

PSIXOLOGIK DESPOTIZIM VA UNING ASOSIY BELGILARI**Madaminova Sanobar Qutlimuratovna****Osiyo xalqaro Universiteti Pedagogika-psixologiya yo`nalishi Magistratura talabasi****Ramazonov Jahongir Djalolovich****Ilmiy raxbar - Psixologiya fanlari bo`yicha falsafa doktori p.f.f.d (PhD), dotsenti****<https://doi.org/10.5281/zenodo.11063819>**

ANNOTATSIYA: Ushbu maqolada psixologik despotizm atamasiga ta`rif, uning turlari, xususiyatlari, psixologiya fanida despotizmning o`rni qandayligi haqida so`z boradi.

KALIT SO`ZLAR: despotizm, xulq-atvor, dunyo-qarash, psixologiya, xarakter, munosabatlar, mantiqiy dalillar, zo`ravonlik.

ANNOTATION: This article describes the definition of the term psychological depression, its types, characteristics, and the role of depression in the science of psychology.

KEY WORDS: despotism, behavior, worldview, psychology, character, relationships, logical arguments, violence.

АННОТАЦИЯ: В данной статье говорится об определении термина психологическая депрессия, ее видах, характеристиках, а также о роли депрессии в науке психологии.

КЛЮЧЕВЫЕ СЛОВА: деспотизм, поведение, мировоззрение, психология, характер, отношения, логические аргументы, насилие.

Psixologik muammolar insonning ruhiy salomatligiga ta'sir qiluvchi muhim muammolardir. Ushbu maqolada biz psixologik muammolarning belgilari, sabablari va ularni engish usullarini batafsil bayon qilamiz. Psixologik muammolarni davolash mumkinligini unutmang va professional yordam so'rash bu jarayonda muhim qadamdir. Siyosatshunoslikda despotizm boshqaruvning eng yomon shakllaridan biri bo'lib, unda butun hokimiyat o'zinikidan boshqa qonunlarni tan olmaydigan bir shaxs qo'lida to'plangan. Ammo bugun biz siyosiy emas, balki psixologik despotizm haqida gapiramiz. Bundan tashqari, mubolag'asiz, munosabatlarning eng yomon shakllaridan biri deb atash mumkin. Bunday holda, erkak ham, ayol ham despot sifatida harakat qilishi mumkin. Ushbu maqolada biz despot kimligini, uni qanday belgilar bilan tavsiflashini va unga qanday qarshilik ko'rsatishni batafsil ko'rib chiqamiz.

Despot - boshqalarning haqligini tan olmaydigan va o'z maqsadiga bosim va zo'ravonlik orqali erishadigan odam. Unga dalil yoki dalillar kerak emas, u har qanday vaziyatda o'zini haq deb hisoblaydi. Hatto eng yaqin va eng aziz odamlar bilan munosabatlarda ham u doimo zo'ravonlik, kamsitish, qasos olish, ruhiy bosim va boshqa tajovuzkor ta'sir usullariga murojaat qiladi.

Yunoncha- despoteia - (cheklan-magan hokimiyat) Huquqi cheklanmagan, mustabid podsho boshliq bo'lgan davlat idora usuli; istibdod, mustabidlik, zolimlik, zo'ravonlik qilish, xo'rlash.

Hayotingizda axloq va sharaf tushunchalari mavjud bo'lmagan tajovuzkor va qasoskor odamlarga duch kelgandirsiz. Bunday odamlar boshqalarning fikrini hisobga olmaydilar, har qanday izohga asabiy munosabatda bo'lishadi, janjallashishga va bir soniya ichida g'azablanish holatiga "olovlanishga" tayyor.

Bunday xarakterga ega odamlarni avtokratik va despotik odamlar deb atashadi.

Erkak despot va ayol despotning xatti-harakati bir-biridan unchalik farq qilmaydi. Bunday odamning fe'l-atvori murosasiz va shafqatsizdir - ayollar o'zlarining tajovuzkorligini og'zaki,

og'zaki va axloqiy ravishda boshqa odamni kamsitadilar, erkaklar esa jismoniy kuch ko'rsatadilar.

Zolim odam sizni har qanday sohada va har qanday munosabatlarda uchratishi mumkin - professional (ular bunday odamlar haqida "xo'jayin zolimdir" deyishadi), oila, sevgi va hokazo. Despotizm barcha munosabatlarni buzadi, chunki u boshqa shaxsning istaklari, erkinligi, huquqlari va shaxsiy chegaralarini e'tiborsiz qoldiradi.

Misol tariqasida: Svetlana birinchi marta Mixail bilan ish joyida uchrashdi va darhol bir-birlarini yoqtirib qolishdi. Mixail jasur, xushmuomala va muloyim edi va Svetlananing yonida g'amxo'r yelkasi yo'q edi (u yaqinda bir yigit bilan ajrashgan va hali ham xavotirda edi). O'zaro munosabatlar tez rivojlandi, Svetlana Mixailning har tomonlama e'tiboridan va rashkidan mamnun edi, ya'ni u meni sevadi va qadrlaydi deb, Svetlana qaror qildi. Bir muncha vaqt o'tgach, Mixail Svetlanaga ko'proq hasad qila boshladi, unga kalta yubka kiyishni taqiqladi, tashqi ko'rinishini tanqid qildi, kosmetikadan foydalanishni va go'zallik protseduralarini bajarishni taqiqladi. U Svetlana tabiiyiligi yoqtirishini aytdi va talablarini unga g'amxo'rlik qilish bilan izohladi. Keyinchalik Svetlana unga nisbatan despotik munosabatni seza boshladi - e'tibor va hasaddan oldingi quvonch bug'lanib ketdi. Mixail suhbatga kirishmadi, u Svetlananing har qanday e'tiroziga baqira boshladi va o'zini tajovuzkor tutdi. Yaxshiyamki, qiz o'z vaqtida Mixail bilan kelajak qura olmasligini tushundi va bunday zo'ravon munosabatlarni tugatish uchun Svetlana psixologga murojaat qildi. Barcha despotik odamlar mohir manipulyatorlardir, ular "jabrlanuvchini" o'zlarining haqligiga ishontiradilar, o'z sheriklarini mojarolarda aybdor his qiladilar va uning irodasiga so'zsiz bo'ysunadilar.

Bugungi kunda ko'p odamlar hayotidagi psixologik muammolarni engishda qiyinchiliklarga duch kelayotgani haqiqatdir. Psixologik muammolar bizning ruhiy salomatligimizga ta'sir qiladigan va hayot sifatiga salbiy ta'sir ko'rsatadigan turli xil sharoitlarni anglatadi. Ushbu maqolada asosiy e'tibor psixologik muammolarning belgilari, sabablari va usullariga qaratiladi. Psixologik muammolarning belgilari har bir kishi uchun har xil bo'lishi mumkin. Ammo, umuman olganda, quyidagi alomatlar psixologik muammolar mavjudligini ko'rsatishi mumkin:

1. **Hissiy alomatlar:** qayg'u, umidsizlik, g'azab, tashvish, aybdorlik kabi tez-tez kuchli hissiy reaksiyalar;
2. **Xulq-atvor belgilari:** apatiya, ijtimoiy chekinish, uyqu va ishtahaning buzilishi, spirtli ichimliklar yoki psixotrop moddalarni iste'mol qilish kabi xatti-harakatlardagi o'zgarishlar;
3. **Kognitiv belgilar:** diqqatni jamlashda qiyinchilik, qaror qabul qilishda qiyinchilik, unutulchanlik, salbiy fikrlarni doimiy ravishda orqaga qaytarish;
4. **Jismoniy alomatlar:** bosh og'rig'i, oshqozon muammolari, mushaklarning kuchlanishi, energiya etishmasligi kabi jismoniy kasalliklar.

Psixologik muammolarning sabablari murakkab va xilma-xildir. Ular odatda bir nechta omillarning o'zaro ta'siri natijasida yuzaga keladi. Psixologik muammolarning paydo bo'lishida genetik moyillik, ekologik stress, travmatik tajribalar, kimyoviy nomutanosibliklar, munosabatlar muammolari va qiyin turmush sharoitlari kabi omillar rol o'ynashi mumkin.

Psixiatrik muammolar turli xil toifadagi psixologik muammolarga tegishli. Bu toifalarga ruhiy tushkunlik, anksiyete buzilishi, bipolyar buzuqlik, shizofreniya, obsesif-kompulsiv buzilishi kabi holatlar kiradi. Har biri turli alomatlar va davolanishni talab qiladigan psixiatrik muammolarga mutaxassis tomonidan tashxis qo'yish kerak. Depressiya keng tarqalgan

psixiatrik muammo bo'lib, insonning hissiy, kognitiv va jismoniy salomatligiga salbiy ta'sir ko'rsatadigan jiddiy ruhiy kasallikdir. Depressiya odamning hayot sifatini pasaytiradigan, kundalik faoliyatiga ta'sir qiladigan va uzoq davom etadigan hissiy og'riqni keltirib chiqaradigan sezilarli darajada past kayfiyat bilan tavsiflanadi.

Depressiyaning sabablari murakkab bo'lishi mumkin va ko'plab omillar o'zaro ta'sir qiladi. Genetik moyillik, kimyoviy nomutanosiblik, miya kimyoviy moddalarining buzilishi, bolalik davridagi travmatik tajribalar, stressli hayot hodisalari, shaxsiy xususiyatlar, gormonal o'zgarishlar va ba'zi tibbiy sharoitlar depressiyani keltirib chiqaradi. Despotni uning tajovuzkorligiga ishonitirishning ma'nosi yo'q, chunki bu yanada salbiyroq bo'ladi. Avtokratik shaxslar mantiqiy va isbotlangan bo'lsa ham, hech qanday dalilni qabul qilmaydi. Atrofdagilarning fikri uni qiziqitirmaydi, despotning o'zi esa uning shafqatsizligi, tajovuzkorligi va despotizmini sezmaydi. Despotizm belgilari haqida gapiradigan bo'lsak, qarama-qarshi va despotik odam o'z xarakterini darhol ochib bermaydi. Birinchi uchrashuvda u g'amxo'r va mehribon bo'lib tuyulishi mumkin, ammo bir muncha vaqt o'tgach, despotizmning namoyon bo'lishi kuchayadi. Insondagi bunday yomon xarakter faqat bitta sohada, masalan, ishda namoyon bo'lishi mumkin - u burchli va nizosiz ishchi, lekin oilada - u zo'ravon, tajovuzkor va bosqinchi.

Psixologik muammolarni to'g'ri tashxislash uchun professional baholash zarur. Psixolog yoki psixiatr semptomlarning davomiyligi, intensivligi va ta'sirini baholab, aniq tashxis qo'yishi mumkin. Ushbu baholash jarayonida shaxsning kasallik tarixi, yashash sharoitlari va simptomlarning ta'siri ham hisobga olinadi. *Despotizmning eng yomon tomoni shundaki u deyarli har doim despot o'zi uchun aziz va muhim deb biladigan odamlarga qaratilgan. Uning o'zi ko'pincha qanchalik shafqatsiz bo'lishi mumkinligini sezmaydi.*

Despot - kuch, ta'sir va kuch orqali o'z irodasini boshqalarga yuklaydigan zolim. Boss despot bo'lishi mumkin, lekin oila a'zolaridan biri bo'lib chiqsa, bu juda ham yomon. Psixologiya despotizm ma'lum bir sharoitda uyg'onadigan tabiiy inson instinkti degan nazariyani ko'rib chiqadi. Ushbu nazariyaga ko'ra, hukmronlik qilish istagi har birimizda mavjud, ammo u har bir insonda turli darajada namoyon bo'ladi. Belgilari esa: Реклама

- boshqa odamlarning his-tuyg'ulari va fikrlariga to'liq befarqlik;
- boshqa shaxsni to'liq nazorat qilish istagi;
- o'ziga to'liq va doimiy bo'ysunish talabi.

Psixologik muammolarni hal qilish uchun ko'plab davolash usullari mavjud. Ushbu usullar terapiya, dori-darmonlar, qo'llab-quvvatlash guruhlari va turmush tarzini o'zgartirishni o'z ichiga oladi. Terapiya insonga psixologik yordam beradi va muammolarning ildiziga kirishga yordam beradi. Semptomlarni bartaraf etish va kimyoviy muvozanatni tartibga solish uchun dori vositalaridan foydalanish mumkin. Yordam guruhlari shu kabi muammolar bilan kurashayotgan shaxslarni qo'llab-quvvatlash va almashishni taklif qiladi. Bundan tashqari, sog'lom ovqatlanish, muntazam jismoniy mashqlar, uyqu rejimiga e'tibor va stressni boshqarish kabi turmush tarzi o'zgarishlari ham psixologik muammolarni engishda samarali bo'lishi mumkin. Despotlar axloqiy va ruhiy bosimga qarshi tura olmaydigan potentsial qurbonlarni aniq aniqlaydilar. Haddan tashqari rashk. Barcha despotlar egalari, ular shunchaki mehr va muhabbatning boshqa shakllarini bilishmaydi. Shuning uchun, ular har doim hasad bilan xiyonat qilishadi, bu qoida tariqasida, bema'ni va asossizdir. Despotizmning sabablari - Zamonaviy psixologiya nuqtai nazaridan, despotizm

tug'ma xususiyat emas, garchi u bizning genlarimizga singib ketgan bo'lsa ham. U hayot davomida shakllanadi, lekin asosiy shartlar bolalik davrida qo'yiladi. Bunga quyidagi omillar yordam beradi:

- ota-onalar bolaning fikrini butunlay e'tiborsiz qoldirishlar;
- aka-uka va opa-singillar o'rtasida raqobat;
- bolaga uning atrofida gilardan yaxshiroq va qobiliyatli ekanligini singdirish;
- tengdoshlar tomonidan, shuningdek, oilada tez-tez kamsitish;
- barcha shakllarda oiladagi zo'ravonlik.

Ko'pincha, odamning despotizmi bolaligida u o'zi jismoniy zo'ravonlik qurboni bo'lgan yoki otasining onasini kaltaklaganini ko'rganligining natijasidir. Zo'ravonlikni muntazam ravishda kuzatadigan odam o'zi qurbon bo'lmaslik uchun ongsiz ravishda tajovuzkor tomonini oladi, deb ishoniladi. Shunday qilib, bolalik davrida bolada tajovuzkor xatti-harakatlar modeli o'rnatiladi. Juda keng tarqalgan holat - bu er yoki ota oilada despot bo'lib chiqishi. Erkak odatda ancha kuchliroq bo'lganligi sababli, bunday munosabatlar ko'pincha jismoniy zo'ravonlik bilan birga keladi. Bunday holda, turmush o'rtog'i ko'pincha noto'g'ri taktikani tanlaydi. U hamma narsada eriga taslim bo'ladi va u mehribon bo'lishiga umid qilib, uni rozi qilish uchun har tomonlama harakat qiladi. Albatta, bu teskari ta'sirga olib keladi va bunday munosabatlarni baxtli deb atash mumkin emas. Despot kimligini tushunish uchun, bunday odamning o'zi ko'pincha o'z xatti-harakatlarining despotik xususiyatini anglamasligini hisobga olish kerak. Vaziyatni tasavvur qiling: er o'z xotinini yaxshi ko'radi, hech qachon zo'ravonlikka murojaat qilmaydi, uni shunday sharoit bilan ta'minlashga harakat qiladi, u ishlamaydi, lekin uyda o'tirib, bolalarni tarbiyalaydi. Ammo chuqurroq o'rgansangiz, u shunchaki xotinini erkinlik va mustaqillikdan mahrum qilishga, uni butunlay o'ziga bo'ysundirishga harakat qilayotgani ma'lum bo'ladi. Agar ayol dastlab bunday ittifoqni yoqtirsa ham, vaqt o'tishi bilan qaramlik uni bezovta qila boshlaydi va uning bir vaqtlar sevimli odamga bo'lgan his-tuyg'ulari soviydi.

Bu variant ham juda mumkin. Shu bilan birga, psixologlar ayol va erkak zolimligining tabiatini baham ko'rishadi. Despotik erkaklar odatda o'zlarini tasdiqlash uchun boshqalarni bostirish zarurligini his qilishadi. Ayollar atrof-muhit sharoitlariga moslashishga va qulayroq mavqega ega bo'lishga harakat qilib, despotizmga murojaat qilishadi. Ya'ni, ayol despotizmi, erkak despotizmidan farqli o'laroq, odatda situatsion xarakterga ega. Despotizm har qanday munosabatlarni buzishga qodir, chunki despot sherigini barcha huquqlardan butunlay mahrum qilishga intiladi, lekin o'ziga deyarli hamma narsaga imkon beradi. Bu sevgi va do'stlik munosabatlarida ham sodir bo'ladi.

Despotizm qanday namoyon bo'ladi?

Despotizmning eng keng tarqalgan shakli oilaviy despotizmdir. Odatda jismoniy zo'ravonlik yoki psixologik zo'ravonlik shaklida namoyon bo'ladi. Hamkorlardan biri boshqasini to'liq bo'ysundirishga harakat qiladi, unga har qanday vosita bilan bosim o'tkazadi. Despotik odam boshqa odamlarning xohish-istaklari, huquqlari, erkinliklari va shaxsiy makon chegaralarini butunlay e'tiborsiz qoldiradi. U barcha oila a'zolarini mulk sifatida qabul qiladi, lekin o'zi ularni sevrishiga ishonadi. Qoida tariqasida, despot o'z xatti-harakatlarini adolatni tiklash usuli sifatida qabul qiladigan juda ta'sirchan va qasoskor odamdir. O'z harakatlari bilan u xafa bo'lgan oila a'zosini jazolashga harakat qiladi va bu uning o'z ko'ziga yaxshiroq ko'rinishiga yordam beradi. Shuningdek, bunday xatti-harakat unga o'z qadr-qimmatini oshirishga va

buzilgan o'z-o'zini hurmat qilishni tiklashga imkon beradi. Despot har doim atrofida qilishni o'ziga bo'ysundirishga va ularni uning buyrug'iga binoan harakat qilishga majbur qilishga intiladi. Shunga qaramay, u qanday qilib rahbar bo'lishni umuman bilmaydi. O'zining tajovuzkor pozitsiyasi tufayli u boshqalarni o'ziga bo'ysunishga majbur qilishi mumkin, lekin ularda hurmatni ilhomlantira olmaydi. Bundan tashqari, u ziddiyatli vaziyatlarni hal qila olmaydi, aksincha, o'zi doimo nizolarni qo'zg'atadi. Bunday xatti-harakatlar, vaqt o'tishi bilan despot atrofida odamlarda faqat qo'rquv, dushmanlik va to'liq tushunmovchilikni keltirib chiqarishga olib keladi. Despot belgilari - Hatto despotning kimligini yuzaki tushunish ham u bilan aralashmaslik yaxshiroq degan xulosaga kelish uchun etarli. Biroq, uni tanib olish unchalik oson emas, chunki u odatda yaqinlashgandan keyingina o'z xarakterining asosiy xususiyatlarini ko'rsatishni boshlaydi. Ularni o'z vaqtida ko'rib chiqsangiz, halokatli ittifoqdan qochishingiz mumkin. Shuning uchun, har doim avtokratik shaxslarda deyarli har doim mavjud bo'lgan quyidagi xarakterli xulq-atvor xususiyatlariga e'tibor bering: Eng yaxshi misol, ehtimol, uzoq vaqt davomida erkaklar jamoasida etakchilik lavozimini egallagan ayol bo'lishi mumkin. Ko'pincha erkaklar tomonidan beparvo munosabat yoki nomaqbul noz-karashma bilan duch kelgan, u asta-sekin o'z xatti-harakatlarini o'zgartirib, shafqatsiz va hukmron xo'jayonga aylanadi. Qizig'i shundaki, u hali ham oila uchun mehribon xotin va g'amxo'r ona bo'lib qolmoqda. Despotlarning o'ziga xos xususiyati shundaki, ular har doim ham aziz odamlarga nisbatan o'zlarining despotik xatti-harakatlaridan xabardor emaslar. Ular sevgan odamni o'zlariga yaqin tutishga harakat qilib, ular sevgi va mehrni namoyon qilmoqdalar, deb o'ylashadi. Shuning uchun, despot bilan munosabatlarda "o'tkir burchaklarni" tekislash yo'llarini topish muhimdir. Ro'yxatdagi qadamlar despotik odamga noto'g'ri ekanligini tan olishni o'rganishga imkon beradi. Va buning uchun o'zingizga va boshqalarga hurmatli munosabatda bo'lishingiz kerak. Biror kishi muayyan vaziyatlarda boshqa odamlarning fikri o'zinikidan ko'ra aniqroq va muhimroq bo'lishi mumkinligini tushuna boshlaganida, u konstruktiv muloqot qilish qobiliyatiga ega bo'ladi.

Xulosa:

Xulosa qiladigan bo'lsak, Despot - yaqinlari ustidan cheksiz hokimiyatga intiladigan odam. Uning o'zi buni mehr yoki muhabbat deb biladi. Ammo yaqin kishini mustaqilligidan butunlay mahrum qilish uchun u o'z erkinligini hech qanday tarzda cheklamaydi. Bu, despotning hech qachon boshqa odamlarning his-tuyg'ulari va istaklari haqida o'ylamasligi va faqat o'z fikrini to'g'ri deb bilishi bilan izohlanadi.

Aksariyat hollarda bunday xatti-harakatlar chuqur komplekslar yoki ruhiy travma mavjudligining natijasidir. Bu uning atrofida qilishni ham, despotning o'zini ham xursand qilmaydi. Shuning uchun, bu muammoni hal qilishni darhol malakali psixoterapevtga topshirish yaxshiroqdir.

References:

1. Ўзбекистон Республикаси Президенти Шавкат Мирзиёевнинг 2019 йил 21 июндаги Олий Мажлис Сенатидаги нутқи. - <https://president.uz/uz/lists/view/2692>
2. БМТТД, Инсон ривожланиши тугрисидаги маъруза. - Ташкент: 1996.
3. Сарibaева У.С. Ўзбек oilalariда гендер тенглик ва миллий қадриятларнинг ижтимоий-психологик хусусиятлари. - Т.: "Педагогика" илмий-назарий ва методик журнали 2020 йил 5- сон, 3-6 б.

4. Saribayeva U.S. Characteristics of gender equality between husband and wife in uzbek families // Vidyabharati international interdisciplinary research journal. 2021. Web of science. 3940-3949 (Special Issue) ISSN 2319-4979. 615
5. Mark Barton. <https://www.instagram.com.markbarton>.
6. Минюрова С.А. Кустова О.Л. Формирование «образа женщины» в различных социальных группах. // Журнал практического психолога - 1997. - № 5. - С. 27-29; Семейная психология и семейная терапия. - 1997. - № 1. - С. 95-97.
7. Кустова О.Л. Образ женщины в современных средствах массовой информации (на примере журналов Космополитан, «ОНА», «Домашний очаг», «Елле» и др.) // Образ женщины в средствах массовой информации. Материалы декабрьской конференции. Приволжский Дом знаний, 1998.
8. <https://uz.wiktionary.org/wiki/despotizm>.
9. <https://izoh.uz/word/despotizm>.
10. <https://shkolyariki.ru/uz/russkijj/despotizm>.

