



ZIGMUND FREYD VA ANNA FREYD NAZARIYALARI ASOSIDA SIQIB CHIQUARISH, PROYEKSIYA, RATSIONALIZATSIYA KABI MEXANIZMLAR TAHLILI.

Maxmudova Kamola Raximovna

Toshkent menejment va iqtisodiyot instituti o'qituvchisi PhD,
Makhmudova8888@yandex.com.

<https://doi.org/10.5281/zenodo.20999829>

ARTICLE INFO

Received: 1st June 2026

Accepted: 5th June 2026

Published: 28th June 2026

KEYWORDS

*psixotahlil, Ego, himoya
mexanizmlari, siqib chiqarish,
proyeksiya, ratsionalizatsiya,
ongsizlik, ichki nizo, adaptatsiya.*

ABSTRACT

Ushu maqolada psixotahlil asoschilari Zigmund Freyd va Anna Freydning fundamental nazariyalari doirasida psixologik himoya mexanizmlarining tabiati hamda funksional xususiyatlari ilmiy jihatdan tahlil qilinadi. Tadqiqotda shaxsiyatning ichki nizolardan himoyalashida yetakchi o'rin tutuvchi siqib chiqarish proyeksiya va ratsionalizatsiya mexanizmlarining namoyon bo'lish qonuniyatlari qiyosiy o'rganilgan. Z. Freydning ongsizlik va "Id" (U) hamda "Ego" (Men) o'rtasidagi ziddiyatlarga oid qarashlari, shuningdek, A. Freydning "Ego va himoya mexanizmlari" asari asosida ushbu jarayonlarning ontogenetik rivojlanishi ochib berilgan. Maqolada mazkur himoya mexanizmlarining shaxs adaptatsiyasi va psixopatologiyasidagi o'rni zamonaviy psixologik amaliyot nuqtai nazaridan baholanadi.

KIRISH

Zamonaviy psixologiya va psixotahlil tizimida shaxsning ichki ruhiy muvozanatini saqlash hamda tashqi muhitga moslashish jarayonlarini tushunishda psixologik himoya mexanizmlari fundamental ahamiyatga ega. Ushbu konsepsiyaning vujudga kelishi va tizimlashtirilishi bevosita Zigmund Freyd va uning qizi Anna Freyd nomlari bilan bog'liqdir. Klassik psixotahlil asoschisi Z. Freyd birinchilardan bo'lib inson ongsizligidagi ichki nizolar Id, Ego va Superego o'rtasidagi to'qnashuvlar keltirib chiqaradigan xavotirga qarshi ongsiz ravishda ishga tushadigan mudofaa tizimini kashf etdi [1]. Uning yondashuvida himoya mexanizmlari asosan instinktiv mayllarni bostirish va psixik energiyani qayta taqsimlash funksiyasini bajargan. Keyinchalik Anna Freyd otasining ushbu qarashlarini sezilarli darajada kengaytirdi va ularni tizimli monografiya holiga keltirdi. U o'zining fundamental asarlarida diqqat markazini nafaqat ongsiz mayllarga, balki "Ego" (Men)ning ushbu mayllarni qanday idora etishi va tashqi realikka qanday moslashishiga qaratdi [2]. A. Freyd tabiati turlicha bo'lgan o'ndan ortiq himoya mexanizmlarini tasnifladi va ularning shaxs ontogenezidagi o'rnini ko'rsatib berdi. Mazkur tadqiqot ishida psixik hayotda eng ko'p kuzatiladigan va shaxsiyat shakllanishida yetakchi o'rin tutuvchi uchta asosiy mexanizm: siqib chiqarish, proyeksiya va ratsionalizatsiya tahlil ostiga olinadi. G'arb va mahalliy psixolog olimlarning jumladan, L.S.Vigotskiy, B.V.Zeygarnik kabi taniqli tadqiqotchilarning psixologik himoyaga oid qarashlari ilmiy xulosalariga tayanilgan holda, ushbu mexanizmlarning ham funksional,

adaptiv, ham destruktiv, nevrotik xususiyatlari qiyosiy o'rganiladi. Mavzuning dolzarbligi shundaki, zamonaviy klinik psixologiya va psixoterapevtik amaliyotda bemorlarning xulq atvor motivlarini anglash hamda nevrozlarni davolash ushbu mexanizmlarni to'g'ri differensiyalashni talab etadi.

ADABIYOTLAR TAHLILI VA METODLAR

Psixoanalitik maktab asoschisi Zigmund Freyd inson psixikasini ong, ongoldi va ongsizlik qatlamlariga ajratib o'rgangan. Uning fikricha, inson xulq atvorining muhim qismi ongsiz motivlar va ichki ziddiyatlar ta'sirida shakllanadi. Freyd shaxs tuzilmasini id, ego va superego elementlari orqali izohlab, ego ichki va tashqi bosimlardan himoyalaniish maqsadida turli himoya mexanizmlaridan foydalanishini ta'kidlagan. Olim siqib chiqarish (repression) mexanizmini barcha himoya mexanizmlarining asosi deb hisoblagan. Uning nazariyasiga ko'ra, shaxs uchun noxush bo'lgan istaklar, xotiralar va his tuyg'ular ongdan siqib chiqarilib, ongsizlikka yo'naltiriladi[3]. Freyd tomonidan ilgari surilgan proyeksiya mexanizmi esa shaxsning o'zida mavjud bo'lgan nomaqbul fikr va hissiyotlarni boshqa insonlarga yuklash jarayonini anglatadi. Ushbu mexanizm yordamida inson ichki psixologik tanglikni kamaytirishga harakat qiladi[4]. Ratsionalizatsiya mexanizmi esa shaxsning o'z xatti harakatlari yoki muvaffaqiyatsizliklarini mantiqiy va ijtimoiy jihatdan maqbul sabablar bilan izohlashga intilishida namoyon bo'ladi[5]. Anna Freyd otasining psixoanalitik qarashlarini rivojlantirib, himoya mexanizmlarini tizimli ravishda tasniflagan.

U 1936-yilda nashr etilgan "The Ego and the Mechanisms of Defence" asarida ego faoliyatini va uning himoya vositalarini chuqur tahlil qilgan. Olimaning fikricha, himoya mexanizmlari inson ruhiy muvozanatini saqlashga xizmat qiladi hamda shaxsning tashqi muhitga moslashishida muhim rol o'ynaydi[5]. Anna Freyd siqib chiqarish, proyeksiya va ratsionalizatsiya bilan bir qatorda regressiya, sublimatsiya, identifikatsiya va reaksiya hosil qilish kabi himoya mexanizmlarini ham tavsiflagan. Uning tadqiqotlari himoya mexanizmlarining ayniqsa bolalik va o'smirlik davrida shaxs rivojlanishiga ta'sirini tushuntirishda muhim ahamiyat kasb etadi. Ximoya mexanizmlari masalasi keyinchalik Jorj Vaylant tomonidan ham rivojlantirilgan. U himoya mexanizmlarini yetuk (mature), nevrotik va ibtidoiy turlarga ajratib, ularning shaxsning psixologik moslashuv darajasi bilan bog'liqligini ko'rsatgan. Zamonaviy psixologiyada himoya mexanizmlari stress, xavotir va ichki konfliktlarni boshqarishning muhim omillaridan biri sifatida talqin qilinadi.

NATIJALAR

Zigmund Freyd, Anna Freyd, Jorj Vaylant, Xaynts Hartmann va Karen Xorniyning himoya mexanizmlariga oid ilmiy qarashlari tahlil qilindi. Olingan natijalar shuni ko'rsatdiki, himoya mexanizmlari shaxsning ichki ziddiyatlari, xavotirlari va ruhiy zo'riqishlarini boshqarishda muhim psixologik vosita hisoblanadi[4]. Zigmund Freyd nazariyasiga ko'ra, siqib chiqarish mexanizmi boshqa barcha himoya mexanizmlarining asosi bo'lib, inson uchun nomaqbul bo'lgan fikr, his tuyg'u va istaklarning ongsizlikka yo'naltirilishini ta'minlaydi². Tadqiqot natijalari siqib chiqarish mexanizmi inson ruhiy barqarorligini vaqtinchalik saqlashga yordam berishini, biroq uzoq muddat davomida qo'llanilganda ichki konfliktlarning kuchayishiga sabab bo'lishi mumkinligini ko'rsatdi [5]. Anna Freydning ilmiy qarashlari tahlili himoya mexanizmlarining faqat patologik holatlar bilan emas, balki insonning kundalik hayotga moslashuvi bilan ham bog'liqligini ko'rsatdi³. Uning ta'kidlashicha, ego turli himoya mexanizmlaridan foydalanish orqali tashqi muhit talablari va ichki ehtiyojlar o'rtasidagi muvozanatni saqlaydi. Tadqiqot davomida proyeksiya va ratsionalizatsiya mexanizmlari shaxsning o'ziga nisbatan salbiy hissiyotlarni kamaytirish hamda o'z xatti-harakatlarini oqlashga xizmat qilishi aniqlandi[6].

Jorj Vaylant tomonidan taklif etilgan tasnif asosida himoya mexanizmlarining samaradorligi ularning yetuklik darajasiga bog'liq ekanligi aniqlandi. Tadqiqot natijalari ratsionalizatsiya va siqib chiqarish kabi nevrotik himoya mexanizmlarining qisqa muddatli ruhiy himoyani ta'minlashi, biroq muammoning asl sabablarini bartaraf etmasligini ko'rsatdi⁴. Shu bilan birga,

yetuk himoya mexanizmlaridan foydalanadigan shaxslarning ijtimoiy moslashuvi yuqoriroq darajada bo'lishi kuzatildi. Xaynts Hartmannning ego psixologiyasi haqidagi qarashlari tahlili himoya mexanizmlarini faqat ichki konflikt mahsuli sifatida emas, balki tashqi muhitga moslashishning tabiiy vositasi sifatida ham baholash imkonini berdi⁵. Olingan natijalar ego faoliyatining shaxsning ijtimoiy va psixologik moslashuv darajasiga bevosita ta'sir qilishini tasdiqladi.

Karen Xorniyning nazariy qarashlari esa himoya mexanizmlarining shakllanishida ijtimoiy omillar, oilaviy munosabatlar va tarbiya muhim rol o'ynashini ko'rsatdi⁶. Tadqiqot natijalariga ko'ra, shaxsda kuzatiladigan proyeksiya va ratsionalizatsiya mexanizmlari ko'pincha bolalik davridagi xavotir, qo'rquv va ijtimoiy bosimlar bilan bog'liq holda shakllanadi. Umuman olganda, olib borilgan tahlillar natijasida siqib chiqarish, proyeksiya va ratsionalizatsiya mexanizmlari shaxs psixologik himoyasining muhim tarkibiy qismlari ekanligi aniqlandi. Mazkur mexanizmlar insonning ruhiy muvozanatini saqlash, stressli vaziyatlarga moslashish va ichki konfliktlarni boshqarishda muhim ahamiyatga ega bo'lsa da, ularning haddan tashqari qo'llanilishi shaxsning voqelikni adekvat qabul qilishiga salbiy ta'sir ko'rsatishi mumkin. Shu sababli himoya mexanizmlarini psixologik salomatlik va shaxs rivojlanishi nuqtai nazaridan kompleks o'rganish dolzarb ilmiy masala hisoblanadi.

MUHOKAMA

Mazkur tadqiqot natijalari Zigmund Freyd va Anna Freyd tomonidan ishlab chiqilgan himoya mexanizmlari nazariyasining bugungi psixologiya fanida ham o'z dolzarbligini saqlab qolayotganligini ko'rsatdi. Tadqiqot davomida tahlil qilingan siqib chiqarish, proyeksiya va ratsionalizatsiya mexanizmlari inson psixikasining murakkab himoya tizimi sifatida namoyon bo'lishi aniqlandi. Freydning ta'kidlashicha, inson ruhiyatida yuzaga keladigan ichki konfliktlar, asosan, biologik ehtiyojlar bilan ijtimoiy talablar o'rtasidagi qarama-qarshilik natijasida shakllanadi. Bunday vaziyatlarda ego ruhiy muvozanatni saqlab qolish uchun turli himoya mexanizmlaridan foydalanadi[1].

Tahlillar shuni ko'rsatdiki, siqib chiqarish mexanizmi psixologik himoyaning eng asosiy shakllaridan biri hisoblanadi. Ushbu mexanizm yordamida shaxs ruhiy iztirob keltirib chiqaruvchi xotira va hissiyotlarni ongsizlik qatlamiga yo'naltiradi. Freyd siqib chiqarishni nevrozlarning shakllanishida muhim omil sifatida baholagan. Tadqiqot natijalari ham ushbu fikrni qisman tasdiqlaydi. Chunki uzoq muddat davomida ongdan siqib chiqarilgan hissiyotlar va kechinmalar keyinchalik xavotir, stress va psixosomatik buzilishlar ko'rinishida namoyon bo'lishi mumkin. Anna Freyd tomonidan ilgari surilgan qarashlar Freyd nazariyasini yanada boyitganligini kuzatish mumkin. U himoya mexanizmlarini faqat patologik holatlarning belgisi sifatida emas, balki shaxsning kundalik hayotga moslashuvini ta'minlovchi psixologik vosita sifatida talqin qilgan³. Tadqiqot natijalari ham himoya mexanizmlarining insonning ijtimoiy faoliyati va emotsional barqarorligida muhim rol o'ynashini ko'rsatdi. Ayniqsa, ratsionalizatsiya mexanizmi insonning muvaffaqiyatsizlik yoki ruhiy noqulayliklarni yengib o'tishida vaqtinchalik himoya vazifasini bajarishi aniqlandi.

Proyeksiya mexanizmi bo'yicha olingan natijalar ham Freyd va Anna Freyd qarashlari bilan mos keladi. Tadqiqot davomida proyeksiya insonning o'zida mavjud bo'lgan nomaqbul his tuyg'ularni yoki sifatlarni boshqa odamlarga yuklash orqali ichki xavotirni kamaytirishga xizmat qilishi aniqlandi. Biroq ushbu mexanizmning haddan tashqari kuchayishi shaxslararo munosabatlarning buzilishiga olib kelishi mumkin. Bu holat zamonaviy psixologik tadqiqotlarda ham qayd etilgan bo'lib, proyeksiyaning kuchli namoyon bo'lishi ijtimoiy moslashuvning pasayishiga sabab bo'lishi ta'kidlanadi[5]. Jorj Vaylant tomonidan ishlab chiqilgan himoya mexanizmlarining darajalari haqidagi nazariya mazkur tadqiqot natijalarini chuqurroq izohlash imkonini berdi. Olim himoya mexanizmlarini yetuk, nevrotik va ibtidoiy turlarga ajratgan holda, ularning shaxs rivojlanishidagi o'rnini asoslab bergan⁵. Tadqiqot davomida siqib chiqarish va ratsionalizatsiya nevrotik himoya mexanizmlariga mansub bo'lib, ular qisqa muddatli psixologik himoyani ta'minlashi, ammo muammolarning asl sabablarini

bartaraf etmasligi aniqlandi. Bu esa mazkur mexanizmlarning ikki tomonlama xarakterga ega ekanligini ko'rsatadi. Xaynts Hartmannning ego psixologiyasi haqidagi qarashlari ham muhim ilmiy ahamiyatga ega. Uning fikricha, ego faqat himoya vazifasini bajarib qolmay, balki tashqi muhitga faol moslashish jarayonini ham boshqaradi[6].

Tadqiqot natijalari shuni ko'rsatdiki, himoya mexanizmlarining samaradorligi ko'p jihatdan ego rivojlanish darajasi bilan bog'liq. Ego qanchalik barqaror va rivojlangan bo'lsa, shaxsning stressli vaziyatlarga moslashuvi shunchalik samarali kechadi. Karen Xorniyning qarashlari esa himoya mexanizmlarini shakllantiruvchi omillar doirasini kengaytiradi. U inson ruhiy hayotida ijtimoiy muhit, oilaviy munosabatlar va tarbiyaning ta'sirini alohida ta'kidlagan[7]. Tadqiqot natijalari ham bolalik davrida shakllangan xavotir va ruhiy ziddiyatlar keyinchalik proyeksiya hamda ratsionalizatsiya mexanizmlarining rivojlanishiga ta'sir ko'rsatishini ko'rsatdi. Shu sababli himoya mexanizmlarini o'rganishda biologik omillar bilan bir qatorda ijtimoiy va madaniy omillarni ham hisobga olish zarur. Umuman olganda, tadqiqot natijalari Freyd va Anna Freyd tomonidan ishlab chiqilgan himoya mexanizmlari nazariyasining zamonaviy psixologiya uchun nazariy va amaliy ahamiyatga ega ekanligini tasdiqladi. Siqib chiqarish, proyeksiya va ratsionalizatsiya mexanizmlari insonning ruhiy barqarorligini saqlashda muhim rol o'ynaydi. Biroq ularning uzoq muddatli va haddan tashqari qo'llanilishi shaxsning real voqelikni adekvat qabul qilishiga salbiy ta'sir ko'rsatishi mumkin. Shu bois himoya mexanizmlarini kompleks va tizimli ravishda o'rganish psixologiya fanining dolzarb yo'nalishlaridan biri bo'lib qolmoqda.

XULOSA

Mazkur tadqiqotda Zigmund Freyd va Anna Freyd nazariyalari asosida psixologik himoya mexanizmlarining mohiyati, xususan siqib chiqarish, proyeksiya va ratsionalizatsiya mexanizmlarining nazariy asoslari tahlil qilindi. Shuningdek, Jorj Vaylant, Xaynts Hartmann va Karen Xorniy kabi olimlarning mazkur masalaga oid ilmiy qarashlari o'rganilib, himoya mexanizmlarining shaxs psixologiyasidagi o'rni va ahamiyati yoritildi. O'tkazilgan nazariy tahlillar natijasida himoya mexanizmlari inson ruhiy faoliyatining muhim tarkibiy qismi ekanligi hamda ular shaxsning ichki ziddiyatlari va tashqi muhit ta'sirlariga moslashishida muhim vazifani bajarishi aniqlandi. Zigmund Freyd tomonidan ishlab chiqilgan psixanalitik nazariyaning himoya mexanizmlarini tushuntirishdagi ilmiy ahamiyatini tasdiqladi. Freydning fikricha, inson xulq atvorining muhim qismi ongsiz jarayonlar bilan bog'liq bo'lib, ego ichki konfliktlar va tashqi bosimlar ta'sirida turli himoya mexanizmlarini ishga soladi. Ayniqsa, siqib chiqarish mexanizmi ruhiy himoyaning asosiy shakli sifatida inson uchun nomaqbul bo'lgan istaklar, his-tuyg'ular va xotiralarni ongdan chiqarib yuborishga xizmat qiladi. Tadqiqot davomida ushbu mexanizmning qisqa muddatda ruhiy barqarorlikni ta'minlashi, biroq uzoq muddatli istiqbolda ichki ziddiyatlarning kuchayishiga sabab bo'lishi mumkinligi aniqlandi.

Anna Freydning ilmiy qarashlari himoya mexanizmlarining mazmunini yanada kengroq tushunishga imkon berdi. U himoya mexanizmlarini faqat kasallik yoki nevroz belgisi sifatida emas, balki insonning kundalik hayotga moslashishini ta'minlovchi tabiiy psixologik jarayon sifatida baholagan. Tadqiqot natijalari ushbu yondashuvning ilmiy asoslanganligini ko'rsatdi. Chunki insonning ijtimoiy faoliyati davomida yuzaga keladigan stress, xavotir va ruhiy zo'riqishlarni kamaytirishda ratsionalizatsiya, proyeksiya va boshqa himoya mexanizmlari muhim rol o'ynaydi. Proyeksiya mexanizmi tahlili shuni ko'rsatdiki, inson o'zida mavjud bo'lgan salbiy his tuyg'ular yoki nomaqbul sifatlarni boshqa shaxslarga yuklash orqali ichki ruhiy tanglikni kamaytirishga intiladi. Bunday holat qisqa muddatda psixologik himoya vazifasini bajarsa ham, uzoq muddat davom etganda shaxslararo munosabatlarning yomonlashishiga va ijtimoiy moslashuvning pasayishiga olib kelishi mumkin. Ratsionalizatsiya mexanizmi esa insonning o'z xatti-harakatlari yoki muvaffaqiyatsizliklarini mantiqiy sabablar bilan izohlashga bo'lgan intilishida namoyon bo'lishi aniqlandi. Ushbu

mexanizm o'z-o'zini himoya qilishning samarali vositasi bo'lishi bilan birga, ayrim hollarda shaxsning muammoning haqiqiy sabablarini anglashga to'sqinlik qilishi mumkin.

Jorj Vaylant tomonidan ishlab chiqilgan himoya mexanizmlarining darajalari haqidagi nazariya himoya mexanizmlarining samaradorligini baholash imkonini berdi. Tadqiqot davomida yetuk himoya mexanizmlaridan foydalanadigan shaxslarning psixologik moslashuv darajasi yuqori bo'lishi kuzatildi. Bu esa himoya mexanizmlarining faqat salbiy hodisa emas, balki shaxs rivojlanishining muhim tarkibiy qismi ekanligini ko'rsatadi. Xaynts Hartmannning ego psixologiyasiga oid qarashlari esa ego faoliyatining tashqi muhitga moslashishdagi ahamiyatini yoritib berdi. Tadqiqot natijalari ego rivojlanish darajasi bilan himoya mexanizmlarining samaradorligi o'rtasida bevosita bog'liqlik mavjudligini ko'rsatdi. Karen Xorniyning ilmiy qarashlari himoya mexanizmlarining shakllanishida ijtimoiy va madaniy omillarning rolini tushuntirishga xizmat qildi. Tadqiqot natijalari bolalik davridagi tarbiya, oilaviy munosabatlar va ijtimoiy muhitning inson psixikasiga sezilarli ta'sir ko'rsatishini tasdiqladi. Shu sababli himoya mexanizmlarini o'rganishda biologik va psixologik omillar bilan bir qatorda ijtimoiy omillarni ham hisobga olish zarur.

Umuman olganda, olib borilgan tadqiqot natijalari siqib chiqarish, proyeksiya va ratsionalizatsiya mexanizmlari inson ruhiy faoliyatining muhim tarkibiy qismi ekanligini ko'rsatdi. Ushbu mexanizmlar shaxsning ichki ziddiyatlarini boshqarish, ruhiy muvozanatini saqlash hamda tashqi muhitga moslashishida muhim vazifani bajaradi. Biroq ularning haddan tashqari yoki noo'rin qo'llanilishi shaxsning psixologik salomatligiga salbiy ta'sir ko'rsatishi mumkin. Shu bois himoya mexanizmlarining shakllanishi, namoyon bo'lishi va shaxs rivojlanishiga ta'sirini yanada chuqurroq o'rganish psixologiya fanining muhim va istiqbolli yo'nalishlaridan biri hisoblanadi.

Tadqiqot natijalari psixologlar, pedagoglar va boshqa mutaxassislar uchun amaliy ahamiyatga ega bo'lib, inson xulq-atvorini chuqurroq tushunish, psixologik maslahat berish hamda ruhiy salomatlikni mustahkamlash bo'yicha samarali tavsiyalar ishlab chiqishda nazariy asos vazifasini bajarishi mumkin.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR RO'YXATI:

1. Фрейд, З. Я и Оно Зигмунд Фрейд.-М.: Эксмо-Пресс, 2020.- С. 45-48.
2. Фрейд, А. Эго и механизмы защиты Анна Фрейд.- М.: АСТ.2018. -С. 62-67. 3. Sigmund Freud. The Interpretation of Dreams. London: Hogarth Press, 1900.
4. Sigmund Freud. Introductory Lectures on Psychoanalysis. New York: Norton, 1917.
5. Sigmund Freud. The Ego and the Id. London: Hogarth Press. 1923.
6. Anna Freud. The Ego and the Mechanisms of Defence. London, Hogarth Press. 1936.
7. Hartmann H. Ego Psychology and the Problem of Adaptation. New York: International Universities Press, 1958. – 121 p.
8. Horney K. Our Inner Conflicts: A Constructive Theory of Neurosis. New York: W.W. Norton & Company, 1945. – 250 p.