

PSIXOLOGIYADA SHAXS TUSHUNCHASI

Shodiboyev Shohruh Shuhrat o'g'li
Xalqaro Nordic Universiteti o'qituvchisi
Shodiboyev Shohruh Shuhrat o'g'li

Hamma insonning o'ziga xos shaxsiyati bor. Sizning bu shaxsiyatingiz kelajakdagi muvaffaqiyatlaringiz va hayotingizdagi baxt-saodat chegaralarini belgilab beradi. Shaxsiyatingiz eng muhim boyliklaringizdan biri ekanligini hech qanday mubolag'asiz aytish mumkin. U hozirgacha boshdan kechirgan tajribalaringizni shakllantirgan va hayotingizning qolgan qismida ham ta'sir qilishda davom etadi. Siz erishgan barcha yutuqlar, kelajakdagi rejalar, yaxshi turmush o'rtoq yoki ota-ona bo'lasizmi, hatto sog'lig'ingiz ham shaxsiy xususiyatlaringiz va atrofingizdagi odamlarning shaxslariga bog'liq bo'lishi mumkin. Shaxsingiz hayotdagi imkoniyatlaringiz va tanlovlaringizni cheklashi yoki kengaytirishi, sizni ayrim tajribalardan uzoqlashtirishi yoki ulardan to'liq foydalanishga imkon berishi mumkin. U ayrim odamlarning hayotini chegaralab, to'sib qo'yishi, boshqalarning esa yangi imkoniyatlar dunyosini ochishi mumkin.

Siz atrofingizdagi odamlarni har kun turli xil (ijobiy va salbiy) sifatlar bilan tasvirlab turasiz. Odatda, siz ko'pchilikni mehribon, yoqimli, atrofdagilar bilan yaxshi munosabatda bo'ladigan insonlar deb tasvirlaysiz. Albatta ularni do'st, xonadosh yoki hamkasb sifatida hech o'ylamasdan tanlagan bo'laringiz. Agarda siz menejer bo'lsangiz, ehtimol, ularni ishga olgan bo'laringiz. Agar shaxsiy munosabatlarda jiddiy qaror qabul qilayotgan bo'lsangiz, ehtimol, bu odamga uylanish yoki turmushga chiqishni xohlar edingiz. Bu qaroringiz, albatta, u yoki bu shaxsning qanday shaxs ekanligi haqidagi tasavvuringizga asoslangan bo'lar edi. Shuningdek siz, sizningcha, yomon shaxsiy sifatlarga ega odamlarni ham bilasiz. Bunday odamlar odatda, sizningcha, ko'rinishidan sovuqroq, yovuz niyatli, tajovuzkor, yoqimsiz, yoki atrofdagilar bilan kelishib ketishi qiyin bo'ladi. Siz bunday odamni ishga olmas edingiz yoki ular bilan munosabat o'rnatishni istamagan bo'lar edingiz. Ularni boshqalar ham chetlashtirishlari va yolg'iz qoldirishlari mumkin.

¹ Shaxsiyat deganda shaxsiy xususiyatlarni nazarda tutayapmiz.

Eslab qolingki, siz boshqalarning shaxsiyati haqida hukm qilayotganingizda, ular ham siz haqingizda shunday qarorlar qabul qilishadi. Bu o‘zaro qarorlar odamlar hayotini shakllantiradi va har safar yangi odamlar bilan muloqotda bo‘lganimizda, ko‘p marta qayta-qayta sodir bo‘ladi. Albatta, siz ishtirok etadigan ijtimoiy vaziyatlarning miqdori va xilma-xilligi ham shaxsiy xususiyatlaringizga bog‘liq. Masalan, sizning ijtimoiy kirishuvchan bo‘lishingiz yoki uyatchanli-gingizni olaylik. Xuddi o‘zingizning umumiy shaxsiy xususiyatlaringiz haqida aniq tasavvurga ega ekanligingiz kabi, siz bu xususiyat bo‘yicha ham qaysi darajada ekanligingizni bilasiz.

Shaxs xususiyatlarini "yaxshi" yoki "yomon" kabi bunday oddiy va umumiy so'zlar bilan to'liq va mukammal tavsiflash mumkin emas, chunki inson shaxsi juda murakkab va turli holatlar hamda odamlar bilan bo'lgan munosabatlarga qarab o'zgaradi. Shu sababli, shaxs haqida to'g'ri tasavvur hosil qilish uchun yanada aniqroq tilda izoh berish lozim. Shuning uchun, psixologlar shaxsni baholash yoki o'lchash uchun turli testlar ishlab chiqishga katta ahamiyat qaratganlar. Kitob davomida bu mavzuni kengroq ko'rib chiqamiz.

Sizga o'zingizning shaxsingiz qanday ekanligini bilish uchun psixologik test kerak emasdek tuyulishi mumkin, va bu umuman olganda balki to'g'ridir. Axir, o'zingizni boshqalardan ko'ra yaxshiroq bilishingiz aniq. Agar sizdan shaxsingizni tasvirlaydigan so'zlarni sanab o'tishingiz so'ralsa, o'z sifatlarinigizni tezda birin keting sanab berasiz.

Buni sinab ko'ring. Haqiqatan qanday shaxs ekanligingizni umumiy tasvirlab berish uchun qo'lingizdan kelgancha ko'proq sifatlarni yozib chiqing — qanday bo'lishni xohlayotganingizni emas, o'qituvchilaringiz, ota-onangiz yoki ijtimoiy tarmoqdagi do'stlaringiz sizni qanday tasavvur qilishini emas, balki haqiqiy o'zingizni tasvirlab bering. (Agar mos kelsa ham, "alo", "yaxshi" kabi so'zlarni ishlatmaslikka harakat qiling.) Necha so'z topdingiz? Olti? O'n? Balki yana ko'proqdir. Keng qo'llaniladigan shaxs testlaridan biri — "Sifatlar ro'yxati" — shaxsiyatni tasvirlaydigan umumiy 300 ta sifatni taqdim etadi.

Testni topshirayotgan odamlar o'zlariga eng mos keladigan sifatlarni tanlashadi. Yo‘q, biz sizdan barcha 300 ta sifatni ko‘rib chiqishni so‘ramaymiz — faqat 1.1-jadvalda keltirilgan 30 tasini tanlang. O'zingizga

tegishli deb hisoblagan sifatlar yoniga belgi qo'ying. Bu tugagach, sizning shaxsingiz yanada batafsilroq tasvirlangan bo'ladi. Lekin esda tutingki, asl testda tanlash uchun yana 270 ta sifat mavjud bo'ladi.

Sifatlar		
mehribon	intiluvchan	o'ziga ishongan
maqtanchoq	xushmuomala	shubhalanuvchan
talbachan	ko'zga ko'rinarli	qo'rqqoq
boshqaruvchan	saxiy	asabiy
sabrsiz	mulohazali	qobil
kayfiyatsiz	optimist	o'z fikrini maqullovchi
o'jar	tez hadiksirovchi	beg'am
kinoyachi	ko'ngli bo'sh	so'zamol
bo'ysunuvchan	tolerant	ishonuvchan
dadil	qasoskor	uyatchang

Bu kitobda biz sizning shaxsingiz qanday ekanligiga e'tibor bermaymiz, chunki buni bilish uchun psixologiya kursi kerak emas. Bizning o'rganmoqchi bo'lgan narsamiz – shaxsni shakllantiruvchi kuchlar va omillardir. Ushbu bob va kitob davomida shaxsning tabiati haqida bir nechta asosiy savollarni muhokama qilamiz. Masalan, shaxs xususiyatlari tug'mami yoki ota-onamizdan o'rganamizmi, shaxsga ongsiz kuchlar ta'sir qiladimi yoki keying umr davomida o'zgarishi mumkinmi?

Avvalroq shaxsning rasmiy ta'riflari haqida gaplashgan edik. Endi lug'at ta'riflaridan chekinib, kundalik hayotda bu so'zni qanday qo'llashimizga nazar tashlaylik. Biz uni odatda boshqalarni va o'zimizni tavsiflash uchun ishlatamiz. Bir psixolog shunday taklif qilgan edi: shaxsning ma'nosini tushunish uchun, biz har safar "men" deganda, nimani nazarda tutganimizni eslashimiz kerak (Adams, 1954). "Men" deganimizda, o'zimiz haqimizdagi hamma narsani – nimani yoqtirish va yoqtirmasligimizni, qo'rquv va fazilatlarimizni, kuchli va zaif tomonlarimizni bir joyga jamlaymiz. Bu so'z bizni boshqalardan ajratib individual shaxs ekanligingizni anglatadi.

Shaxs tushunchasini yanada yaxshi anglashning yana bir usuli uning kelib chiqishiga e'tobor berish. Bu so'z taxminan 1500-yillarga borib taqaladi va lotincha "persona" so'zidan kelib chiqqan bo'lib, u qadimda

teatrda aktyorlar foydalangan niqobga ishora qiladi. Shuning uchun "persona" so'zi bizning tashqi ko'rinishimizga, ya'ni boshqalarga ko'rsatadigan "yuzi"mizga nisbatan qo'llaniladi. Shundan kelib chiqib, shaxs bizning tashqi va ko'rinadigan xususiyatlarimiz, ya'ni boshqalar bizni qanday ko'rishiga asoslangan holda anglaniladi. Boshqacha qilib aytganda, shaxsiy xususiyatlarimiz bu bizning tashqi dunyoga ko'rsatayotgan niqobimiz desak ham bo'ladi.

Ammo biz "shaxs" so'zini ishlatganda faqatgina ko'rinadigan yoki boshqalarga qanday ta'sir qilayotganimizni nazarda tutamizmi? Shaxs faqat kiygan "niqob"imiz va o'ynayotgan rolimiz bilan cheklanadimi? Albatta yo'q. Shaxs haqida gapirganda, biz ko'proq narsani, ya'ni insonning turli xususiyatlari va atribut²larini ham nazarda tutamiz. Bu tushuncha nafaqat yuzaki tashqi xususiyatlarni, balki ichki sub'yektiv, ijtimoiy va emotsional sifatlarni ham o'z ichiga oladi, ular to'g'ridan-to'g'ri ko'rinmasligi, odamlar yashirishi yoki biz boshqalardan yashirishimiz mumkin bo'lgan xususiyatlardir.

Shaxs tushunchasida biz odatda barqaror xususiyatlarga ishora qilamiz. Ya'ni, shaxsiyat nisbatan barqaror va oldindan aytib bo'ladigan deb hisoblanadi. Masalan, do'stimiz odatda xotirjam bo'lsa ham, ba'zi hollarda hayajonli, asabiy yoki vahimali bo'lib qolishi mumkinligini tan olamiz. Shuning uchun, shaxs xususiyatlari holatga qarab o'zgarishi mumkin, lekin bu o'zgarishlar keskin bo'lmaydi va odatda shaxs xususiyatlari birdaniga o'zgarishlarga chidamli bo'ladi. 1960-yillarda psixologiyada xulq atvoriga ta'siri nuqtai nazaridan barqaror shaxsiy xususiyatlar va ehtiyojlar hamda vaziyatlarga bog'liq xususiyatlar ta'siri yuzasidan munozaralar bo'lib o'tgan.³

Bu munozaralar taxminan 20 yil davom etdi va oxirida quyidagi qarorga kelindi: "uzoq vaqtli shaxsiy xususiyatlar ta'siri va vaziyatning ta'siri o'rtasidagi uzoq vaqt davom etgan va bahs-munozaralar keltirib chiqargan farqni ajratishni iloji yo'q" (Funder, 2001, 200-bet). Natijada, bu masala o'zaro yagona yondashuv qabul qilinishi bilan hal qilindi. Ya'ni, inson xatti-harakatini to'liq tushuntirish uchun doimiy va barqaror shaxsiy xususiyatlar,

² shaxs atributlari — bu odamning xarakterini, shaxsiyatini va xulq-atvorini aniqlaydigan ichki va tashqi xususiyatlaridir.

³ Mischel, W. (1968). Personality and assessment. New York: Wiley.

vaziyatdagi o'zgaruvchan omillar va ularning o'zaro ta'siri hammasi birgalikda hisobga olinishi kerakligi tan olinadi.

Shaxsiyatni ta'riflashda insonning o'ziga xosligi tushunchasini ham qo'shishimiz mumkin. Biz odamlarda o'xshashliklarni ko'ramiz, lekin har birimizni boshqalardan ajratib turadigan yagona o'ziga xos xususiyatlarimiz ham mavjud. Shuning uchun, **shaxsni turli vaziyatlarga qarab o'zgarishi mumkin bo'lgan doimiy va noyob xususiyatlar majmuasi** sifatida ta'riflashimiz mumkin. Ammo, hatto bu ta'rifga ham barcha psixologlar birdek yakdil emas. Aniqroq ta'rifga erishish uchun har bir shaxs nazariyotchisi "shaxs" degan tushunchaga qanday ma'no yuklashini ko'rib chiqishimiz kerak. Har bir nazariyotchi shaxsiyatning o'ziga xos talqinini va shaxsiy qarashini taqdim etadi, va ularning qarashi ularning ta'rifiga aylanadi. Shu bois, ushbu kitobning maqsadi — shaxs tushunchasining turli talqinlarini tushunish va bu so'zni turlicha ta'riflash usullarini o'rganishdir.