Afərin Əli qızı ABBASOVA
Qərbi Kaspi Universiteti, Psixologiya və Sosial iş kafedrasının dosenti, psixol.ü.f.d.,
Bakı, Azərbaycan
E-mail: aferin.abbasova@wcu.edu.az

Tural Laçın oğlu BİNƏLİYEV
Qərbi Kaspi Universiteti, Psixologiya və Sosial İş kafedrasının magistrantı, Bakı, Azərbaycan
E-mail: turalbineliyev200@gmail.com

PSİXOLOJİ PORTRET ŞƏXSİYYƏTİN STRUKTUR-FUNKSİONAL MODELİ KİMİ

Xülasə

Bu məqalədə şəxsi fərdi dinamikası və sosial mühitdəki davranış formlaranın müəyyən edən psixoloji portret anlayışı geniş formada təhlil olunur. Psixoloji portretin əsas elementləri kimi temperament, xarakter, emosional intellekt və koqnitiv davranışların qarşılıqlı əlaqəsinin öyrənilməsi təşkil olunur. Məqalədə əsas emosiyaların idarə edilməsi mexanizmlərinə diqqət yetirilir; həmçinin insanın öz fərdi hisslərini nəzarətetmə qabiliyyətinin onun psixoloji dayanıqlığına və sosial adaptasiyasına təsiri elmi isbatlar ilə təhlil edilir. Bundan əlavə, şəxsin düşüncə tərzi və qərarvermə proseslərində olan fərdi xüsusiyyətləri, bu proseslərin psixoloji portretin bütövlüyünü necə tamamladığı tədqiq olunur. Tədqiqatın nəticələri əsasında göstərilir ki, psixoloji portret sadə bir quruluş deyil, həm irsi, həm də sonradan qazanılmış keyfiyyətlərin dinamik formada qarşılıqlı vəhdətidir. Məqalə psixologiya elmi sahəsində çalışan mütəxəssislər, tələbələr və şəxsiyyət strukturu ilə maraqlanan şəxslər üçün elmi əhəmiyyət kəsb edir.

Açar sözlər: psixoloji portret, temperament, emosional tənzimləmə, qərarvermə, şəxsiyyət psixologiyası.

UOT: 159.923
DOI: https://doi.org/10.54414/SIZV9466

Giriş

Psixoloji portret hər hansısa bir insanın şəxsiyyətini, davranışlarını, xarakterini öyrənmək məqsədilə isfitfadə olunan ən mühüm təhlil üsuludur. Psixoloji portretin öyrəbilməsi ilə bir insanın daxili aləmi ilə xarici ətraf mühit arasında olan əlaqəni öyrənmək mümkündür. Bura bu əlaqənin necə olduğu, şəxsdə hansı formada büruzə verdiyini öyrənməyi misal göstərmək olar. Bu anlayış nəticəsində insanın şəxsi keyfiyyətləri, fərdi xüsusiyyətləri, düşüncə tərzi, davranışlarının xarakteristikası və digər sosial münasibətlərinin və.s digər bir sıra xüsusiyyətlərinin necə olduğu öyrənilir. Bir insanın psixoloji portretinin öyrənilməsi zamanı onun daxili dünyası öyrənilir, müəyyən bir sıra məsələlər zamanı düşüncə tərzi öyrənilir, fərqli situasiyalar zamanı hiss etdiyi şeylər və duyğuları öyrənilir. Bundan əlavə psixoloji portretin öyrənilməsi şəxsin düşdüyü fərqli mühitə uyğunlaşması, hətta özünü tanımasını öyrənir. Psixoloji portretin öyrənilməsi həmin şəxsin hansı şəxsiyyət tipinə aid olmasını öyrənməyə kömək olur. Bu zaman həmin şəxsin iş mühitində və şəxsi həyatında davranışları, məqsədləri, işə qarşı olan məsuliyyəti və gələcək hədəfləri şəxsi fəaliyyəti zamanı qarşısına qoyduğu hədəfə doğru addımlarının necə atacağı və.s bu kimi məlumatların öyrənilməsinədə kömək olur. Eyni zamanda ailə daxili ünsiyyətdə burada öyrənilə bilər. Ailə məişət və ailə üzvlərinin normal həyat fəaliyyəti ilə bağlı olan bütün məsələlər ərin arvadla, ananın uşaqlarla, bacının qardaşla, nənənin nəvələri ilə ünsiyyəti şəraitində həll olunur [1, s.571]. Yuxarıdada qeyd olunduğu kimi hisslərin necə ifadə

olunmağı öyrənilir ki, buna misal olaraq müvəffəqiyyət və uğur zamanı hisslərin idarəsi, bunun tam əksi olan məğlubiyyət zamanı hisslərin idarə olunması, həmin bu situasiya şəraitlərdə verilə biləcək reaksiya-ların öncədən öyrənilməsidə psixoloji portretin öyrənilməsinə aid etmək olar. Bu öyrənilər məlumatlar həm onun dünyagörüşündən xəbər verir həm də, şəxsin həyat tərzinin necə olduğunu xəbər verir ki, bu zaman qarşı tərəf daha dolğun məlumatlı olur. Psixoloji portretin öyrənilməsi hər bir şəxs üçün müəyyən əhəmiyyət daşıyır. Bu zaman onun həm fərdi həyat tərzində həm də, sosial iş mühitində insanları daha yaxşı tanımaq onlar ilə daha effektiv və məhsuldar iş və şəxsi əlaqələri qurmaq zamanı istifadə olunur. Bir şəxsin psixoloji portreti öyrənilən zaman Freyd in psixoanalitik nəzəriyyəsi insana müəyyən qədər kömək olur. Bundan əlavə müxtəlif psixoloji nəzəriyyələr və bir sıra təhlil metodları qarşıdakı şəxsi fərqli aspektlərdə öyrənməyə kömək olur. Psixoloji portretin öyrənilməsi zamanı istifadə olunan metodlar arasında davranın və münasibətin öyrənilməsi analizləri, psixometrik testlər, şəxsiyyətin öyrənilməsi testləri, qeyri-verbal və verbal testlər yəni bədən dilinin öyrənilməsi testləri, əqli qabiliyyət və koqnitiv testlər, emosional vəziyyət və stressin öyrənilməsi testləri və başqa bir sıra teslərdən istifadə olunur. Ümumiyyətlə psixoloji portretin düzgün təyin olunması üçün şəxsin psixi sağlamlığı nəzərə alınmalıdır. Adətən şəxsiyyətin psixi inkişa-fındaki pozğunluq və ya anomaliya onun sosial əhatə ilə disqarmoniyasında (ahəngdarlığın pozulmasında), həmin mühitə uyğunlaşa bilməməsində özünü göstərir [2, s.601]. Bu zaman psixoloji portretin təyin olunmasında bir sıra çətinliklər və uyğunsuzluqlar yarana bilər.

Əsas hissə

Psixoloj portret- fərdin psixoloji xüsusiy-yətlərini yəni xarakterini, sosial rollarını, qabiliyyətlərini, tempramentlərini, emosional vəziyyətini necə olmasını öyrənir. Psixoloji portret yalnız davranışın təzahürlərini deyil, eyni zamanda bu davranışın söykəndiyi real faktları öyrənir. Psixoloji portret elmi müşahidələrə, psixoloji testlərə müsahibələrə, psixoloji analizlərə və bir sıra psixoloji aspektlərə əsaslanaraq təyin olunur. Psixoloji portretin öyrəndiyi əsas komponentlərə aşağıdakılar aiddir.

Temprament şəxsiyyəti formalaşdıran bioloji təməldir. Ümumiyyətlə hər bir şəxs ilə ünsiyyət və fəaliyyətdə olan zaman onun bir sıra xüsusiyyətləeini nəzərə almaq lazımdır ki, bunlarda biridə tempramentdir. Temprement şəxsiyyətin psixi fəallığının, və davranış dinamikasını, əks etdirən fərdi psixoloji xüsusiyyətlərin kompleksidir [6, s.279]. Bu zaman aydın başa düşülür ki, temprament şəxsin fərdi-psixoloji xüsusiyyətidir. Bir insanın temprementini öyrənmək onu digər şəxslərdən aydın şəkildə fərqləndirməyə imkan verir. Bunuda demək olar ki, insanın tempramenti eyni zamanda inkişafda olan bir sistemdir. Temprament haqqında bir sıra nəzəriyyələr vardır ki, bu nəzəriyyələr şəxsin psixoloji portretinin öyrənilməsində çox mühüm əhəmiyyət kəsb edir. Bu nəzəriyyələrə humoral nəzəriyyə, konstatisional, neyrofizioloji və amil nəzəriyyələri aiddir. Humoral nəzəriyyənin banisi Hipokrat olmuşdur. Hipokrata görə hər bir orqanizmdə dörd maye növü mövcuddur və bu mayelərin nisbətinə görə insanın fərdi xüsusiyyətləri formalaşır. Hipokratdan sonra Romalı alim K.Halen bu mayeləri Roma dilinə əsaslanaraq adlandırmışdır. Fleqmatik fleqma- selik sözünə əsasən, xolerik hole-öd sözünə əsasən, melanxolik melano hole- qara öd sözünə əsasən, sanqvinik sangius- qan sözünə əsasən adlandırılmışdır. Bu o demək deyil ki, hər bir şəxsiyyətdə yalnız bir temperament növü var, xeyr bu tamamilə yalnış bir düşüncədir. Hər bir fərddə 4-temprament xüsusiyyətləri müəyyən qədər var. Sadəcə hər hansı bir mayenin digərlərinə nisbətən daha çox olması, üstünlük həmin növ temperamentə aid olmasını göstərir.

Temperament haqqında konstatisional nəzəriyyə E.Kreçmer tərəfindən irəli sürül-müşdür. Kreçmer empirik yolla hazırladığı hazırladığı materiallara əsasən şəxsiyyətin bədən quruluşunun konstitusional tiplərini müəyyən etmiş, insanları iki tipə: şizotimik və tsiklotimik tiplərə bölmüşdür [8, s.340]. Kreçmerin uzunmüddətli müşahidələri

əsasında şəxsiyyətin temprementinin onun bədən quruluşu ilə əlaqələndirib dörd fərqli tipə bölmüşdür. Siklotimik tip piknik bədən quruluşlu insanlara aiddir. Insanlarla tez ünsiyyət qurur emosiyaları tez-tez dəyişir. Şizotimik tip astenik bədən quruluşlu insanlara aiddir. Özünə qapalı insanlar olurlar eqoistdirlər. İksotimik tipə atletik bədən quruluşlu innsanlar aid edilir. Təmkinli, az jest mimikalardan istifadə edirlər. sonuncu isə displastik tip bədən quruluşlu insanlar qarışıq xüsusiyyətli insanlar olurlar. Şeldonun nəzəriyyəsinə əsasən isə Endomorf (viccerotonik) tip zəif bədən quruluşlu insanlardır, piy toxumaları olan insanlardır. Konfortu sevən insanlar olurlar, reaksiyalara gec cavab verirlər. Mezomorf (somatic) tip möhkəm inkişaf emiş bədən quruluşuna sahib olurlar, enerjili olurlar fiziki fəaliyyəti sevirlər. Ektomorf (serebrotonik) tip isə kövrək bədən quruluşlu olurlar, yastı döş qəfəsi olur. Yalnızlığı sevirlər, cəmiyyətdən qorxurlar.

Temperament haqqında neyrofizioloji nəzəriyyə İ.Pavlova aiddir. İ.Pavlov müəyyən etmişdir ki, sinir sisteminin xassələri bir-biri ilə qarşılıqlı surətdə əlaqədədir və tempramentin tipini sinir sisteminə görə müəyyən etmək lazımdır [8, s.345]. Pavlova görə ali sinir fəaliyyətinin oyanma və ləngiməsi xassələrinə görə insanlar dörd tipə bölünür. Zəif tip-bu zaman insanlar çox zəif sinir sisteminə sahib olurlar, uzunmüddətli qıcıqlandırıcılara reaksiya verə bilmirlər, dözümlü olmurlar. Həm də qıcıqlandırıcılara reaksiyaları çox həssas şəkildə müşahidə olunur. Güclü tarazlanmamış tip- kifayət qədər güclü sinir sisteminə malik olurlar, lakin qeyri-sabitliyi ilə özünü göstərir. Güclü tarazlaşmış tip- həm əsəb sistemi güclü olur həm də sabitliyi ilə özünü göstərir. Amma sonda əsəb əlaqələrinin qeyri-sabitliyinə gətirib çıxardır. Güclü tarazlaşmış ətalətli tip- güclü və ətalətli əsəb prosesləri zəif hərəkiliklə səciyyələnir. Temperament haqqında amil nəzəriyyəsi- bu nəzəriyyəyə əsasən fərdi xassələrini öyrənmək üçün anket, test və müsahibə metodlarından istifadə olunur. Bu nəzəriyyəyə əsasən şəxsin fərdi xassələrinə fəallıq, dominantlıq, mərdlik, özünəinam, tolerantlıq, ünsiyyət, refleksivlik, depressiya, emosionallıq, impulsivlik, təmkinlik, bitərəflik və xeyirxahlıq aiddir. Bu sayılan xassələri həmin bu nəzəriyyəyə əsasən C.Gilford yaratmış və adlandırmışdır.

Xarakter fəaliyyət və ünsiyyətdə əmələ gələn və təzahür edən davamlı fərdin xüsusiyyətlərinin cəmidir. Xarakterin əsasını şəxsiyyətin iradi xüsusiyyətləri təşkil edir. Platon e.ə xarakter haqqında müəyyən etik psinsiplər əsasında bir tipologiya yaratmışdır. Lakin bu təsnifat tam elmi bir izah vermədiyi üçün başqa araşdırılmalara ehtiyyac duyulmuşdur. Bu zaman bir sıra müəyyən araşdırılmalar əsasında insanın davranışındakı münasibətlərin mühüm keyfiyyətləri aşağıdakı kimi qəbul edilmişdir. Əməyə münasibət, özünə münasibət, insanlara münasibət. Əməyə münasibət- tənbəllilik və ya fəaliyyət sevən, məsuliyyət və ya məsuliyyətsiz, səliqəlilik və ya pintilik kimi bir sıra xüsusiyyətləri özündə birləşdirir. Özünə münasibət dedikdə iradi keyfiyyətlər nəzərdə tutulur ki, buna tələbkarlıq, tənqidilik, özünüqiymətləndirmə və s. aiddir. Insanlara münasibət- kollevtivçilik və ya fərdiçilik, eqoizm və ya alturizm, qəddarlıq və ya xeyirxahlıq kimi xüsusiyyətlər aiddir. Çünki hər hansı bir keyfiyyət, əlamət və xassə dəfələrlə təkrar olunduqda fizioloji baxımdan onların avtomatlaşması dinamik stereotipə, psixoloji baxımdan isə şəxsiyyətin xarakter əlamətinə çevrilməsi prosesi baş verir [5, s.212]. Hər bir şəxs üçün ona məxsus xüsusiyyətləri onun xarakterik xüsusiyyətləri adlanır və zaman keçdikcə bu xüsusiyyətlər onun davamlı fərdi xassələrinə çevrilir və xararketi əks etdirir. Xarakterin bir sıra xüsusiyyətləri vardır ki, buna aiddir- iradi; emosional; intellektual; əxlaqi. Bu xüsusiyyətlər təsadüfi yox müəyyən qanuna uyğunluqlar əsasında meydana çıxır. Ümumiyyətlə insan xarakterini müəyyən etmək çətindir. Çünki hər bir tipin bir neçə dərəcəsi vardır. Müəyyən müddət sonra hər bir tip digəri ilə əvəz olunur. Məsələn eqoist-alturist; xoş-bəd; nəzakətli-kobud və.s xarakter əlamətləri fərqli olsada temprement tipləri kimi onların biri digərlərinə nisbətən daha üstünlük təşkil edir, ya digər insanlar ilə ünsiyyətinə görə ya davranışına görə və ya başqa bir sıra əməllərə görə. Elə həmin bu ayrı-ayrı xüsusiyyətlərin

daha çox inkişafı məhz xarakterin aksentuasiyası adlanır. Aksentuasiya terminin elmə ilk dəfə K.Leonqard gətirmişdir. K.Leonqard ilə yanaşı rus psixiatrı A.E.Liçko birlikdə xarakterin aksentuasiyasının tiplərinin müəyyən etmişdirlər. İntrovert tip-özünə qapalı tip, ekstrovert tip- çoxdanışan, qərarsız tip, senzitiv tip- həyəcanlı, qorxaq tip, demostrativ tip- eqosentrist, diqqətə tələbkar tip. Bunlar xarakterin aksentuasiyası tipləridir. Xarakterdə psixoloji portretin öyrənilməsində çox mühüm rol oynayır.

Motivasiya və tələbatlar psixoloji portretin öyrənilməsinin bir parçasıdır. Tələbat fərdin daxili tarazlığının pozulması nəticəsində yaranan və fəaliyyətinə yönəlməsinə zəmin yaradan bir psixoloji anlayışdır. Tələbat insanın nəyəsə olan ehtiyyacı əsasında yaranır və insanı fəaliyyətə təhrik edən davranışın başlanğıc nöqtəsidir. Tələbatlar hər bir şəxsiyyət üçün mühüm əhəmiyyət kəsb edən bir psixoloji aspektdir ki, bununda bir sıra növləri vardır ki, hər biri xüsusi əhəmiyyət daşıyır. Tələbatların növlərinə bunlar aiddir: Bioloji tələbatlar hansı ki, insanın yaşması üçün vacib olan ehtiyyaclardır və buna su, qida, yatmaq, istirahət, sağlamlıq və.s aiddir. Sosial tələbatlara buda hansı ki, insanın cəmiyyətdə yaşaması ilə bağlı lazım olan ehtiyyaclardır və buna ünsiyyət, kollektivə mənsubluq, qəbul olunma və.s aiddir. Psixoloji- mənəvi tələbatlar fərdin öz daxili aləmi ilə bağlı olan ehtiyyaclardır, buna özünə dəyərvermə, müstəqillik, özünütanıma və s. aiddir. Özünüreallaşdırma ehtiyaclarıda əhəmiyyətli ehtiyyac növlərindən biridir ki, buda insanın öz potensialını üzə çıxarmaq öz bacarıqlarını inkişaf etdirmək bura daxildir. Motivasiyada tələbatlar ilə bilavəsitə əlaqəlidir. Motivasiya tələbatların şüurlu və ya qeyri-şüurlu vəziyyətdə fəaliyyətə çevrilməsi prosesidir. Yəni motivasiya hansı məqsədi nə üçün seçdiyini izah edir. Motivasiya daxili və xarici motivasiya olaraq iki yerə bölünür və hər ikisi bir fərd üçün xüsusi əhəmiyyət daşıyır. Daxili motivasiya fərd hər hansısa fəaliyyəti öz daxili marağı və məmnunluğu üçün yerinə yetirir. Daxili motivasiyası yüksək olan şəxslər hər zaman yeni bilikləri öyrənməkdən zövq alır, daimi özünü inkişaf etdirmək ilə məşğul olur, yaradıcılıq ilə məşğul olur. Daxili motivasiya çox dayanıqlı və effektiv olur. Xarici motivasiyası olan şəxslər davranışı daha çox xarici stimullaşdırıcılar ilə motivasiya olunurlar. Xarici stimullaşdırıcılara mükafat, cəza, tərif, sosial-psixoloji təyziqi aid etmək olar. Bu motivasiya növü nisbətən daha qısamüddətli və az effektli olur. Hər iki motivasiya hər bir şəxsdə mövcuddur sadəcə üstünlüyün hər hansısa birinin çox təşkil etməsi həmin şəxsdə o motivasiya növünün çox olması anlamına gəlir. Motivasiya insanın seçimlərini, davranışını, səylərini müəyyən edir. Psixoloji portretdə motivasiya və tələbatların rolu ondan ibarətdir ki, şəxsin nəyə can atdığını, ətraf mühitdə davranışlarının daxili səbəblərini öyrənir, şəxsi priorietetləri öyrənir.

Emosional vəziyyət və emosiyaların idarəsi. Emosional vəziyyət fərdin müəyyən bir situasiyada hiss etdiyi daxili psixoloji haldır. Emosional vəziyyət davranışlarımıza, ətraf mühitlə ünsiyyətlərimizə, düşüncələrimizə hətta şəxsi halımıza təsir edir. Emosional vəziyyətimizə hadisələr, fiziki vəziyyət, düşüncə tərzi və ətraf mühit təsir edir. Hadisələrə həyat prosesində insanın başına gələn vəziyyətlər, imtahan, mübahisə, uğur, itki və.s aiddir. Fiziki vəziyyətlərə yorğunluq, aclıq, xəstəlik və.s aiddir. Düşüncə ali sinir fəaliyyətinin ən yüksək forması olub, real varlığı hərəkətli əks etdirir [3, s.131]. Düşüncə tərzinə ətraf mühitə müsbət və ya mənfi baxış tərzini misal göstərmək olar. Ətraf mühitə ailə, məktəb, iş mühiti və.s. aid etmək olar.

Ümumiyyətlə emosiya nədir? İnsana necə təsir edir? Emosiya insanı ətraf mühitdə müəyyən bir vəziyyətə qarşı verdiyi psixoloji reaksiyadır. Emosioalar bizi qoruyur, motivasiya edir, ətraf mühitə uyğunlaşmağımıza bilavasitə kömək edir. Əsas emosiyalara sevinc, kədər, qəzəb, iyrənmə, qəzəb, təəccüb və.s aiddir. Emosiyaların müəyyən bir vəziyyətdə idarə olunması insanın özündən və düşdüyü vəziyyətdən asılıdr. Emosiyaların idarə olunması insanı müəyyən şeylərdən məhrum etmək deyil, sadəcə həmin zaman insanı davranış və reaskiyalarını idarə edməkdir. Emosiyaların idarə olunması bir sıra mənfi xarakterli stiusiylarda insana kömək

olur. Düşünülməmiş qərarların qarşısını alır, özünəinamı artırır, psixoloji sağlamlığa kömək edir, münaqişələrdən qoruyur və.s bu kimi bir sıra xüsusiyyətlər bura daxildir. Emosiyaları idarə etmək üçün insan gərək emosiyları tanısın, onları anlasın, emosiyaları qəbul etsin, barışsın, yarana emosiyanın səbəbini anlamağa çalışsın. Emosiyaların idarəsi elə məhz psixoloji portret anlayışında bunun üçün gərəkdir ki, yaranan hər hansı situasiyada şəxsin necə reaksiya verəcəyini əvvəlcədən öyrənməyə kömək olur.

Düşüncə və qərarvermə insanın qəbul etdiyi məlumatı necə emal etməsi, yaranan problemlərə necə reaksiya verməsi, yanaşması və verdiyi qərarı hansı əsas ilə verməsi deməkdir. Bir sıra düşüncə tərzləri vardır ki, bunada aşşağıdakılar aiddir.

Analitik, yaradıcı, tənqidi, intuitiv, sistemli və s. tərzləri vardır. Analitik düşüncə tərzi faktlara, məntiqə və detallara əsaslanır. Yaradıcı düşüncə tərzi daha çox yeni ideyalara yönəlir. Tənqidi düşüncə tərzi məlumatları sorğulayır, üstünlükləri ölçən bir tip olur. Intuitiv daxili hislərə sistemli isə planlı şəkildə irəliləmə əsaslanır. Qərarvermə tərzi insanın gündəlik həyatında, sosial münasibətlərində, iş həyatında hətta gələcək planlarında mühüm rol oynayan bir prosesdir. Insanlar hər gün qərarlar verir ki, buda onların həyat təcrübəsindən, düşüncə tərzindən, davranışlarından və həyatı proseslərin onların şəxsi həyatlarına necə təsirindən və emosional vəziyyətindən asılıdır. Qərarvermə qarşıda olan mövcud olan qərarlardan ən məqsədə uyğun alternativlərini seçməkdir.

Ünsiyyət və sosial davranış üslubu psixoloji portretdə şəxsin başqa şəxslərlə münasibət qurması, ətraf mühitdə özünü necə aparması və emosional reaksiyaları təsvir edir. Psixoloji portretdə ünsiyyətin üslubuna danışıq tərzi, fikirlərin aydın ifadəsi, dinləmə qabiliyyətinin olması, verbal və q\verbal ünsiyyət aiddir.

Sosial davranış isə hər bir fərdin sosial mühitdə cəmiyyət daxilində davranış modelini əks etdirir. Sosial davranışa sosail aktivlik, qrup daxili rol, yaranan münaqişələr zamanı davranış, qoyulmuş qaydalara riayət etmə aiddir. Bundan əlavə təbii gerçəkliyə münasibətdə sosial davranışa müəyyən qədər təsir edir. Təbii gerçəkliyə münasibətin 3-forması vardır buna: (1) Seyredici (estetik), (2) öyrədici (kreativ), (3) dəyişdirici (manipulyativ). Seyredici – Təbii hadisə və proseslərin təzahürünün seyri. Öyrədici – Hadisə və proseslərin daxili qanunauyğunluqlarını öyrənilməsi. Dəyişdirici – Təbii mühitin öz tələbatlarına müvafiq dəyişdirilməsi [4, s.10].

Psixoloji portretdə fərdin stresə və çətinliklərə münasibətidə mühüm rol oynayır Bu onun emosional davamlılığını, özünüidarəsini, problemlərə yanaşma tərzini özündə əks etdirən bir göstəricidir. Özünüqiymətləndirmə səviyyəsində qiymətverən və qiymətləndirilən eyni adam olduğuna, mən-mənə qiymət verdiyinə görə burada özünüsevmə, özünəhörmət, ləyaqət hissi özünə geniş yer edir [7, s.262].

Psixoloji portretdə nəzərə alınan digər bir cəhət isə stressə və çətinliklərə qarşı verilən reaksiyalardır. Bu onun özünüidarə bacarığı, emosional davamlılığını və ya qarşılaşdığı problemlərin həlli yollunu əks etdrimə üslübüdur. Stressə davamlılıq dedikdə onun sakitcə nəzarətli, gərgin vəziyyətlərdə özünü ələ alan, həssas tez həyəcanlanan, qaçınan, tez və aktiv mübarizə aparan, problemləri bir başa həll etməyi bacaran birisi nəzərə alınır. Bundan əlavə çətinliklərin üzərindən gəlmək üçün bir sıra yollar vardır ki, buda çətinliklərə daha rasional yanaşma, emosional yanaşma, problemləri müstəqil həll etmə bacarıqlarının olması və.s aiddir.

Nəticə

Nəticə olaraq demək olar ki, psixoloji portret anlayışı şəxsin xarakterik xüsusiyyətlərini, insanın öz şəxsiyyətini bütövlükdə dərk etməyə şərait yaradan bir psixoloji anlayışdır. Insanın şəxsiyyətinin dərin formada öyrənilməsində mühüm bir rol oynayan psixoloji portret anlayışı müxtəlif sahələrdə istifadə olunur. Psixoloji portret şəxsin davranışlarının səbəblərini öyrənməyə, ətraf mühitə olan münasibətlərini və şəxsi həyatında olan məsələlərdə qərarvermə prosesində müəyyən optimallaşdırmalara xidmət edir. Beləliklə psixoloji portretdən istifadə həm

şəxsin, şəxsi həyati proseslərində həm də ətraf mühitlə ünsiyyətində mühüm rol oynayır. Bundan əlavə psixoloji portretin tam şəkildə öyrənilməsi iş mühitindədə vacibdir. Çünki işə qəbul zamanı şəxsin psixoloji portreti əgər ki, tam və aydın formada dərk edilibsə bu həmin şəxsin o iş mühitində necə davranacığını, digər şəxslər ilə münasibətinin hansı formada olacağını, iş mühitində yaranacaq çətin situasiyalarda necə reaksiya verəcəyini öncədən öyrənməyədə zəmin yaradır. Məhz buna görə də psixoloji portret hər bir sahədə istifadə olunmalı olan və öyrənilməsi zəruri olan bir sahədir. Psixologiya elminin bir anlayışı olan bu anlayış hal-hazırda çox geniş araşdırılıb öyrənilməsədə artıq zaman-zaman müəyyən inkişaflarının olduğunu görmək mümkündür.

ƏDƏBİYYAT SİYAHISI

1. Bayramov Ə.Ə., Əlizadə Ə.Ə. Psixologiya: dərs vəsaiti. Bakı: Çinar-Çap, 2009.
2. Əlizadə Ə.Ə. İdrak prosesləri və hisslər : psixopedaqoji məsələlər. Bakı: ADPU-nun mətbəəsi, 2006;172-257.
3. Əsədov B.M., Qəmərli R.C. Məhkəmə-psixiatrik ekspertizasının əsasları : dərs vəsaiti. Bakı: Nurlar, 2010.
4. Məmmədov C.H., Salamova K.B. Dərketmə fəaliyyətinin psixologiyası : dərs vəsaiti. Sumqayıt: SDU-nun redaksiya və nəşr işləri şöbəsi, 2020.
5. Qədirov Ə.Ə. Yaş psixologiyası: dərs vəsaiti. Bakı: Maarif, 2008.
6. Quliyeva Ş. Ümumipsixoloji praktikum. Sumqayıt: SDU-nun redaksiya və nəşr işləri şöbəsi, 2021.
7. Rəhimova Q.V., Heydərova S.M. Müasir psixologiyada şəxsiyyətin inkişaf problemləri. ADPU-nəş. Bakı-2024.
8. Salamova K.B. Ümumi psixologiya: dərs vəsaiti. Sumqayıt: SDU nəşriyyatı, 2016.

Afarin Ali ABBASOVA
Western Caspian University, Associate Professor of the Department of Psychology and Social Work, PhD in Psychology, Baku, Azerbaijan

Tural Lachin BINALIYEV
Master student of the Department of Psychology and Social Work, Western Caspian University, Baku, Azerbaijan

PSYCHOLOGICAL PORTRAIT AS A STRUCTURAL-FUNCTIONAL MODEL OF PERSONALITY

Summary

This article provides a comprehensive analysis of the concept of a psychological portrait, which determines an individual's personal dynamics and behavioral patterns within a social environment. It explores the interaction of temperament, character, emotional intelligence, and cognitive behaviors as the core elements of a psychological portrait. The main focus of the article is on emotion regulation mechanisms; the impact of a person's ability to control their individual feelings on their psychological resilience and social adaptation is substantiated by scientific evidence. Furthermore, the study investigates individual characteristics in thinking styles and decision-making processes, examining how these factors complete the integrity of the psychological portrait. Based on the research findings, it is demonstrated that a psychological portrait is not a simple structure, but rather a dynamic interplay of both innate and acquired traits. The article holds scientific significance for psychology professionals, students, and individuals interested in personality structure.

Keywords: psychological portrait, temperament, emotional regulation, decision-making, personality psychology.

Аферин Али АББАСОВА
Западно- Каспийский Университет, доцент кафедры Психологии и Социальной работы, доктор философии по психологии, Баку, Азербайджан

Турал Лачин БИНАЛИЕВ
Западно- Каспийский Университет, магистрант кафедры Психологии и Социальной работы, Баку, Азербайджан

ПСИХОЛОГИЧЕСКИЙ ПОРТРЕТ КАК СТРУКТУРНО-ФУНКЦИОНАЛЬНАЯ МОДЕЛЬ ЛИЧНОСТИ

Резюме

В данной статье подробно анализируется понятие психологического портрета, определяющего личностную динамику индивида и формы его поведения в социальной среде. Рассматривается взаимосвязь темперамента, характера, эмоционального интеллекта и когнитивного поведения как основных элементов психологического портрета. Основное внимание в статье уделяется механизмам управления эмоциями; на основе научных данных обосновывается влияние способности человека контролировать свои чувства на его психологическую устойчивость и социальную адаптацию. Кроме того, исследуются индивидуальные особенности мышления и процессов принятия решений, а также то, как эти факторы дополняют целостность психологического портрета. На основе результатов исследования показано, что психологический портрет представляет собой не простую структуру, а динамическое единство как врожденных, так и приобретенных качеств. Статья имеет научную ценность для специалистов в области психологии, студентов и лиц, интересующихся структурой личности.

Ключевые слова: психологический портрет, темперамент, эмоциональная регуляция, принятие решений, психология личности.

Daxil olub: 25.05.2026