

АЙБДОРЛИК ҲИССИГА ТАЪСИР ЭЪТУВЧИ ИЧКИ ВА ТАШҚИ ОМИЛЛАР**Джуракулова Д.Ф.**

Самарқанд Давлат Университети Психология кафедраси ўқитувчиси

<https://doi.org/10.5281/zenodo.7424281>

Аннотация. Мақолада айбдорлик ҳисси ўз тузлиши ва вазифаларига кўра мураккаб психологик феномен ҳисобланади. Тадқиқотчилар айбдорлик ҳиссини тузлишини учта таркибий қисмга ажратишади, булар эмоционал, когнитив ва мотивацион. Эмоционал компонент ўз ичига ёқимсиз ички тарангликни қамраб олади. Агар инсон ўзини айбдор деб тан олса, унда етказилган зарарни ўрнини қоплаш, тузатиш истаги пайдо бўлади ва бу айбдорликнинг мотивацион компоненти дейишимиз мумкин.

Калит сўзлар: айбдорлик ҳисси, хулқ-атвор, уят, реактив, профилактик ва экзистенциал.

ВНУТРЕННИЕ И ВНЕШНИЕ ФАКТОРЫ, ВЛИЯЮЩИЕ НА ЧУВСТВО ВИНЫ

Аннотация. В статье чувство вины - сложное психологическое явление по своей структуре и функциям. Исследователи выделяют в структуре вины три компонента: эмоциональный, когнитивный и мотивационный. Эмоциональная составляющая включает неприятное внутреннее напряжение. Если человек признает свою вину, то возникает стремление возместить и исправить причиненный ущерб, и можно сказать, что это мотивационная составляющая вины.

Ключевые слова: вина, поведение, стыд, реактивный, превентивный и экзистенциальный.

INTERNAL AND EXTERNAL FACTORS INFLUENCING GUILT

Abstract. In the article, the feeling of guilt is a complex psychological phenomenon according to its structure and functions. Researchers divide the structure of guilt into three components: emotional, cognitive, and motivational. The emotional component includes unpleasant internal tension. If a person admits that he is guilty, then there is a desire to compensate and correct the damage caused, and we can say that this is the motivational component of guilt.

Keywords: guilt, behavior, shame, reactive, preventive and existential.

Айбдорликнинг энг мураккаб ва муҳим қисми, бу унинг когнитив компоненти бўлиб ҳисобланади. Инсон энг аввало ўз хулқ-атворидаги зарарли оқибатларни англаши керак, бу эса ундан каузал хулосалар қила олиш маҳоратини талаб қилади. Э.С. Кубани айбдорликни юзага келтирувчи когнитив компонентнинг 4 та таркибий қисмини аниқлади: 1) салбий оқибатлар учун жавобгарликни қабул қилиш; 2) ўзини айблаш; 3) инсон ўз ахлокий меъёрлари бузилганлигини англаш; 4) қандай қилиб бу салбий ҳолатлардан қочиш ёки унинг олдини олиш фикри пайдо бўлиши.

Шахсда айбдорлик ҳиссининг пайдо бўлишига кўпгина ички ва ташқи омиллар сабаб бўлиши мумкин, лекин, В.Э.Белинскаянинг такидлашича, респондентлар кўп ҳолатларда бунга ўз яқинлари билан жанжалларни, уларнинг ҳақоратларини, уларга нисбатан кўпол муносабатда бўлишни, уларга ёрдам беришдан бош тортишни, берилган ваъдаларини бажармасликни асосий сабаб қилиб кўрсатадилар.

Шахсда уят ҳисси пайдо бўлиши учун ҳам бир нечта шартлар мавжуд: ўзининг ёмон иш қилганини (ҳаракат) тушуниш; ёмон фикрларнинг пайдо бўлиши; бошқаларнинг

сиз ҳақингизда ёмон фикрга бориши мумкин бўлган вазиятга тушиб қолиш; яширин бўлиши керак бўлган нарсаларни атрофдагиларнинг тасодифан кўриб қолишлари ва бошқалар.

Э.В.Короткованинг таъкидлашича, эркаклар ҳам, аёллар ҳам кўпинча оналари, кейин эса фарзандлари олдида ўзларини айбдор ҳис қиладилар. Олиб борилган таҳлилнинг кейинги ўринларида эркакларнинг қарама-қарши жинс олдида, аёлларнинг эса ўз оталарининг олдида айбдорликни ҳис қилишлари турган бўлса, энг камроқ даражани, эркаклар ва аёлларнинг нотаниш инсонлар ва бошлиқлар олдида ўзларини айбдор ҳис қилишлари эгаллар экан.

Болалардаги айбдорлик ҳисси бир қатор хусусиятларни ўз ичига олади, буни ҳис қилиш учун болага катталарга қараганда кўпроқ вақт керак бўлади. Қолаверса, катта ёшли одам ёмон иш қилиб, гўё параллел равишда виждон азобини бошдан кечириши мумкин, болада эса бу ҳаракатлар вақт оралиғида, кетма-кетликда юзага келади.

Бу борада С.В.Горнаева ўз тадқиқотларида қуйидагиларни таъкидлайди, кекса авлод вакиллари ёшларга қараганда айбдорликни бошдан кечиришга кўпроқ мойил бўладилар. Булар қуйидаги вазиятларда, яъни ўзига яқин инсонларни алдаш билан боғлиқ вазиятларда (кекса авлоднинг 55 фоизи ва ёшларнинг 20 фоизи), яқин кишига берган ваъдасини бажармаганда (кекса авлоднинг 66 фоизи ва ёшларнинг 18 фоизи), йўл ҳақини тўлашни унутганларида ва фақат автобусдан тушгандан кейингина бу ҳақда эслашганда (кекса авлод вакиллари 63 фоизи ва ёшларнинг 14 фоизи), шунингдек ҳамкасбининг тақдири билан боғлиқ бўлган муҳим ҳужжатларга тасодифий зарар етказилганлигини яшириш ҳолатларида (60% кекса авлод ва 28% ёшлар) аниқроқ кўзга ташланади. Кекса авлод вакиллари 63% ёш авлод вакилларига қараганда ўзини айбдор ҳис қилишга мойил бўлишини яна шу билан изоҳлаш мумкинки, катта ёшдаги инсонлар шахс сифатида ижтимоий жиҳатдан етукроқ бўлиб, ҳар бир қилинган ҳаракатлар ва уларнинг оқибатлари учун жавобгарликни ўз зиммаларига олишга кўпроқ мойил бўладилар.

И.А. Беликнинг фикрига кўра, етуклик ёшидаги инсонларда (30-55 ёш) айбдорлик кечинмаси ўз чекловларини, ўтказиб юборилган имкониятларни ва яқинларини йўқотишни англаш билан; ёшлар орасида эса (19-23 ёш) - бошқа одамларни хафа қилиш ёки улар учун муҳим бўлган одамларнинг умидларини оқламаслик билан боғлиқдир.

Аёллар кўпинча айбдорликни оғир руҳий тушкунлик, азоб-уқубат билан боғлайдилар, одатда улар ўзларини айблашга, ўз ҳаракатларини оқлашга ва тавба қилишга мойил бўлишади, эркаклар эса бу ҳолатни унутишни хошлашади ва айбдорлик ҳисси пайдо бўлишига олиб келган вазият ҳақида кўпинча ўйламасликка ҳаракат қилишади.

Аёллар ўзларининг яқинларига бефарқлик қилиб етарлича эътибор бермаганларида, уларга ёрдам беришдан бош тортиб хафа қилганларида ёки кўнгилни оғритганларида ўзларини айбдор ҳис қилишади. Эркаклар эса ўзларининг чекловларини англаш (вазиятни назорат қила олмаслик ва ҳ.к.), ғазабининг намоён бўлишида бошқара олмаслик ҳолатлари билан боғлиқ вазиятларда бу ҳисни бошдан кечиришлари мумкин.

Э. Фейрес ўз тадқиқотларида интерналлар экстерналларга қараганда, ўзларининг муваффақиятсизликларида асосан ўзларини айблашларини ҳамда уят ва айбдорликни уларга нисбатан кўпроқ ҳис қилишларини таъкидлайди.

Бунинг сабабини у қуйидагича изоҳлайди, Ж. Роттернинг фикрига кўра, интерналлар, яъни ички назорат локусига эга бўлган одамлар ўзларининг тақдирларини

ўзлари назорат қилишларига ишонадиган одамлардир, экстерналлар эса ташқи назорат локусига эга бўлган инсонлар бўлиб, улар билан содир бўлаётган ҳамма нарса деярли ўзларига боғлиқ эмаслигига ишонадиган одамлардир.

И. А. Беликнинг фикрига кўра, айбдорлик юқори даражадаги хавотирланиш, ички зиддият ва ўзини айблаш билан ижобий боғлиқ бўлса, салбий жиҳатдан эса - ўз-ўзини кадрлаш, ўзига ишонч, ўзини ўзи бошқариш, акс эттирилган ўзига муносабат, ўзини ўзи қабул қилиш ва ўзини ўзи боғлаш билан боғлиқдир.

Э.В. Короткова иррационал айбдорлик кўрсаткичларининг шахслараро мулоқотни қийинлаштирадиган шахсий хусусиятлар билан сезиларли ижобий корреляциясини аниқлади: бу ўзига ва бошқаларга ишончсизлик, душманлик, негативизм, шубҳа, салбий ҳис-туйғуларни бошдан кечириш тенденциясидир. Иррационал айбдорликнинг салбий корреляцияси эса эскапизм (мулоқотдан воз кечиш тенденцияси) ҳамда ўзини ва бошқаларни рад этиш билан боғлиқ.

Психолог Н.Иванованинг таъкидлашича, замонавий жамият ҳаётининг характерли хусусиятларидан бири бу рекламадир. Рекламачилар кўпинча айбдорлик ҳиссини истеъмол талабининг ўсиши ёки пасайишига таъсир қилиш механизми сифатида ишлатадилар.

Тадқиқотчилар Б. А. Хаманн ва Т. П. Брозертонлар рекламада айбдорликнинг учта тури борлигини таъкидладилар: реактив, профилактик ва экзистенциал. Реактив айбдорлик рекламадан эски маҳсулотни сиқиб чиқариш ва уни янгисига алмаштириш учун маълум бир товарга бўлган истеъмолчилар талабини рағбатлантириш зарур бўлганда қўлланилади. Профилактик айбдорлик эса истеъмолчини келажакда муаммога дуч келмаслик истагидан фойдаланиб, маҳсулотни сотиб олишга ундаш учун ишлатилади. Экзистенциал айбдорлик хайрияга қаратилган, ижтимоий аҳамиятга эга бўлган воқеаларни тарғиб қилиш учун ишлатилади, чунки бу турдаги айбдорлик кам таъминланганларга нисбатан ҳамдардлик сифатида қаралади. Статистик маълумотлар шуни кўрсатадики, рекламада улар кўпинча профилактик (61,9%) айбдорликдан фойдаланишади, чунки айнан шу турдаги айбдорлик одамларни келажак фаровонлигига йўналтиради, ундан кейин реактив (29,4%) ва экзистенциал айбдорлик (8,7%) туради. Бундан ташқари, агар реклама босма нашрга жойлаштирилган бўлса, унинг самарадорлиги ушбу нашрнинг хусусиятига боғлиқ. Масалан, рекламаларда айбдорлик ҳиссини қўллаш кўнгилочар журналларга қараганда маълумотли босма рисоаларда самаралироқ.

Айбдорлик ҳисси ёрдамида шахсни бошқариш, яъни манипуляция қилиш ҳам мумкин бўлиб, унинг тарихи узоқ ўтмишга бориб тақалади. Бизга маълумки барча динларнинг асосида айбдорлик ҳисси ётади ва бу ҳис диний таълимотлар орқали инсонни бошқариш, унга таъсир кўрсатишда муҳим аҳамият касб этади.

Айбдорлик ҳисси таъсир воситаси сифатида ота-оналар, тарбиячилар, ўқитувчилар, муносабатлардаги шериклар томонидан кенг қўлланилади. Илк болаликдан одамлар турли ҳаётий вазиятларда катта ёшдаги инсонларнинг, оила аъзоларининг таъсирида ўзларини айбдор бўлмасалар ҳам айбдор ҳис қилишга одатланиб боришади, лекин улар бу туйғуни ўзларидан сиқиб чиқаришади. Айбдорлик туйғусини кўзғатиш орқали деярли ҳар қандай мақсадга эришиш мумкинлигини манипуляторлар яхши билишади. Бу оддий ва самарали таъсир воситаси бўлиб ҳисобланади, чунки айбдор

одамни осонгина бошқариш мумкин, унинг зиммасига бир қатор масъулиятни юклаш ва ўз бахтсизликлари учун уни айблаши мумкин.

Н. Иванова манипуляторнинг айбдорлик туйғуларини кўзгатувчи хатти-ҳаракатлари стратегияларини таснифлаган М. Миселининг маълумотларини келтириб, айбдорликни манипуляция сифатида ишлатиш жуда кучли восита эканлигини таъкидлайди. Миселининг сўзларига кўра, манипуляциянинг қуйидаги усуллари мавжуд: агрессив, ошқора ва ўтқир. Агрессив манипуляция ўз ичига айблаш, қоралаш, таъна қилиш ҳамда айбланувчига ҳужум қилишни олади. Манипуляциянинг ошқора усулида айбдорликни содир этган шахснинг ушбу амалга оширган хатти-ҳаракатлари оқибатларига жавоб бериши билан боғлиқ шарт қўйилади. Бундай ҳолда, манипулятор ўзини қурбон сифатида ҳис қилади. Манипуляциянинг ўтқир усули эса “жабрланган” томон “айбдор” шахсда айбдорлик туйғуси чўккисига чиқиши учун ўзининг барча актёрлик маҳорати ва қобилиятдан фойдаланишини ўз ичига олади. Масалан, у "айбдорни" кечиради, айбни ўз зиммасига олади, "зарарни қоплашидан" бош тортади, шу билан бирга ҳар қандай тарзда сохта марҳамат кўрсатади.

Шахсларда айбдорлик ҳисси одатда қуйидаги мақсадларда юзага келтирилади: 1) бошқа шахснинг хатти-ҳаракатларини ўзгартириш; 2) бошқаларга ўз таъсирини ўтказиш; 3) ўзини ҳимоя қилиш.

Айрим инсонлар ўз манфаатларини эътиборсиз қолдирилаётганини англаб, бошқаларда айбдорлик туйғусини кўзгатишга ҳаракат қилишади. Улар бошқаларда айбдорлик ҳиссини юзага келтириш учун кўпинча, ота-она ва бола муносабатларида ҳам ишлатилиши мумкин бўлган бир қатор суҳбат услубларидан фойдаланадилар. Булардан энг кўп учрайдиганлари қуйидагилардир: 1) айбловчи услуб ("сиз фақат ўзингиз ҳақингизда ўйлайсиз"); 2) сўроқ услуби ("бу ишга қандай қўлингиз борди?"); 3) огоҳлантириш ("бажариш қўлингиздан келмаса, ваъда берманг").

Бироқ, бундай турдаги манипуляция ҳам салбий оқибатларга олиб келиши мумкин. Биринчидан, манипулятор гарчи ўз мақсадига эришган бўлса ҳам, унга оғирлик қиладиган ёқимсиз таъсирга дуч келиши мумкин. Бундан ташқари, ушбу таъсир қилиш усулидан фойдаланишга кейинги уринишларда манипулятор кучли қаршиликка дуч келиши мумкин. Манипуляция натижасида тўпланган норозилик ҳатто одамлар ўртасидаги муносабатларни бузиши ҳам мумкин. Иккинчидан, агар у ўз ҳаракатлари шеригига ёки яқин инсонларига азоб-уқубат келтирганини тушуна бошласа, манипуляторнинг ўзида ҳам айбдорлик ҳисси юзага келиши мумкин.

REFERENCES

1. Белик И.А. Чувство вины в связи с особенностями развития личности. Автореф.....пс. н. С.-Петербург. 2006. -19 с.
2. Ильин Е. П. Эмоции и чувства: [Учеб. пособие]. - СПб.: Питер, 2019. -784с.
3. Изард К.Э. Психология эмоций / [Перевод]. - СПб.: Питер, 2002. - 464с.
4. Муздыбаев К. Переживание вины и стыда. - СПб.: С- Петерб. фил. Ин-та социологии, 1995. - 39 с.