), ularning tajriba va malakalarini o'zlashtirish orqali muloqot jarayonlarida rivojlanib o'zi uchun kerakli bo'lgan ko'nikma va malakalrni shakllantirib boradi.

### **Foydalanilgan adabiyotlar**

1. Ильин Е. П.И46 Психология общения и межличностных отношений. — СПб.: Питер, 2009. — 576 с.: (Серия «Мастера психологии»)
2. Г.М. Андреева Психология социального познания. Учебное пособие. Гриф Минобр.288 стр., 2004 г
3. Н.Н. Обозов Межличностные отношения / Н.Н. Обозов. – Л.: ЛГУ, 2008. – 238 с

4. Эрик Берн Трансакционный анализ в психотерапии / [пер. с англ. А. Грузберга]. — Москва: Эксмо, 2019. — 368 с.
5. М.Махсудова. Мuloqot psixologiyasi / o'quv qo'llanma / Toshkent,2006.