

NOGIRONLIGI BO'LGAN SHAXSLAR PSIXOLOGIYASIDA MOSLASHUVCHANLIK TAMOYILLARI

Chorshanbiyev Avaz Eshkuvatovich

*Respublika imkoniyati cheklangan shaxslar uchun ixtisoslashtirilgan maxsus
texnikum Ijtimoiy moslashuv fani o'qituvchisi*

Annotatsiya: Ushbu maqolada nogironligi bor shaxslarning psixologiyasida moslashuvchanlik tamoyillari to'g'risida fikr yuritilgan

Kalit so'zlar: Nogironligi bor shaxslar, psixologik, ijtimoiy va hissiy qiyinchiliklar, stress, ijtimoiy-psixologik holati, moslashuvchanlik, ruhiy salomatlik xususiyatlari, Gomeostatik, Gedonistik, Pragmatik, Aqli tizimlarni qurish va tashkil etish tamoyillari, Tizimlilik tamoyili, Ierarxiya tamoyili, Ko'p kanallilik tamoyili.

Ko'p nogironligi bo'lgan shaxslar sog'liq muammolari tufayli cheklovlar bilan yashaydilar.

Natijada, ular bir qator psixologik, ijtimoiy va hissiy qiyinchiliklarga duch kelishadi. Ishtiyoq, faollik va cheksiz harakat bir vaqtlar jamiyatning o'ziga xos belgilari bo'lgan bo'lsa-da, endi hayot o'zgarishi mumkin, bu esa jiddiy stressga olib keladi.

Shuningdek, hayot qiyinchiliklariga duch kelganlarga yordam berish uchun ijtimoiy muhitga moslashish va o'zaro ta'sir qilishning ba'zi strategiyalarini ko'rib chiqamiz.

Nogironligi bo'lgan shaxslarning psixologik xususiyatlari yuqori darajada individualdir, chunki insonning ijtimoiy-psixologik holati ko'plab omillarga, masalan, nogironlik darajasi, yoshi, qo'shimcha to'siqlarning mavjudligi, atrof-muhit bilan o'zaro ta'sir qilish tajribasi, moslashuvchanlik, ruhiy salomatlik xususiyatlari va boshqalarga bog'liq.

Nogironligi bo'lgan shaxslarning aksariyati ijtimoiy noqulaylik, izolyatsiya va kamsitishga duch kelishadi, bu esa ular uchun ko'plab qiyinchiliklarni keltirib chiqaradi va o'z salohiyatlarini to'liq ro'yobga chiqarishga to'sqinlik qiladi.

Psixologiya har bir insonni moslashishga moyil mavjudot sifatida ko'radi. Psixologiyada moslashuvchanlikning bir nechta tamoyillari ajralib turadi:

Gomeostatik.

Bu tushuncha inson tanasi faqat bitta maqsad uchun dasturlashtirilgan deb taxmin qiladi - mavjud sharoitlarda muvozanatni saqlash. Inson qayerda bo'lishidan qat'iy nazar, uning tanasi tinch, sog'lom va faoliyat yurita oladigan muhitlarni qidiradi.

Psixologik darajada, inson to'siqlar va ijtimoiy yordamga qaramay, o'zini qabul qilish orqali o'zida va atrofda dunyo bilan muvozanatni tiklashga intiladi.

Gedonistik.

Bu tushuncha insonni o'z istaklarini qondirish tamoyillariga amal qilishini hisobga oladi. Ular o'zlarini qanday muhitda topmasinlar, ularning barcha harakatlari qoniqish yoki o'z manfaatlarini ko'zlashga qaratilgan bo'ladi.

Biroq, fidoyilik yoki qahramonlik holatlari, shuningdek, inson o'zi emas, balki jamiyat yoki butun guruh manfaatlari yo'lida harakat qiladigan holatlar ham mavjud (masalan, ishda).

Pragmatik. Bu tushuncha odamlarni oqilona va mantiqiy mavjudotlar sifatida ko'radi. Bu yerda inson minimal kuch sarflab maksimal samaraga yoki natijaga erishish istagi asosida harakat qiladi. Eng qizig'i shundaki, odamlar hatto eng mantiqsiz g'oyalarni ham, agar ular maqsadlariga erishishga yordam bersalar, mantiqiy deb qabul qilishadi.

Agar e'tibor bersangiz, avval maqsad paydo bo'lishini va keyin odam unga sodiq qolishini sezasiz. Bu maqsadlar quyidagilar:

- O'zini himoya qilish, omon qolish, sog'liq, uyg'unlik.
- Qonish va baxt hissi.
- Minimal harakat bilan erishiladigan maqsadlar.

Bu maqsadlarning barchasi odamlar tomonidan o'z qoidalari va normalarini belgilaydigan atrofdagi dunyo kontekstida amalga oshiriladi. Agar inson jamiyat tomonidan o'rnatilgan tamoyillarga amal qilsa, unda maqsadlariga erishish oson bo'ladi, garchi har doim ham samarali bo'lmasa ham. Biroq, agar inson ijtimoiy maqsadlarga zid bo'lgan individual maqsadlarni qo'ysa, ular ularga erishishning o'rganilmagan yo'llarini izlashga majbur bo'ladilar. Bu holda jamiyat yoki to'sqinlik qiladi yoki osonlashtiradi.

Aqlli tizimlarni qurish va tashkil etish tamoyillari

Ishni o'rganish bizga ularni tashkil etish va ishlashning muhim jihatlarini aks ettiruvchi umumiy tamoyillarni shakllantirish imkonini beradi, ular to'liq bo'lmasa-da, ularni tashkil etish va ishlashning muhim jihatlarini aks ettiradi.

Tizimlilik tamoyili.

Tizimlilik faqat murakkab tizimlar bo'lishi mumkin; ularning barcha elementlarining funktsiyalari tizimning maqsadi va undagi o'rni bilan, shuningdek, biri-biri bilan mos kelishi kerak. Eng ilg'or Tizimlilikning yaxlitligi va funktsional to'liqligini ta'minlaydigan narsa bu tizim elementlarining o'zaro izchilligi va o'zaro bog'liqligidir. Bu, shuningdek, strukturaviy yoki funktsional ortiqchalikka olib kelishi mumkin.

Ierarxiya tamoyili.

Murakkab ierarxik ko'p darajali tuzilma bir vaqtning o'zida bir nechta jarayonlarning sodir bo'lishi uchun asosdir.

Natijada yuzaga keladigan jarayonning o'ziga xoslik darajasi komponent jarayonlari to'plamining tabiatiga bog'liq.

Murakkab jarayonlar to'plami asosan murakkab tuzilma bilan tavsiflanadi. Shunday qilib, ma'lum darajada tizim va uning tuzilishining murakkablik darajasi uning potentsial aql darajasini belgilaydi

Ko'p kanallilik tamoyili.

Vaziyat va atrof-muhitga mos keladigan turli muammolarga yechim topish tashqi tomondan bir nechta kanallar orqali olingan va turli xil jismoniy printsiplar asosida ishlaydigan ma'lumotlarga asoslanadi, bu esa atrof-muhit obyektlarining maxsus xususiyatlarini xilma-xil tavsiflash imkonini beradi.

Axborot ma'lumotlarini integratsiyalash davom etayotgan jarayonlarning yanada ob'ektiv va to'liq tasvirini olish imkonini beradi. Turli kanallar orqali olingan turli xil ma'lumotlar taxminan bir xil, minimal vaqt ichida qayta ishlanadi.

Ushbu tamoyilning ravshanligi quyidagi fakt bilan tasdiqlanadi. Odamlar turli xil aniqlash muammolarini bir soniyaning kasrlarida hal qilishga qodir va insonning ko'rish tizimi, shubhasiz, parallel qurilma sifatida ishlaydi.

Ko'rish ma'lumotlarini ham, inson miyasi tomonidan boshqa sezgi organlaridan olingan ma'lumotlarni ham parallel ravishda qayta ishlash o'zgarmas obyektni aniqlashni amalga oshirish imkonini beradi.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR:

1. Ijtimoiy moslashuv fani o'qitish materiallari
2. Internet ma'lumotlari