

O'SMIRLIK DAVRIDA SUITSIDNI YUZAGA KELTIRUVCHI OMILLAR VA ULARNI OLDINI OLISH.

Saliyeva D.A.

Qo'qon davlat universiteti "Psixologiya" kafedrası
mudiri psixo.f.n., professor.

Bugungi kunda jamiyatimizda olib borilayotgan siyosatning asosiy maqsadlaridan biri — barkamol avlodni tarbiyalashdir. Barkamol avlod tarbiyasi uchun mas'ul bo'lgan kishilar sifatida psixolog mutaxassislarga bugungi mavzu juda dolzarb bo'lib, komil insonni tarbiyalashdir. Komillik sifati shundaki, unda to'rtta xususiyat yani yaxshi so'z, yaxshi fel, yaxshi axloq, ma'orif va madaniyatli bo'lishi lozim. Prizedentimiz Sh. M.Mirziyoyevning "Farzandlarimiz mustaqil fikrlaydigan, zamonaviy bilim va kasb va hunarni egallagan, sog'lom hayotiy pozitsiyalarga ega, chinakkam vatanparvar insonlar sifatida tarbiyalash biz uchun xech qachon o'zining dolzarbligini yo'qotmaydigan masala hisoblanadi," – deb takidlaganlari bejiz emas. Yurtimizning rivojlangan davlatlar darajasiga ko'tarilishi pedagoglar ta'lim-tarbiya berayotgan yoshlarimizning dunyoqarashi, saloxiyati, iqtidori hamda mustaqil fikrlashiga bog'liq.

Inson shaxsining psixik rivojlanishi va uning shakllanishi murakkab tadqiqot jarayoni bo'lib, uning o'ziga xos xususiyatlari va qonuniyatlarini asosli ilmiy bilish, o'quvchi shaxsiga psixologik jihatdan ta'sir ko'rsatishning zaruriy shartidir. Shaxsdagi o'zgarish davri, hozirgi ijtimoiy-iqtisodiy vaziyat, g'ayritabiiy xatti-harakatni tuzatish bilan bog'liq muammolarni keskinlashtirdi. Shaxsning hayotida ijtimoiy istiqbol bo'lmasa, bu yoshlarning jismoniy va ruhiy salomatligiga ta'sir qilishi mumkin. Gumanitar fanlarning statistikasi bilan bir qatorda shaxs axloqining me'yoriyligi va nome'yoriyligini baholashning maxsus mezonlaridan ham foydalaniladi, ammo ularni quyidagicha taxlil qilamiz: psixopatologik, ijtimoiy-me'yoriy va individual-psixologik.

Hozirgi kunda jahon miqyosida o'smirlik va yoshlik davrida bilvosita o'z joniga qasd qilish harakati yoki parasuitsid xolatlar o'smirning ongsiz ravishda o'lishni xohlamasdan o'zini hayotiga xavf soladigan xavf-xatarlarga duchor qilishmoqda.

N.Kreytman parasuitsid xolatini mavjud vaziyatni o'zgartirish uchun boshqalarga ta'sir ko'rsatish usuli deb ta'riflab, uni o'limga olib keladigan yordam so'rab faryod qilish bilan bog'liq muammo sifatida o'z joniga qasd qilish harakatlari deb tasniflagan [1,5].

O'z-o'ziga zarar yetkazish - bu o'z tanasiga qasddan jismoniy zarar yetkazish bilan bog'liq bo'lgan keng ko'lamli harakatlarni o'z ichiga oladi. Jamiyatda o'smirlik va yoshlik davrida keng tarqalgan o'z-o'ziga zarar yetkazish yomon, odatiy hol sifatida ko'rinadi. O'z-o'ziga zarar yetkazish har doim ham oson emas, chunki u

ko'pincha boshqalardan yashiringan xolatda va ko'pincha tasodifiy jarohatlar sifatida yuzaga keladi [3,7].

Klinik amaliyotda o'z hayotini tugatish niyatida bo'lmagan bolalar va o'smirlarning o'z joniga qasd qilish xatti-harakatlari har doim qo'shimcha xavf omili hisoblanadi. Haqiqiy o'z joniga qasd qilish harakati va o'z-o'ziga zarar yetkazish harakati bola hayotiga xavf tug'diradigan jarohatlarga olib kelish xavfi mavjud. Ijro motivlari va usullaridagi farqlarga qaramay, avtoagressiv (o'z-o'zini yo'q qiluvchi) xatti-harakatlarning turli shakllari asosida umumiy xavf omillari yotadi. O'smirlarda o'z joniga qasd qilish belgilari quyidagilardan iborat:

1. Passiv o'z joniga qasd qilish fikrlari (g'oyalar, tajribalar);
2. O'z joniga qasd qilish niyati;
3. O'z joniga qasd qilish xolati.

Passiv o'z joniga qasd qilish g'oyalari o'z o'limi haqidagi tasavvur va xayollar bilan tavsiflanadi (lekin o'z joniga qasd qilish haqida emas). Misol uchun, o'z joniga qasd qilishga uringan o'smirlar psixologlarga yaqinlarining azob-uqubatlarini, ularni zo'ravonlik qilganlarning ahvolini va tengdoshlarining boshidan kechirganlarini tasavvur qilishlarini aytadilar. Ko'pgina o'smirlar, o'zlariga zarar yetkazgandan so'ng, ota-onalarning ularga nisbatan munosabati o'zgarishini yoki tengdoshlari tomonidan qabul qilinishini kutishadi. Biroq, aslida, o'z joniga qasd qilishga urinish yoki o'z-joniga zarar yetkazish xatti-harakatidan keyin keskin o'zgarishlar sodir bo'lmaydi. O'smirlardagi o'z joniga qasd qilish xayollari va niyatlari ularning depressiv holatlarining bevosita davomi va qondirilmagan ehtiyojlarning oqibati bo'lib, ular mohiyatan kam, lekin juda kuchli emotsional xolatdir. Masalan, hurmat va e'tirofga bo'lgan ehtiyoj, tengdoshlar tomonidan qabul qilinishi va boshqalarga o'zining kattaligini isbotlash zarurati kabi.

O'smirlik davrida kattalar bilan qarama-qarshilik mavjud: katta bo'lish, o'z yetukligini ko'rsatish zarurati va voqelikda yetuk kattalar fazilatlarini, ko'nikmalari va qobiliyatlarining yo'qligi. O'smir hali erisha olmagan va rivojlanmagan narsalarini boshqalardan tan olishni talab qiladi. Shuning uchun ular o'qituvchilarning kattalar pozitsiyasini tanqid qilishga keskin munosabatda bo'lishadi.

O'z joniga qasd qilish g'oyalari o'z joniga qasd qilishning faolroq namoyonidir. O'z joniga qasd qilish tendentsiyasi reja ishlab chiqilganda rivojlanadi: o'z joniga qasd qilish usullari, vaqti va joyi o'ylab topiladi. Odatda, o'smir o'z hayotini tugatish niyatini bildiradi; ijtimoiy tarmoqlarda ular bu niyatga mos rasmni topib, "yaqinda tugaydi", "Menga yordam bera olmaydi" kabi iboralarni o'qishlari mumkin. O'z joniga qasd qilish niyati ixtiyoriy component ya'ni- qaror, uni tashqi xatti-harakatlarda darhol amalga oshirishga tayyorlik bilan qo'shilganda namoyon bo'ladi. Har bir o'z joniga qasd qilish holatlarining aniq o'ziga xosligiga qaramay, ular bir qator umumiy xususiyatlarga ega. O'z joniga qasd qilishga moyil shaxslar quyidagilar bilan ajralib turadi: chidab bo'lmas azob-uqubadni yechimini ko'rmaslik, vaziyatdan chiqish yo'lini izlash, umidsizlik va nochorlik hissi, o'z-o'ziga tajovuzkorlik, o'z joniga qasd qilishga ikkilangan munosabat, idrok etilgan haqiqatni buzish – muammoni yechimi mavjud emasligi. Bularning barchasi o'z joniga qasd qilish uchun "qochib ketish" darajasiga qadar variantlarning torayishiga olib keladi.

G. Sayre o'z joniga qasd qilish harakatlari ortidagi his-tuyg'ularni tahlil qilib, o'z joniga qasd qilishning to'rtta asosiy sababini aniqladi:

- izolyatsiya (hech kim sizni tushunmaydi, hech kim sizni qiziqitirmaydi degan tuyg'u);
- nochorlik (o'z hayotingizni boshqara olmasligingiz, hamma narsa sizga bog'liq degan tuyg'u);
- umidsizlik (kelajakda yaxshilik mavjud emasligi);
- ahamiyatsizlik hissi (o'z-o'zini yaralangan his qilinishi, o'zini past baholash, qobiliyatsizlik hissi, uyat).

O'smirlardagi barcha o'z joniga qasd qilish niyatlariga noadekvat his-tuyg'ular hamroh bo'ladi. Apatiya va befarqlik uzoq davom etadigan yomon kayfiyatning ko'rinishidir. O'smirning o'z joniga qasd qilish harakatlarining turli sabablari mavjud: norozilik, qasos, chaqiruv (e'tibor, yordam); qochish (jazodan, azobdan); o'z-o'zini jazolash; inkor qilish (mavjudlikni).

O'smirning o'z joniga qasd qilish xatti-harakati murakkab, kuchli hissiy norozilik bo'lib, bu boshqalardan hamda o'zidan keskin norozilikni, bu tajribalar uchun javobgar bo'lganlardan qasos olish va jazolash istagi bilan bog'liq. O'z joniga qasd qilishga urinishlar norozilik ifodasi sifatida namoyishkorlik elementiga ega emas. Isterik, namoyishkorona o'z joniga qasd qilishga urinishlar boshqalarning e'tiborini va hamdardligini jalb qilish istagi bilan tavsiflanadi [3, 111].

O'smirlarda hayotiy tajribaning yetishmasligi va yordam so'rashga qodir emasligi sababli inqirozli vaziyatlarga javob berish cheklangan bo'ladi. Har kuni oddiy qiyin hayotiy vaziyatlarda ayniqsa stressni boshdan kechirishadi. Bu esa psixologik jarohatlarni yuzaga kelishi va boshdan kechirilishida namoyon bo'ladi hamda deviant xatti-harakatlarni yuzaga keltiradi. Jamiyatda o'z joniga qasd qilish va o'z-o'ziga zarar yetkazishni maqbul xulq-atvor normalari deb hisoblaydigan submadaniyatlilarning ko'payishi yoshlarda buzg'unchi e'tiqodlarni shakllantirish uchun qo'shimcha omillarni keltirib chiqaradi [3,109].

Ijtimoiy va inqiroz psixologiyasi sohasidagi nazariyotchi olimlar va amaliyotchilarning fikriga ko'ra, ma'lum, nisbatan bir hil guruhlarda o'z joniga qasd qilish harakatlarining ko'payishi o'smirlarda "Verter ta'siri"ni o'z joniga qasd qilish (haqiqiy yoki xayoliy) haqidagi ommaviy axborot vositalarining xabarlarini rag'batlantirilishi bilan bog'liq. Ijtimoiy tarmoqlarda o'smirlarning o'z joniga qasd qilish holatlarini batafsil va nozik yoritish "yuqumlilik effekti"ni yuzaga keltiradi. O'smirlar o'rtasidagi o'z joniga qasd qilishning ushbu turini tavsiflashda "induktsiyali o'z joniga qasd qilish" atamasi qo'llaniladi, bu murojaat qiluvchi shaxsning o'z joniga qasd qilishining psixologik ta'siri ostida sodir etilgan o'z joniga qasd qilish harakati sifatida tushuniladi. "O'z joniga qasd qilish" atamasi ba'zan o'z joniga qasd qilish fikrlarining ijtimoiy-psixologik tarqalishini va tegishli ommaviy axborot vositalarining xabarlaridan keyin o'z joniga qasd qilish niyatining faollashishiga sabab bo'ladi[2,77]. Ommaviy axborot vositalarida o'z joniga qasd qilishni romantiklashtirish ham yoshlarning o'z joniga qasd qilish xatti-harakatlariga jalb qilinishiga yordam beradi. Filmlar, qo'shiqlar, videolar, ijtimoiy tarmoqdagi postlar va boshqa ommaviy axborot vositalarida o'z joniga qasd qilish: jasorat (deviant xatti-harakat qahramonlik deb hisoblaydigan deviant tafakkur), quvnoq va

fojiali bo'lmagan (deviant xatti-harakat xavfsiz bo'lgan deviant fikrlash) qiyin vaziyatlarda xatti-harakatlar sifatida taqdim etiladi.

O'smirlarda o'z joniga qasd qilish xavfini erta tashxislash shakllaridan biri S.V. Knijnikova tomonidan o'rganilib, ushbu kontseptsiya turli xil ochiq ijtimoiy tarmoqlardagi shaxsiy sahifalarni o'rganish orqali amalga oshiriladi [2,81]. O'smirlarning shaxsiy internet sahifasida o'z joniga qasd qilishga moyil mavzularning mazmunli elementlari (holat, fotosurat, mos yozuvlar, fon rasmlari, videolar, musiqa, guruhlariga obuna bo'lish, hashtaglar, ilovalar va boshqalar) va "o'z joniga qasd qilish signallari" mavjudligi yoki yo'qligi nuqtai nazaridan baholash uchun mo'ljallangan. Bularga to'g'ridan-to'g'ri o'z joniga qasd qilish haqidagi bayonotlar, rejalar, depressiv triadaning mavjudligi (kontentlarni "qora" rangda hamda o'z-o'zidan, boshqalar, kelajakda), ma'yus vizual dizayn, o'lim haqidagi hikoyalarga qiziqish, mavjud o'z joniga qasd qilish tajribasining ko'rsatkichidir. Vidolashuv, o'z joniga qasd qilish, o'z joniga qasd qilishni ma'qullash (altruistik o'z joniga qasd qilishni qabul qilish), qasos olish va o'z o'limi bilan boshqalarni jazolash; boshqalarni o'zidan yuk sifatida ozod qilish (ozod qilish); ruhiy azob, hissiy og'riq; jismoniy azob-uqubatlar, mavjudlikning ma'nosizligi qayd etiladi [2,81]. Kuchli salbiy emotsional holatlarga qarshi kurashish vositasi sifatida tanani o'zgartirish, tana san'ati va o'z-o'ziga zarar yetkazish haqida onlayn ma'lumotlarning mavjudligi va ochiqligi ota-onalar, o'qituvchilar, psixologlar hamda o'smirlar bilan ishlaydigan shifokorlarga alohida mas'uliyat yuklaydi. Bu eksperiment bosqichida deviant xulq-atvorga taqlid qiladigan o'smirni qayta yo'naltirish yaxshi shakllangan stereotipik xatti-harakatlar modellarini o'zgartirishga urinishdan ko'ra osonroqdir [3,113]. Bu borada ota-onalarga hamda o'qituvchilarga quyidagilar tavsiya etiladi:

- ✓ bolani uydan chiqib ketishga bevosita yoki bilvosita qo'zg'atmaslik;
- ✓ barcha vaziyatlarda aloqani, ijobiy munosabatni saqlab qolish;
- ✓ hayotning qadri va uning mazmuni haqida suhbatlashish;
- ✓ bolani hayotdagi oddiy narsalardan zavqlanishga o'rgatish;
- ✓ hayotga muhabbat uyg'otishning eng yaxshi usuli - bu namunadir.

O'smirlarning o'z hayotining qadr-qimmatini anglashiga kattalar orqali misollar keltirish, ularning maslahatlari va tavsiyalari, ijobiy munosabati, ehtiyojlarni tushunish, his-tuyg'ular, tajribalar va har bir kamolotga erishgan insonning kelajak hayotiy istiqbollari ko'rish ta'sir qiladi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati.

1. Книжникова С.В., Терентьева С.В. «Эффект Вертера»: подражательные суициды среди подростков и молодежи // Педагогика. 2017. № 1. С. 76–82.
2. Левковская О.Б., Шевченко Ю.С. Несуицидальное самповреждающее поведение в подростковой среде: современные объяснительные подходы // Вопр. псих. здоровья детей и подростков. 2015. № 1. С. 105–117.
3. Польская Н. А. Психология самоповреждающего поведения. М.: ЛЕНАНД, 2017. 130 с.

4. Рахмонова, О. О., Д. А. Салиева, and Г. Б. Ниетбаева. "Psychological aspects of directing students to professions in the educational process." Вестник КазНПУ имени Абая серия «Специальная педагогика» 71.4 (2022): 126-130.
5. Салиева, Дилором Абдуллаевна. "ПРОБЛЕМА КРИЗИСНЫХ ПЕРИОДОВ В ФОРМИРОВАНИИ ЛИЧНОСТИ РЕБЕНКА." ТА'ЛИМ VA RIVOJLANISH TAHLILI ONLAYN ILMIY JURNALI 3.2 (2023): 423-425.
6. Saliyeva, Dilorom Abdullayevna, and Mukhammadrizo Juraboyev. "AGGRESSIVE BEHAVIOR IN CHILDREN-PSYCHOCORRECTION WORKS USED IN ELIMINATING THE BEHAVIOR." Galaxy International Interdisciplinary Research Journal 10.12 (2022): 1838-1842.