

ЎЗБЕКИСТОН РЕСПУБЛИКАСИ ХАЛҚ ТАЪЛИМИ ВАЗИРЛИГИ
Т.Н.ҚОРИ НИЁЗИЙ НОМИДАГИ ЎЗБЕКИСТОН ПЕДАГОГИКА ФАНЛАРИ
ИЛМИЙ ТАДҚИҚОТ ИНСТИТУТИ

ВОЯГА ЕТМАГАНЛАР ЎРТАСИДА
СУИЦИД ҲОЛАТЛАРНИНГ
ОЛДИНИ ОЛИШ

Таълим муассасалари педагог ва психологлари учун
МЕТОДИК ҚЎЛЛАНМА

«Камалак» нашриёти
Тошкент - 2017

КБК: 88.4
В 88

Вояга етмаганлар ўртасида суицид ҳолатларнинг лдини олиш.
Методик қўлланма./ Илмий-оммабоп нашр. Н.Тайлоқов. -Тошкент:
«Камалак» нашриёти . 2017. 72 бет. .

Методик қўлланма Вояга етмаганлар ишлари бўйича республика идораларо комиссиясининг 2017 йилга мўлжалланган иш режасида белгиланган вазифалар ижроси юзасидан Халқ таълими вазирлигига юклатилган топшириққа асосан ФЗ-2016-0910202206 - “Вояга етмаганлар орасида жиноятчилик ва ҳуқуқбузарликка мойил ўқувчиларни тарбиялашнинг ижтимоий педагогик технологиялари” мавзусидаги фундаментал лойиҳа доирасида ишлаб чиқилган.

КБК: 88.4
В 88

Тузувчилар: **Норбек Тайлоқов**, ЎзПФИТИ директори,
п.ф.д., профессор
Моҳира Холиқова, катта илмий ходим, ф.ф.н., доцент,
Шаҳноза Тайлоқова, А.Авлоний номли ХТХҚТМОМИ
“Маънавият асослари” кафедраси мудир

Такризчилар: **Холбой Ибрагимов**, п.ф.д., профессор
Шаҳзода Абдуллаева, п.ф.д., профессор.
И.Арслонов, п.ф.н
Ш.Султонова, тадқиқотчи

ISBN 978-9943-4905-7-3

©.Н.Тайлоқов
© «Камалак», 2017

КИРИШ

Инсоният XXI асрда коинот ва табиат билан яхлит эканини янада кучлироқ ҳис этди. Цивилизация ривожланган сари инсоният тафаккурида технократик ёндашув яққол кўзга ташланмоқда ва гуманистик ғояларнинг ҳимояга муҳтожлиги сезилмоқда.

Дунё ҳамжамиятини қийнаб турган глобал муаммолар сифатида очлик, қашшоқлик, ичимлик суви танқислиги, пандемик касалликлар билан бирга маънавий хатарлар – гуманизм, толерантлик, ижтимоий интеллектнинг сусайгани, инсонлар билан ўзаро муносабатда ҳурмат, кенгфёъллик, кечиримлилик, сабр, оқибат туйғуларининг йўқола бошлагани тилга олинмоқда. ЮНЕСКОнинг “XXI аср таълими” бўйича халқаро кўмитаси дастурида инсоният олдида турган энг муҳим вазифалар қаторида *биргаликда яшашни ўрганиш* ҳамда *шахс сифатида ноёб, ягона, такрорланмас бўлишни ўрганиш* кабилар алоҳида таъкидлаб ўтилгани бежиз эмас.

Бугунги куннинг яна бир ижтимоий ҳодисаси глобаллашувдир. Ушбу феномен, муҳтарам Биринчи Президентимиз И.Каримов таъбирича, ижтимоий, сиёсий, маданий муҳитнинг шаклланиши, ҳаёт суръатларининг беқиёс даражада тезлашуви, давлатлар ва халқлар ўртасидаги интеграциянинг, ҳамкорликнинг кучайиши, хорижий инвестициялар, капитал ва товарлар, ишчи кучининг эркин ҳаракати учун қулайликлар вужудга келиши, кўплаб янги иш ўринларининг яратилиши, замонавий коммуникация ва ахборот технологияларининг, илм-фан ютуқларининг тарқалиши, турли кадриятларнинг умуминсоний негизда уйғунлашуви, цивилизациялараро мулоқотнинг янгича шакли билан боғлиқ жа-раёндир.

Шу билан бирга у мафкуравий таъсир воситаси ҳамдир.

Айнан глобаллашув оқибатида турли маънавий таҳдидлар пайдо бўлдики, улар инсоният хавфсизлигини, давлатларнинг

миллий манфаатларини, келгуси авлодларнинг барқарор келажагини таъминлаш йўлидаги жиддий хатарга айланди. Бугун ер юзида сиёсий, иқтисодий, ижтимоий мақсадлар кўзланган ана шундай уринишлар натижасида катта маънавий йўқотишлар юз бераётгани, миллатларнинг асрий қадриятлари, миллий тафаккури ва яшаш тарзи издан чиқаётгани, маънавияти жиддий хавф остида қолаётганини кузатиш мумкин.

Маънавий таҳдидлар – бу инсонларнинг маънавий оламини, рухиятини издан чиқаришга қаратилган турли шаклдаги ғоявий, мафкуравий, ахборот хуружларидир.

Маънавий таҳдиднинг ёрқин кўриниши оммавий маданиятдир. Ҳозирги даврга келиб оммавий маданият миллий давлатчилик тизимларига жиддий хавф сола бошлади. Инсонни маънавий юксалтирадиган ҳақиқий маънавиятдан фарқли равишда оммавий маданият шахснинг интеллектуал, эстетик, ахлоқий деградациясини кучайтиради.

Оммавий маданиятнинг куйидаги ижтимоий шакллари мавжуд: индивидуализм, шахсий манфаатларни ҳар нарсадан устун қўйиш, эгоцентризм, эркин муҳаббат ғояси, зўравонликка асосланган компьютер ўйинлари, тижорат кинофильмлари, эстетик савияси паст бўлган, маънавий озиқ бермайдиган бадиий асарлар, жамият анъаналарига зид равишда либослар кийиш, пирсинг, татуаж, хорижда ишлаб чиқарилган миллий табиатимизга ёт бўлган кўғирчоқлар, ўйинчоқлар ва ҳ. Ёшлар орасида кенг тарқалаётган хиппи, эмо, гот, неофашизм каби субмаданият турлари ҳам оммавий маданиятнинг салбий кўринишидир.

Ахлоқсизликни маданият деб билиш, асл маънавий қадриятларни менсимасликнинг бундай ҳолатлари ёшлар тарбия-сига катта хавф солмоқда. Шунинг учун ҳам миллий ғоялар, ҳақиқий қадриятлар тизимини ривожлантириш мақсадга мувофиқ.

Маълумки, шахс маънавий камолотида оилавий тарбиянинг ўрни беқиёс. Оиланинг болаларга тарбиявий таъсир доираси ижтимоий таъсир доираси сингари ўта кенгдир.

Бирок кейинги пайтда оилада фарзандлар тарбиясида, уларни камол топтиришда бир қатор муаммоларга дуч келинмоқда. Ота-оналар ва фарзандлар ўртасидаги салбий муносабатлар болаларда хулқ оғиши ҳамда психосоматик касалликларнинг келиб чиқишига сабаб бўлиши мумкин.

Шахснинг оғишган хулқи ёки девиант ахлоқ (deviatio – лотинча “оғишмоқ”) – бу умумий қабул қилинган ёки расман ўрнатилган ижтимоий меъёрларга мос тушмайдиган ахлоқ шаклидир.

Стресс ва депрессияга мойил ўсмирлик даврида ўзининг долзарблиги билан ташвишга солувчи девиант ахлоқ кўриниши **суициддир** (лот. sui caedere – ўзини ўлдириш).

Расмий маълумотларга қараганда жаҳонда ёшлар орасида ўз жонига қасд қилиш ўтган йигирма йил давомида икки баробарга ошган.

Кейинги пайтда “Инстаграм”, “В контакте” каби ижтимоий тармоқларнинг турли сегментларида оммалашган ва кўплаб мунозараларга сабаб бўлган “Кўк кит”, “Тинч уй”, “WinX”, “Югурасан ёки ўласан” каби ҳали вояга етмаган ўсмирларни ўз домига тортаётган ўйинлар ҳам охири иштирокчининг ўз жонига қасд қилиш ҳодисаси билан якунланади.

Вояга етмаганларнинг ўз жонига қасд қилиш ҳолатларини текшириш шуни кўрсатадики, аксарият суицидлар ота-оналар, педагогларнинг қўполлиги, синфдошлари билан келишмовчилик, турли можаролар, атрофдагиларнинг эътиборсизлиги оқибатида, бефарқлик, инсофсизлик ва шафқатсизликка қарши исён сифатида юз беради.

Бугунги мураккаб глобаллашув даврида маънавият соҳасида вужудга келаётган долзарб муаммоларни ҳал этиш, халқимиз маънавиятини асраш, юксалтириш, айникса, ёш авлоднинг қалби ва онгини турли зарарли ғоя ҳамда мафқуралар таъсиридан сақлаш, шунингдек, уни ҳимоя қилиш масалалари алоҳида эътиборга моликдир. Ёшларимизнинг маънавий оламида бўш-

лик вужудга келмаслиги учун уларнинг қалби ҳамда онгида соғлом турмуш тарзи, миллий ва умуммиллий қадриятларга хурмат-эҳтиром туйғусини болалик давридан оқ шакллантириш муҳим вазифа.

Шахсни маънавий-ахлоқий шакллантириш боланинг туғилиши билан бошланади ва у оиладаги маънавий муҳит, ота-оналарнинг намунаси, умуммаданий савияси, таълим-тарбия жараёни, атроф-муҳит ҳамда жамият ҳаётини қандай ташкил этишдан иборат. Шу боис бу ота-оналар, мактабгача тарбия муассасалари, мактаблар, ўрта-маҳсус, касб-хунар таълими муассасалари, барча жамоат уюшмалари, давлат ташкилотлари, бутун жамиятнинг улкан ва сермашаққат ишидир.

Вояга етмаганлар ўртасида суицид ҳолатларни содир этиш ижтимоий муаммо сифатида

Ватанимизнинг ривожланиши ва ислохотларнинг муваффақияти кўп жиҳатдан халқнинг ҳуқуқий онги, маънавий тафаккури ҳамда сиёсий маданияти даражасига боғлиқдир. Бунда ҳар бир шахснинг сиёсий фаоллиги, унинг жамият ҳаётидаги ўзгаришларга нисбатан чинакам фуқаровий муносабатлари, демократик ислохотларга интилувчанлиги, кўзланган мақсадларга тезроқ эришишнинг муҳим омилдир.

У инсоннинг ёшлигидан бошлаб онгига сингиб, мустаҳкамланиб бориши керак.

Шахснинг маънавий шаклланишига таъсир этувчи муҳим омиллар орасида оила, мактаб, маҳалла, жамият ва ундаги ижтимоий, маданий-маърифий, иқтисодий соҳаларнинг умумий ҳолати айниқса муҳимдир.

Маҳсус адабиётларда **девиант ахлоқ** (*deviatio* – лотинча “оғишмоқ”) атамаси билан номланадиган тушунча мавжуд. Ушбу тушунча шахснинг оғишган хулқига нисбатан қўлланилади.

Шахснинг оғишган хулқи – бу умумий қабул қилинган ёки

расман ўрнатилган ижтимоий меъёрларга мос тушмайдиган ахлоқ шакли. Девиант ахлоқ турли кўринишларда намоён бўлади. Ушбу муаммо психология, криминология, медицина, социология фанлари доирасида ўрганилади.

Девиант ахлоқнинг энг оммавий тус олган кўринишлари куйидагилардир:

- *жиноят содир этиши;*
- *алкоголизм;*
- *наркомания;*
- *суицид.*

Бошқача айтганда, бундай хулқ мавжуд қонунлар, қоидалар, анъаналарга мос тушмайди. Девиант хулқ шахснинг маънавий қашшоқлиги ожизлиги таъсирида келиб чиқади ҳамда ижтимоий муҳит ва шахс ўртасидаги мураккаб вазиятларнинг келиб чиқишига сабаб бўлади. Маънавий баркамол бўлган шахс ижтимоий муҳит воқеа-ҳодисаларига нисбатан ижобий муносабатини намоён қилади.

Вояга етмаган ўсмирларнинг шахс сифатида шаклланиш жараёни муаммоли вазиятларда уларнинг мақбул қарорлар қабул қилишларига тўсқинлик қилади. Шунинг учун улар тез-тез жиноятчилик мазму-нига эга бўлган ҳара-катларнинг таъсирига

тушиб қолади. Ўсмирда аста-секин ижтимоий муҳит талаб ва меъёрларига нисбатан еформациялашувнинг келиб чиқиши юз беради.

Оқибатда салбий хулқ-атвор ўсмирнинг бутун фаолиятини, онгини қамраб олади. Натижада



бундай вазиятларда ўсмир ўзининг ёш даври хусусияти ва ҳаётий тажрибасизлиги туфайли ғайриқонуний ҳаракатларга қўл уриши мумкин.

Суицид, соддарок қилиб айтганда – ўз жонига қасд қилиш стресс ва депрессияга мойил ўсмирлик даврида ўзининг долзарблиги билан ташвишга солувчи девиант ахлоқ кўриниши.

Ўз жонига қасд қилиш – аксарият ҳолатларда олдини олиш кийин бўлган офат. Инсонни ўз ҳаёти билан видолашишга ундаган сабаблар ҳатто унинг қариндошлари ва яқинлари учун ҳам жумбоқлигича қолмоқда.

Энг даҳшатлиси эса, бу машъум қадамни ҳали бутун ҳаёти олдинда бўлган ёшлар кўяётганидир.

Бу аянчли тенденция нимадан бошланаяпти? Бир пайтлар сирли ва тушунарсиз ҳисобланган суицид муаммоси омма томонидан деярли қабул қилинмаган ва мутахассислар томонидан тадқиқ этилмаган.

Эндиликда эса ушбу муаммо жиддий тус олди, у ҳақида кўп гапирилаяпти ва ёзилаяпти. Ўтган йиллар ичида



тадқиқотчилар ақлни шоширадиган бу муаммо ҳақида кўп нарсани билиб олишди.

Жаҳон Соғлиқни сақлаш ташкилотининг статистик маълумотларига кўра, ҳар йили дунёда миллионга яқин киши ўз жонига қасд қилади.

Ҳар бир суицид ўлим билан тугамас-лиги ҳисобга олинса, реал вазият бундан 2-3 марта кўплигини тахмин қилиш мумкин. Суициднинг 800га яқин кўринишлари мавжуд. Улардан,

- 41% - ноаниқ этиологияга эга;
- 19% - жазодан кўрқиш;
- 18% – рухий касалликлар;
- 18% - оилавий муаммолар;
- 6% - ҳиссиётлар;
- 3% - молиявий йўқотишлар;
- 1,4% - ҳаётдан тўйиш;
- 1,2% - турли касалликлар.

Суициднинг энг юқори кўрсаткичлари қуйидаги давлатларда қайд этилган(ҳар 100000 аҳоли ҳисобида):

1-жадвал. Суицид кўрсаткичлари юқори бўлган давлатлар (ҳар 100 000 аҳоли ҳисобига)

т/п	Давлат номи	ўртача
1	Гайана	44,2
2	Корея Республикаси	28,9
3	Шри-Ланка	28,8
4	Литва	28,2
5	Суринам	27,8
6	Мозамбик	27,4
7	Непал	24,9
8	Танзания	24,9
9	Қозоғистон	23,8
10	Бурунди	23,1
11	Латвия	22,9
12	Хитой	22,1
13	Ҳиндистон	21,1

Вояга етмаганлар орасидаги суицид бошқа ёш гуруҳларидаги суицид даражасидан юқорироқ бўлгани туфайли унга алоҳида эътибор қаратилади. У, одатда, қатор ижтимоий, психологик сабаблар туфайли юзага келади. Ёш йигит ва қизлар эрта ёшда ҳаётдан кўз юмаётгани туфайли бу тадқиқотчиларни ҳам тобора

кўпроқ ўйлантираяпти. Янги нарсаларни ўргана бошлаган ва ҳамма нарсага қизиқиши ортиб бораётган ўспиринни ҳаёт йўлини эндигина бошлаган даврида бу каби машъум қадамга нима ундаётгани кўпчилик учун тушунарсиз бўлиб қолмоқда.

Ўз жонига қасд қилаётган одамлар одатда кучли руҳий оғриқдан, қаттиқ депрессиядан азият чекадилар ва стресс ҳолатида бўладилар ҳамда келажакка умидсизлик билан қарайдилар. Улар ўз муаммоларини енгитиш имкониятидан маҳрум эканликларини ҳис қиладилар.

Суицидни даволаш олимлар олдига бир қатор мураккаб масалаларни қўймоқда. Ҳали ўз жонига қасд қилишга мойиллиги бўлган ўсмирлар учун муваффақиятли терапия усулларини ишлаб чиқиш долзарблигича қолмоқда. Суициднинг олдини олиш бўйича бир қатор психологик, терапевтик дастурлар ишлаб чиқилган, аммо бундай дастурлар реал воқеаларда умумий хавф омиллари ва ўсмирлар орасида ўз жонига қасд қилиш даражасини қандай қилиб камайтириши мумкинлиги ноаниқлигича қолмоқда.

Шу билан бирга, суицидга оид тадқиқотлар сонининг доимий равишда кўпайиб бораётгани бу муаммонинг ечими топилишига умид беради. Балки эндиликда олимлар бу муаммоларни ҳал қилишга бутун жамиятни жалб қилишлари ҳаммасидан муҳимроқдир. Бундай муҳит суицидни тўлароқ тушунишга ёрдам бериши ҳамда олимлар ва маслаҳатчилар аралашуви янада муваффақиятлироқ бўлишини тахмин қилиш мумкин.

Моҳиятан суицид ёлғиз қолган ва тушкунликка тушган одамнинг хатти-ҳаракати бўлиб ҳисобланишига қарамай, бундай хатти-ҳаракат аслида жамиятга ва айниқса, ўсмирларнинг тез таъсирланувчи руҳиятига катта таъсир ўтказади. Шунинг учун ҳам бу ерда ўсмир-девиантлар билан ишлашда турли технологиялардан фойдаланиш жуда муҳим.

Суицид: умумий тушунчалар

Суицид (лот. *sui caedere* – ўзини ўлдириш) – мақсадли равишда ўзини ҳаётдан маҳрум қилиш, одатда, ихтиёрий ва мустақил равишда ўз жонига қасд қилиш.

Суицидга мукамал таърифни француз социологи Эмиль Дюркгейм берган. Унинг талқини бўйича, шахс томонидан ўзини кутаётган натижа ҳақида била туриб, содир қилинган салбий хатти-ҳаракатнинг бевосита ёки билвосита натижаси бўлмиш ҳар бир ўлим ҳолати ўз жонига қасд қилишдир. (Эмиль Дюркгеймнинг 1897 йилда нашр этилган “Суиқасд” асари суицидга оид адабиётнинг классик намунасидир. Ушбу асарда олим мавжуд статистик маълумотларга таяниб суиқасд нафақат психологик муаммо, балки ижтимоий илдизга эга хатар эканлигини исботлаган.).

Ўз жонига қасд қилиш жамиятда, одамлар орасидаги муносабатларда инсон ўзи еча олмаган ёки одатий, ҳаммага маъқул бўлган йўл орқали ечишни истамаган муаммолар борлигидан, шахсий мусибат, умидсизлик ва тушкунлик билан боғлиқ ташвиш мавжудлигидан дарак беради. Ўз жонига қасд қилишга кўпинча узоқ давом этадиган касаллик, баъзан эса ногиронлик ҳам сабаб бўлиши мумкин.



Жамиятлар тарихида ўз жонига қасд қилиш таҳқирга қарши нафрат, норозилик из-ҳор этиш йўлларида бири, ўз ор-номусини тиклаш воситаси, бошқа инсонга содиқлик исботи бўлган. Масалан, Ҳиндистонда мавжуд бўлган «**сати**» удумига кўра тул қолган аёл

эрининг жасади ёнаётган гулханга ўзини ташлашга мажбур, акс холда уни жамият нафрати умр давомида таъкиб этади.

Ўзини қасддан ҳаётдан маҳрум қи-лиш одатда, оғир руҳий оғриқ ва стресс остида азоб ва муаммоларни енгил учун қодир эмаслигини ҳис этиш билан боғлиқ.

Улар тез-тез руҳий касалликка чалиниш, ҳиссий тартибсизликлар, руҳий тушкунлик оқибатида ҳам юз беради.

Расмий маълумотларга қараганда жаҳонда ёшлар орасида ўз жонига қасд қилиш ўтган йигирма йил давомида икки баробарга ошган.

14-24 ёшда бўлган шахсларнинг 16 фоиз бу ҳолатни бошидан кечиради, 6 фоизни ўғил болалар, 10 фоизни қиз болалар ташкил этади.

Суицидаль ҳолатларнинг 90 фоизи психосоматик касалликларга чалинган шахслар томонидан, 10 фоизи бундай касалликларга чалинмаган шахслар томонидан амалга оширилади.

Баъзи мутахассислар ўз жонига қасд қилиш ҳолатларининг 90 фоизни ўзига эътиборни жалб қилиш билан изоҳлайдилар.

Вояга етмаганлар томонидан суицидаль амалга ошириш шахсий фожеа, табиий офатлар, умидсизлик, ўлим қўрқуви таъсирида кечади.

Вояга етмаганларнинг ўз жонига қасд қилиш ҳолатларини текшириш шуни кўрсатадики, аксарият суицидаль оиладаги келишмовчилик, ўқитувчилар, педагогларнинг қўполлиги, синфдошлари билан келишмовчилик, турли можаролар, атрофдагиларнинг эътиборсизлиги оқибатида юз беради.

Кўп ҳолларда ёшларнинг ўз ташвиш-ларига ота-оналар ва ўқитувчилар эътиборини жалб қилиш мақсадида журъат қилиш ва бундай даҳшатли йўлни қўполлик, бефарқлик, инсофсизлик ва шафқатсизликка қарши исён деб кўрсатадилар. Бундай қадам табиатан таъсирчан ўсмирлар томонидан ўзини ёлғиз, кераксиз деб ҳис қилиш оқибатида турли стресслар таъсирида амалга оширилади.

Ўз жонига қасд қилиш айна табиат гуллаб яшнаган даврда яъни баҳорда кўпроқ қайд этилади. Психологлар қалбдаги тушкун кайфият ва табиатнинг турфа ранглари ўртасидаги контраст, кескин фарқ бунга сабаб бўлиши мумкин, деб кўрсатадилар. Америкалик олим Томас Эллиот энг шафқатсиз ой деб апрелни кўрсатади. Суициднинг энг кўп миқдори айнан апрель ойига тўғри келиши қайд этилган.

Суицидга сабаб бўлувчи асосий ижтимоий омиллар:

- ✓ парасуицид (аввал амалга ошмаган суицид таъсирида иккиламчи суицидни амалга ошириш);
- ✓ суицидиал таҳдид-лар таъсирига тушиш;
- ✓ оилада суицид ҳола-ти қайд этилганлар;
- ✓ аутоагрессия;
- ✓ алкоғолли ичимликларни истеъмол қилувчи шахслар (жами суицидларнинг 30 фоиз);
- ✓ наркоген ва токсик моддаларни истеъмол қилувчилар (алкоғол ва наркоген моддаларни сурункали истеъмол қилиш депрессия, тушкунлик, ўзини гуноҳкор ҳис этиш кайфиятини келтириб чиқаради, яшашга бўлган мотивацияни пасайтиради.);
- ✓ оғир депрессияга чалинганлар;
- ✓ хроник ва летал оқибатли (тузалишига умид йўқ бўлган ҳолатларда) касалликлар;
- ✓ оғир йўқотишларни (ўз яқинидан, яхши кўрганидан маҳрум бўлиш ва ҳ.) бошидан кечирганлар;
- ✓ оиладаги турли муаммолар (зўравонликлар, можаролар, ажралишлар ва ҳ.);
- ✓ ўсмирлар суиқасди деб аталадиган ҳолат ёки тиббиёт тили билан айтганда, жинсий балоғат давридаги суицид.

СУИЦИДАЛ ХУЛҚ-АТВОР ТУРЛАРИ ВА УНИНГ КЕЛИБ ЧИКИШ САБАБЛАРИ

Суицидал хулқ-атвор – бу суицидал фаолликнинг – ўй-хаёллар, ниятлар, мулоҳазалар, таҳдидлар, уринишлар, ўзини ўлдиришга ҳаракат қилиш кабиларнинг юзага чиқишидир.

Суицидал хулқ-атвор, одатда, уч гуруҳга бўлинади:

ҳақиқий суицид;

намойишкорона суицид;

яширин суицид.

Ҳақиқий суицид одамда ўз жонига қасд қилиш учун жиддий сабаблар борлиги билан характерланади. Одатда, уни қариялар ёки ўсмирлар амалга оширади. Бу ёш тоифасидаги кишилар бошқалардан кўра кўпроқ ўз-ўзини таҳлил ва танқид қилишга мойиллар, шунинг учун улар орасида ўзини ўзи ўлдирадиганлар кўп учрайди. Ўрта ёшдагилар ё ота-оналари, ёки фарзандлари олдида жавобгарлик ҳис қиладилар, шунинг учун улар бундай ҳаракатларни камдан-кам содир этадилар. Суициднинг бу турида одамлар кўпинча руҳий тангликни ҳис қиладилар, уларда сиқилиш кайфияти кузатилади ва ҳаётнинг мазмуни қолмайди.

Намойишкорона суицид камдан-кам ҳолатда ўлим билан якун топади. У ўсмирларда, беқарор руҳий ҳолатдаги шахсларда, аёлларда кузатилади. Улар учун бу ўз ҳис-туйғуларини ифодалаш ва ўз муаммосига одамлар эътиборини қаратиш йўлидир. Улар ўлишни истамайдилар, аммо шу билан атрофдагиларни кўрқитиб қўйишга уринадилар. Одатда, улар дори-дармонлардан заҳарланишдан фойдаланадилар (аммо уларни ўлимга олиб боровчи микдорда ичмайдилар), веналарини (кўктомирларини) кесадилар ёки ўзларини осмоқчидек ҳаракат қиладилар.

Яширин суицид ҳар доим ўлим билан якун топади. Одамлар беихтиёр ёки тўла англаган ҳолда ўлимга олиб боровчи экстремал вазиятларни излайдилар. Бу спорт тури, автомобилни тез ҳайдаш ёки “қайноқ” нуқталарга саёҳат бўлиши мумкин.

Уларнинг тўғридан-тўғри ўзини ўлдиришга юраклари дов бермайди ва бу муаммога бошқа ечим топишга ҳаракат қиладилар. Бундай суицидиал хулқ-атвор эътибор жалб қилади, аммо одатда улар ўз қарорларида қатъий бўладилар ва хавф-хатар ҳақидаги гап-сўзларга эътибор бермайдилар. Инсон ўзи сабабчи бўлган ҳар қандай ўлимни ҳам ўз жонига қасд қилиш, деб бўлмайди. Рулда ухлаб қолган ва дарахтга бориб урилган инсоннинг ўзини ўзи ўлдириш нияти йўқ.

Ўз жонига қасд қилиш инсоннинг атайлаб, мақсадли ва онгли равишда ўзини ўзи ҳаётдан маҳрум қилиш актидир.

Суицидиал ҳатти-ҳаракатнинг диагностик белгилари

Ўзини ўлдирмоқчи бўлганларнинг 70-75 фоизи ўз мақсадини у ёки бу тарзда ошқор қилади. Баъзан бу аранг илғанадиган ишоралар бўлиши мумкин, аммо кўпинча таҳдид осон англанадиган бўлади.

Улар ичидагини тўкиб солиш ва тингланиш имкониятини излайдилар. Аммо кўпинча уларни эшитишмайди. Агар одам ўз жонига қасд қилишга жиддий қарор қилган бўлса, одатда, буни ўзига хос қатор аломатлардан илғаб олса бўлади. Бу аломатлар

- сўз орқали ифодаланган;
- хулқ-атвор орқали ифодаланган;
- вазият орқали ифодаланган белгилар каби уч гуруҳга ажратиш мумкин?

Суицидни қандай пайқаш мумкин?

Суицидиал хавфи юқори референт гуруҳ

- девиант ва криминал хулқ-атворли ўсмирлар;
- алкоголь ва наркоген моддалар истеъмол қиладиган ўсмирлар;
- ўзига ўта танқидий муносабатда бўладиганлар;
- фожеа ва таҳқирловни бошидан кечирган шахслар;
- ҳаётда юқори чўққиларга эриша олмаган, орзулари амалга ошмаган шахслар;
- турли оғир касалликка чалинган инсонлар.

**Суицидиал ҳолатларда эмоционал бузилишлар қуйидаги
кўринишларда намоён бўлади:**

(1-жадвал).

Т/Р	Ҳолат	Эмоционал бузилиш
1	Ташқи кўриниш ва фёъл-атвор	Гипомимия Амимия Паст овозда сўзлаш Нутқнинг секинлашуви Жавобларнинг қисқалиги Жавобларнинг йўқлиги Экспрессив нутқ Патетик интонация Зорланиш Ҳадиксираш Ҳаракатнинг сустлиги Камҳаракатлик Адинамия
2	Психологик касалликлар	Депрессия Неврозлар Асоссиз кўрқув Ҳадиксираш ва безовталиқ Маниакал-депрессив психоз Шизофрения
3	Эмоционал бузилишлар	Тушкун кайфият Саросима Жаҳлдорлик Серзардалиқ Танкидий муносабат Атрофдагиларга салбий муносабат Яхши яшаётганларга нисбатан нафрат туйғуси Ўзига ва атрофдагиларга бефарқ муносабат

		<p>Ҳис-туйғуларнинг йўқлиги Сабабсиз безовта бўлиш Ёмонликни кутиб яшаш Зерикиш Иштаҳанинг йўқолиши Уйқусизлик Кўп ухлаш</p>
4	<p>Шахсий ҳаётини баҳолаш</p>	<p>Ўтмишга пессимистик баҳо бериш Ўтмишда юз берган нохуш воқеаларни тез-тез эслаш Ҳозирги ҳаётини пессимистик руҳда баҳолаш Келажакка оид режаларнинг йўқлиги Ўз келажagini тасаввур эта олмаслик Ўлим ҳақида кўп ўйлаш Оиласи ва дўстларидан узоқлашиш Сержаҳл ва серзарда бўлиб қолиш</p>
5	<p>Атроф-муҳит билан мулоқот</p>	<p>Одамовилик, атрофдагилар билан мулоқотдан қочиш Атрофдагилар билан мулоқотда бўлишга интилиш, улардан ёрдам олишга интилиш Шифокордан маслаҳат олишга эҳтиёж сезиш Норозилик кайфияти Бўлар-бўлмасга инжиқлик қилиш Ўз азобларини ўта бўрттиришга инти- лиш</p>

6	<p align="center">Вегетатив касалликлар</p>	<p>Йиғлоқилик Оғизнинг куруклашиши Тахикардия Артериал қон босимини ошиши Ҳаво етишмаслиги Бош оғриғи Уйқу ритмининг бузилиши Гавда вазнининг тушиб кетиши Иштаҳанинг йўқолиши Руҳиятнинг ёмонлашиши</p>
---	--	---

Суицидга жиддий киришган шахснинг мотивларини агар сал эътиборлироқ бўлинса, унинг хатти-ҳаракатидан пайқаш мумкин. У ҳеч қачон тўсатдан, импульсив бўлмайди, балки маълум муддат суицидолди ҳаракатлар маҳсули сифатида баҳоланади.

Статистика маълумотиغا кўра, суицидни амалга оширувчиларнинг аксарияти ўз мақсадларини у ё бу тарзда атрофдагиларга аён қилишади. Кўп ҳолларда улар ота-онасига, педагогларига, психологларга, шифокорларга мурожаат қилишади.



Жуда кўп ҳолатларда ўз жонига қасд қилувчилар амбивалент, яъни иккиланиш кайфиятида бўлишади.

Жуда кўп ҳолатларда ўз жонига қасд қилувчилар амбивалент, яъни иккиланиш кайфиятида бўлишади.

Агар ушбу азиятда атрофдагилар уларга бироз эътиборлироқ бўлиш-ганда, суицидларнинг деярли аксарияти олди олинган бўларди.

Суициднинг энг кўп тарқалган шакллари:

- ▶ доривор моддалардан захарланиш;
- ▶ маиший химия билан захарланиш;
- ▶ вена томирларини кесиш;
- ▶ ўзини осиш;
- ▶ сувда чўкиш;
- ▶ баландликдан ўзини ташлаш;
- ▶ фатал натижа билан якун топадиган;
- ▶ йўл-транспорт ҳодисалари

Суициднинг олдини олиш бўйича профилактик тадбирлар

Суицидга элтувчи психологик ва ижтимоий аспектларни билиш, ушбу йўналишда профилактик ва превентив (лотинча «praeventive» – олдини олиш) тадбирларни тўғри ташкил этиш уни олдини олишга ёрдам беради.

Ўз жонига қасд қилиш тўсатдан юз бермайди: суицидга мойил ўқувчилар атрофдагиларни ўз ниятидан анча очик огоҳлантиришади ва тегишли чораларни кўриш учун кўп имконият қолдиришади.

Ўз жонига қасд қилиш ҳолатларининг олдини олиш учун таълим муассасаларида қуйидаги стратегик профилактик тадбирлар амалга оширилиши зарур:

- ▶ шахсиятида бузилиш бўлган ўқувчиларни ўз вақтида аниқлаш ва уларни психологик ёрдам билан таъминлаш;
- ▶ болалар ва ўсмирларни тушуниш, ёрдам кўрсатиш, рухий изтиробларни енгиллатишга сидқидилдан ҳаракат қилган ҳолда улар билан самимий суҳбатлар ўтказиш;
- ▶ кузатувчан бўлиш ва суицидга оид ният, гап-сўзлар ва ҳулқ-атвордаги ўзгаришларни ўз вақтида аниқлаш;
- ▶ дарсларни ёмон ўзлаштирадиган ўқувчиларга ўқишда ёрдам кўрсатиш;
- ▶ давомат ва дарс қолдиришларни назорат қилиш;

► ўз жонига қасд қилишга сабаб бўладиган воситалар – заҳарли моддалар, хавфли дори-дармонлар, хавфли қуроллардан фойдаланишни чеклаш бўйича тадбирларни ўтказиш;

► ўқитувчилар ва мактабнинг бошқа ходимларига иш жойларида стрессни енгишда кўмак кўрсатиш;

► руҳий касалликка чалинган, спиртли ичимлик ва гиёҳванд моддаларни истеъмол қилган ўқувчиларни ўз вақтида даволанишга йўллаш.

Социологлар суицидни ижтимоий тангликнинг баро-метри сифатида баҳолайдилар.

Психологлар эса унга шахсга тазйикнинг маҳсули сифатида қарайдилар.

Мутахассислар ҳар иккала ҳолатда ҳам суицид яшашга бўлган қизиқишнинг кескин тушиб кетиши натижасида юзага келишини тан оладилар.

Суицидентларга ёрдам бериш учун нима қилмоқ керак?

1. Суицидал превенция нафақат атрофдагиларга эътиборли бўлиш, балки мавжуд таҳдидларни олдини ола билиш ҳам демакдир. Суицидал таҳдид депрессив ҳолатлар, тушкун кайфият, шахс феъл-атворидаги кескин ўзгаришлар, ёлғизлик, ёрдамга муҳтожлик шаклларида намоён бўлади. Бу белгиларнинг барчаси суицид эҳтимолидан дарак беради.

2. Суицидентни (суицид содир этувчини) шахс сифатида қабул қилинг. Муайян шахс суицидни амалга ошира олмайди деб ўйламаслик керак. Мавжуд хавфни сездингизми, тезкорлик билан ёрдам беришга шошилинг.

3. Ўзаро ёрдам муносабатларини ўрнатинг.

Ж у д а кўп нарса ўзаро муносабатларни тўғри ўрнатишга боғлиқ. Ўз ҳайрихоҳлигингизни новербал эмпатия (яъни, хатти-ҳаракатларингиз) орқали билдиришга ўрганинг.

4. Насиҳат ўқигандан кўра руҳий мадад 10 чандон афзалроқ. Агар шахс ўзини кераксиз ҳис қилса ғамхўрлик кўрсатиш ва руҳий мадад жуда катта ёрдам беради.

5. Дикқат билан тингланг. Суицидентлар ёлғизликни ҳис қиладилар. Улар сизнинг маслаҳатингизга қулоқ солишга мойил бўлмайдилар. Балки уларни эшитишларини хоҳлайдилар. Суицид содир қилмоқчи бўлган инсон қалбини азобга солаётган оғриқдан ҳалос бўлмоқчи бўлади, аммо бунинг чорасини топа олмайди. Бундай вазиятда имкон қадар эътиборли бўлишга, уни эшитишга ҳаракат қилиш керак.

6. Баҳслашманг. Суицидал таҳдидга дуч келган баъзи инсонлар, ота-оналар, қариндошлар, яқинлари кўпинча шундай дейишади: “Ўйлаб кўргин, ахир сен кўп одамлардан бахтли яшаяпсан. Ношукур бўлма”. Бундай шарҳлар тескари эффект ҳолатини юзага келтиради ва шахсда янада кучлироқ тушкунлик кайфиятини туғдиради. Баъзи ҳолларда “оиланга, зотинга қандай иснод олиб келишингни ўйлаб кўрдингми?” деган жавобни эшитиш мумкин. Суицидент эса айнан шу мақсадни кўзда тутган бўлиши мумкин.

7. Саволлар беринг. Сен суицид ҳақида ўйламаяпсанми? дегандан кўра, сен суицид ҳақида ўйлаяпсанми? деган саволни берган ўринлироқ. Бунда суицидент у ҳақида кимдир қайғураётганини англайди ва енгиллик ҳис қилади.

8. Суицидентнинг иззат-нафсига тегманг. Саволларни тўғри шакллантиринг. “Бошқаларнинг муаммоси сеникидан ҳам кўпроқ” деган фикр суицидентни янада мақсади томон шошилтиради, чунки у ўзини янада ёлғизроқ ҳис этади ва уни ҳеч ким тушунмаслигига ишонч ҳосил қилади.

9. Конструктив ечимлар таклиф қилинг. Бу яқин-ларингга қанчалик кулфат олиб келишини ўйлаб кўрдингми? дегандан кўра унга унинг ҳаёлига келмаган альтернатив йўллар таклиф қилган самаралироқ.

Суицид профилактикасида психологик дискомфортга олиб келган ҳолатни аниқлаш яхши самара беради. Қ у й и д а г и саволлар вазиятни аниқлаштиришга ҳизмат қилади:

Сизнинг ҳаётингизда қандай ўзгаришлар юз берди?

Сиз қачон ўзингизни ёлғиз ҳис эта бошладингиз?

Бу ўзгаришлар туфайли ҳаётингизда қандай воқеалар юз берди? Ушбу ўзгаришлар ким билан боғлиқ? ва ҳ.к.

Суицидга қарор қилган одамни у ўз туйғулари ҳақида бемалол гапириши мумкинлигига ва уни тушуна олиш-ларига ишонтириш лозим. Токи у ҳеч тортинмасдан ўз қайғуси, нафрати ёки бошқа туйғусини ошкор эта олсин.

10. Умид уйғотинг. Муаммолар ҳал қилиш мумкинлигига умид уйғота олиш лозим. Умид туйғуси инсонни ҳали ҳам-маси йўқотилмаганлигига ишонч уйғотади ва яшашга ёрдам беради. Умидсизлик эса нажотсизлик қайфиятини туғдиради. Яхудиёларни бутунлай қириб ташлашга қаратилган инсоният тарихида “холокост” деб ном олган даврда ҳар ойда суицидлар сони 350 тага етган. Инсонлар концлагерлар (Иккинчи жаҳон уруши даврида нацистлар томонидан сиёсий маҳбуслар, тутқинларни сақлаб туриш учун махсус ташкил этилган оммавий қирғин марказлари) га тушиб қолишдан кўра ўз жонига қасд қилишни афзал билганлар. Муносиб келажакка бўлган умиднинг йўқолиши суицидни келтириб чиқарадиган сабаблардан биридир.

Умид йўқотилган нарсаларни қайтаришга бесамар



урилишдан эмас, балки ҳаётни давом эттиришга куч топишдан уйғонади. Ўта ёмон вазиятда ҳаммаси яхши бўлади дейишдан маъно йўқ.

11. Суицидал хавф юқори бўлган ҳолатларда шахсни ёлғизлатиб қўйманг. Хавф бартараф бўлгунча унинг ёнида бўлишга, ҳаракат қилинг.

12. Мутахассисларга мурожаат қилинг. Суицидентлар

ўз муаммоларини ечишга қодир эмаслар. Шифокор ёрдами ўта муҳим. Тинчланти-рувчи препаратлар, депрессив ҳолатни камайтирувчи воситалар бу – юриш мумкин. Психологнинг ёрдами ўта беқиёс. Психологлар шахснинг энг нозик туйғу ва

кечинмаларини тушунишга, унинг кузатувларини, ташвишга солаётган ўй-фикрларини англашга қодир.

Суицид бартараф бўлгандан кейинги реабилитация даври ўта нозик эътиборни талаб қилади. Суицидент ҳаётга тўлиқ реабилитация бўлгунга қадар назоратда бўлиши керак.

Суицидент беморларнинг социометрик картограммаси

- ▶ Паспорт маълумотлари
 - ▶ Ёши
 - ▶ Касаллик тарихи
 - ▶ Оилавий аҳволи
 - ▶ Иш жойи ва лавозими
 - ▶ Анамнез
 - ▶ Руҳий касалликларнинг мавжудлиги
 - ▶ Қариндошлари руҳий касалликка чалинганми?
 - ▶ Авлодида алкоголизмга чалинганлар борми?
 - ▶ Аввал ҳам суицид ҳаракати бўлганми?
 - ▶ Оила таркиби
 - ▶ Ижтимоий келиб чиқиши
 - ▶ Ота - онасининг шахсий сифатлари
 - ▶ Она (меҳрибон, агрессив ва б.)
 - ▶ Ота (севувчи, меҳрибон, ғамхўр ва б.)
 - ▶ Оилада лидерлик
 - ▶ Оилавий низоларнинг мавжудлиги
- Тарбиядаги нуқсонлар(гиперпротекция, шафқатсизлик ва б.)
- ▶ Таълим олишга бўлган мотивация
 - ▶ Синфдаги мавке
 - ▶ Ёшлар ўртасидаги субмаданий гуруҳларга аъзолик
 - ▶ Ҳуқуқбузарлик ҳолатларига йўл қўйганми?
 - ▶ Алкоголь, наркоген моддаларни истеъмол қилиш
 - ▶ Шахснинг характер хусусиятлари
 - ▶ Эмоционал, таъсирчан, стрессга чидамли ва ҳ.
 - ▶ Шахснинг характер хусусиятлари
 - ▶ Ўтмишда суицидал ҳаракатлар бўлганми?

Суициднинг олдини олиш бўйича услубий тавсиялар

Болаларда суицидал хулқ-атвор аломатларини кўрганда қандай чоралар кўриши мумкин?

Суицидга мойил ёшлар одатда тўғридан-тўғри ёрдам излашмайди: шунга қарамай, уларнинг ота-оналари, муассаса маъмурияти ёки тенгдошлари огоҳлантирувчи аломатларни аниқлаши ва ўсмирни сақлаб қолиш учун қандайдир чораларни кўриши мумкин.

Инсонга кулоқ тутиш орқали унинг ҳаётини сақлаб қолиш мумкин! Агар сиз ўз жонига қасд қилмоқчи бўлган бирорта одамни билсангиз ёки “унда суицидга мойиллик бор” деган гумонда бўлсангиз, у ҳолда, ҳаётини сақлаб қолишда унга ёрдам беришингиз мумкин, бунинг учун шунчаки унинг айтганларига кулоқ тутинг! Ўзини ўлдиришга чоғланган одамлар кўпинча “менинг ҳеч кимга керагим йўқ”, “менинг бошқа иложим йўқ” ва “мен ҳақимда ҳеч ким қайғурмайди” деб ўйлайдилар.

Одамларни тинглаш орқали улар билан содир бўлаётган ходисаларга ва содир бўлиши мумкин бўлган нарсаларга бефарқ эмаслигимизни намоён этамиз.

Ота-оналар муассаса маъмурияти ёки ижтимоий марказларга иложи борича тезроқ ёрдам сўраб, мурожаат қилишлари керак.

Шунингдек, таълим муассасаси маъмурияти ва психологи бундай ўқувчиларни доимий равишда кузатиб бориши ҳамда парасуицидал ҳолатдан тўла чиқиб кетгунча улар билан бирга бўлиши лозим.

Суицидал хулқ-атвор аломатлари кузатилганда қуйидаги дастлабки қадамларни қўйиш лозим:

- *осоийишталикни сақлаш;*
- *бу одамнинг хотиржамлиги ҳақида қайғуриш;*
- *уни бошдан-оёқ тинглаш;*
- *ёрдам албатта берилиши мумкинлиги ва доимо ҳам ўзини бундай ҳис қилмаслигига уни ишонтириш;*

- *сўроқ қилиб, қораламаслик;*
- *уларни доимий равишда кузатиб юриш, уларни бу ҳолда ёлғиз ташлаб қўймаслик;*
- *танага шикаст етказиши мумкин бўлган воситаларни кўздан панароқ жойга олиб қўйиш;*
- *ёрдам сўраб, мурोजаат қилиш.*

Нима қилмаслик керак?

- азият чекаётган одам муаммоларини “йўл-йўлакай” ҳал қилишга уринмаслик;
- сиздан сўрашмаган маслаҳатларни бермаслик;
- инсоннинг ҳиссиётлари ноўрин ва аҳамиятсиз экани ҳақида гапирмаслик (масалан, “бу арзимаган нарса” дея гапирмаслик);
- шахсий муаммолар ҳақида гапирмаслик (бу каби йўл пессимистик кайфиятни кучайтириши мумкин).

Таълим муассасаларида ўзини ўлдиришга уриниш ёки ўз жонига қасд қилиш ҳолатлари ҳақида маъмурият, айниқса, ўқитувчилар ҳамда ўқувчилар ва уларнинг ота-оналарини хабардор қилиш бўйича махсус йўриқномалар бўлиши лозим. Бу чоралар ўз жонига қасд қилиш кластеризациясининг, яъни “юқувчанлик эффекти” юзага келишининг олдини олишга қаратилган. Ўз жонига қасд қилган одамга мутлақо нотаниш бўлган ўсмир йигит ва қизлар ҳам бу одамнинг хатти-ҳаракатига тақлид қилиши ва пировардида улар ҳам жонига қасд қилишлари мумкин.

Муассаса ходимлари бошқа ўқувчиларга нисбатан хуш-ёрликни оширишлари учун ўз жонига қасд қилиш ҳолати ёки суицидал уриниш ҳақида эҳтиёткорлик билан, аммо объектив тарзда ота-оналарни хабардор қилишлари керак.

Дастлабки хатти-ҳаракат бир инсон ҳаётини сақлаб қолиши мумкин.

Инсоннинг ўз ихтиёри билан ҳаётдан кўз юмиши, албатта, унинг ўнглаб бўлмас шахсий фожиасидир. Гарчи ўз жонига қасд қилувчилар орасида тубанликка юз тутган, спиртли ичимлик ва наркотикка ружу қўйган, шунчаки руҳий касал бўлган инсонлар кўп бўлса-да, энг аввало, орамиздан виждонли, ор-номусини, инсоний қадр-қимматини сақлаб қолган инсонлар кетмоқда.

Инсонни сўнгги ҳад олдида амаллаб тўхтатиб қолиш учун бирор иш қилиш мумкинми? Мумкин.

Инсонларнинг яшаш шароитини ўзгартириш орқали.

Ҳар бир инсонга тенг имкониятлар берилган ҳақида адоқсиз гапларни бас қилиб, ўша имкониятларни таъминлаб берувчи реал шарт-шароит яратиш орқали.

Инсон ўз мамлакати, ўз кўчаси, ўз уйида ўзини ҳимояланган ҳис қилишига эришиш орқали.

Ўз жонига қасд қилиш одамлар бир-бирига эътибор бермай яшаётгани ва бу ҳолат кенгайиб бораётганининг далолатидир. Инсоннинг дунё билан алоқаси заифлашиб қолган пайтда кимдир ўша бўшлиқни ичкилик билан, кимдир наркотик билан тўлдиришга уринади, учинчи одам эса энди бу дунёга керак бўлмай қолгани ҳақида ўйлай бошлайди. Ва уни тарк этади. Бу йўқотишнинг ўрнини тўлдириб бўлмайди, ахир ҳар бир одам ортидан бутун Қоинот қайтмас бўлиб йўқликка кетади.

Инсонларнинг кўпчилиги одам тўла бу оламда ўзларини якка-ёлғиз ҳис қилгани учун ҳаётни тарк этади.

Одатда, ўз жонига қасд қилишга олиб келувчи ўткир ахлоқий бўҳронни бошидан кечираётган одамлар чор-атрофдагилар эътиборига ўта муҳтож бўладилар.

Девиант феъл-атворли болалар ва ўсмирлар томонидан содир этилаётган ноқонуний хатти-харакатларнинг ижтимоий илдизлари

Маълумки, оилавий тарбия инсон камолотида муҳим ўрин тутди. Оиланинг болаларга тарбиявий таъсир доираси ижтимоий таъсир доираси сингари ўта кенгдир. Оила Ватанга муҳаббат, ота-она ва атрофдагиларга садоқат каби юксак ахлоқий ва маънавий сифатларни шакллантиришда, турмушга, ижтимоий фаолиятга нисбатан психологик ва амалий жиҳатдан тайёрлашда катта имкониятларга эгадир.

Бироқ кейинги йилларда оилада фарзандларимизни тарбиялашда, уларни камол топтиришда бир қатор муаммолар, нуқсонларга дуч келинмоқда. Табиийки, ушбу муаммолар болалар ва ўсмирлар хулқ-атвориға, шахс сифатида шаклланишиға салбий таъсир кўрсатмоқда. Кузатишларға қараганда, кейинги йилларда оилаларда турли хил сабабларға кўра, хусусан кишиларда кундалик турмуш ташвишларига барҳам бериш, қийинчиликларни енгиб ўтиш ва келажакка нисбатан янгиға қараш лаёқатининг етишмаслиги ва шу қабилар оилада фарзандлар тарбиясига эътиборнинг бироз сусайишиға сабаб бўлиб, ота-оналар фарзандлари билан кам мулоқотда бўлишиға тўғри келмоқда.

Шахснинг маънавий-ахлоқий жиҳатдан баркамоллиги ижтимоий турмушда вужудға келган турли хил низоли вазиятлардан чиқиб кетишиға ёрдам беради.

Маънавий-ахлоқий жиҳатдан суст ривожланганлик ва шахсдаги ўзига хос хусусиятлар (ўзгарувчан характерлилик, қўзғалувчанлик, беқарорлик, ҳиссиётға берилувчанлик, тобелик, журъатсизлик ва бошқалар) эса болалар ва ўсмирларда девиант хулқнинг келиб чиқишиға сабаб бўлади.

Ота-оналарнинг оилада фарзандлари билан қилаётган муомала ва муносабатлари кўринишлари болалар ва ўсмир-

ларда хулқ оғишининг келиб чиқишига сабаб бўлиши мумкин.

Оилада қаҳр-ғазаб асосидаги ота-она муносабати бола-ларни уйдан бездиради. Уйдан бешиш, оила муҳитини тан олмаслик ўсмирларда оилавий муҳитга нисбатан деформациялашувни келтириб чиқаради. Натижада ўсмир оиладан ташқари кўча муҳитини ўзига маъқул кўради. Кўча муҳити эса баъзан криминал мазмунга эга бўлиши мумкин. Натижада ноахлоқий ва ғайриқонуний хулқ-атвор муҳитига тушиб қолган ўсмирда хулқ оғишининг келиб чиқиши учун имконият яратилади.

Ота-оналарнинг қаҳр-ғазаб асосидаги муносабати болалар ва ўсмирларда салбий характер хислатларининг хусусан, кўрқоқлик, тобелик, асабийлик, ҳиссиётларга берилувчанлик ва мустақил тафаккурнинг сустлиги кабиларнинг шаклланишига олиб келади. Кўрқоқ, тобе болалар ва ўсмирлардаги асабийлик, кўзғалувчанлик ва ҳиссиётларга берилувчанлик вазиятларнинг чигаллашувига, муаммоли вазиятлардан чиқиб кетиш йўлларини нотўғри қўллашга олиб келади.

Ота-оналарнинг фарзандлари ҳаёти ва фаолияти билан кизиқмасликлари, уларни назоратсиз қолдиришлари ҳам ўсмирни ғайриқонуний хулқ-атворга олиб келади. Шунинг учун ота-оналар фарзандларининг айниқса, ўсмирлик ёши давридаги фаолиятларини, бўш вақтларида нималар билан шуғулланаётганликларини домий равишда назорат қилиб боришлари мақсадга мувофиқдир.

Вояга етмаганларда девиант феъл-атворнинг келиб чиқишига сабаб бўлувчи оилавий тарбияга боғлиқ бўлган омиллардан яна бири оилавий тарбияда ўта қаттиққўллик, авторитар ёндашув, болаларнинг фикр ва қарашларини инобатга олмасликдир. Бугунги ёшлар мустақил фикрлашга интилувчан, ўз қарашларига эга бўлган, ақлан етук ёшлардир. Ёшлар билан ҳисоблашиш, уларнинг фикр ва мулоҳазаларини эшитиш, керакли жойларда маслаҳат бериш яхши натижалар беради.

Оилавий тарбияда кўполлик, андишасизлик, ҳақорат, дўқ-пўписа ва жисмоний жазолаш сингари усуллардан фойдаланиш кўпинча болалар ва ўсмирларнинг уйдан қочишига олиб келади.

Бундай болалар оила муҳитига нисбатан ижтимоий психологик дезадаптацияланиш жараёнига дуч келадилар. Оқибатда бола ўзига маъқул бўлган оиладан ташқари гуруҳ ёки кўча муҳитини қабул қилади. Бу муҳит ўзининг характериға кўра, болага салбий ёки ижобий таъсир қилиши мумкин. Афсуски, носоғлом муҳит психологиясига эга бўлган кўча муҳити бола-ларға кўп ҳолатларда салбий таъсир кўрсатади.



Вояға етмаганларда де-виант ахлоқ, ҳулқ оғиши ва тарбиябузилишининг келиб чиқишиға таъсир этувчи яна бир омил ота-оналарда фарзандлар тарбиясига доир билимларнинг етарли эмаслигидир.

Ота-оналар баъзан фарзандларига ўта даражада меҳр кўядилар. Уларни асраб авайлайдилар, эъзозлайдилар. Айтган ёки истаган нарсаларни муҳайё қилишға интиладилар. Ота-онаси томонидан кўрсатилаётган бундай муносабат натижасида болада ман-манлик, бировларни менсимаслик, меҳнатнинг қадриға ет-маслик, сабрсизлик каби салбий хислатлар пайдо бўлади. Бундай хислатларға эга бўлган болаларда ўзбек халқиға хос бўлган шукроналик, меҳнатсеварлик, олийжаноблик, ўзгаларға ҳурмат хислатлари шаклланмайди.

Бугунги кунда ўзбек оилаларида мавжуд бўлган тарбиядаги нуқсонлардан яна бири ота-оналарнинг чеклаш, рад этиш, тақиқлаш, руҳсат этмаслик асосидаги тарбиялаш усулидир. Бу хилдаги тарбия усулида болаларнинг иродаси, хоҳиш-истаги,

ўй-хаёллари, орзу ва интилишлари, фикр ва мулоҳазалари инобатга олинмайди.

Шунингдек, бундай тарбия усулида болаларга ўз фикр мулоҳазаларини очикча баён этиш, мустақил қарорларга келиш ва муайян вазиятларга ўз нуқтаи назарини билдириш имконияти чекланади. Бола-нинг тафаккури, қизиқиши, эркинлигини ҳурмат қилмаслик мустақил фикр юритиш қобилиятининг суи ривожланиши, тортинчоқлик, ўз фикр-мулоҳазаларини баён эта олмаслик, тобелик, қўрқоқлик ва журъатсизлик каби салбий хислатларни келтириб чиқаради. Журъатсиз, тобе, тортинчоқ болада фаоллик ва ўз-ўзига ишонч ҳисси етишмайди. Шунингдек, уларда нутқнинг суи ривожланиши ҳолати ҳам кузатилади. Бундай болалар бутун умр давомида бировларга тобе бўлиб яшайдилар. Уларда раҳбарлик, бошқарувчанлик қобилиятлари ўта паст ривожланган бўлади.

Ҳозирда ўзбек оилаларида берилаётган тарбия нуқсонларидан яна бири оилавий тарбияда миллий қадриятларимиздан, яъни мифология, эртак, мақол, ривоят ва ҳадис илмидан етарлича фойдаланилмаётганлигидир. Миллий қадриятларимиз, халқ оғзаки ижоди дурдоналари, ривоятлар ва ҳадис илми болаларда яхшилик, олийжаноблик, хуш хулқлилик хислатларининг шаклланишига хизмат қилишлиги ҳаммага аён. Маънавий-ахлоқий жиҳатдан суи ривожланганлик ва шахс типигаги ўзига хос хусусиятлар (ўзгарувчан характерлилик, қўзғалувчанлик, беқарорлик, хиссиётга берилувчанлик, тобелик, журъатсизлик ва бошқалар) эса болалар ва ўсмирларда хулқ оғишининг келиб чиқишига сабаб бўлади.

ДЕВИАНТ ФЕЪЛ-АТВОРЛИ БОЛАЛАР ВА ЁСМИРЛАР ЎРТАСИДА ОЛИБ БОРИЛАДИГАН ТАРБИЯВИЙ ТАДБИРЛАР САМАРАДОРЛИГИ ОМИЛЛАРИ

Таълим муассасаларида хулқ оғишига эга бўлган болалар ва ёсмирлар ўртасида олиб борилadиган тарбиявий тадбирларнинг самарадорлиги уларда фаол ҳаётий позицияни шакллантириш, ўқувчи ва ўқитувчи ўртасида ўзаро яқинлик ва соғлом муносабатни ўрнатишга боғ-лиқдир. Шунинг учун ўқитувчининг бераётган эъти-борини, уларни ўзларига яқин олаётганлигини ва ёрдам бермоқчи бўлаётганлигини ёсмир ҳар доим ҳис қилиб туриши муҳим ҳисобланади.

Болаларга профилактик таъсир кўрсатишда ёсмирнинг



шахс сифатидаги шаклланиши жа-раёнини, унинг ўзига хос хусусиятларини, характер хислатлари ва психологиясини ҳисобга олган ҳолда иш тутиш яхши натижа беришини унутмаслик лозим. Бунда куйидаги омилларга эътибор бериш зарур.

Болалар ва ёсмирларда хулқ оғиши-нинг олдини олиш нинг муҳим шартларидан бири тарбиявий жараёнда таъ-лим муассасаси ва оила ҳамкорлигини тўғри йўлга қўйиш-дир. Кўпинча оила ва муассаса ҳамкорлиги, ота-она ва ўқитувчи

ўртасидаги ўзаро алоқанинг узилиши туфайли болалар ва ўсмирлар тарбиясини, айниқса, улар хулқидаги ўзгаришларни тузатиш анча қийин кечади.

Ёшлар билан олиб бориладиган таълим-тарбия иш-ларининг муваффақияти уларнинг ёшга оид ва психологик хусусиятларини билиш ҳамда ҳисобга олишга боғлиқдир.

Бу ҳолат энг нозик давр ҳисобланган ўсмирлик даврининг алоҳида хусусияти бўлиб, у кўпроқ шу даврга тааллуқлидир. Ўсмирлик даврини ўтиш даври, деб юритадилар, чунки ана шу даврда болаликдан катталиқ ҳолатига ўзига хос ўтиш даври юзага келади. Бу жараёнлар бола руҳий фаолиятининг жиддий равишда қайта қурилиши билан боғлиқдир.

Болаларнинг экспрессив-эмоционал хусусиятларини билиш ҳам уларни тарбиялашда муҳим аҳамиятга эга. Ёшлар билан индивидуал муносабатда уларнинг қанчалиқ эмоционаллиги, ҳиссиётга берилувчанлигини, аффектга мойил ёки мойил эмаслигини, ўз ҳиссиётини тута олишолмаслигини ва шунингдек, унда қандай ҳислар устун эканлигини билиш жуда муҳимдир.

Катталар ҳар бир боланинг қанчалиқ тўғрисиўзлигини, меҳнатсеварлигини, виждонлилигини, дўстлик ва ҳамкорликни қанчалиқ ҳис қилишини кузатиб, билиб бориши зарур.

Салбий ахлоқий сифатларга эга бўлган ёшларда тажанг-лик, кўполлик, ёлғончилик, безорилик, эгоизм, қайсарлик, ўжарлик, интизомсизлик, қоидаларга риоя қилмаслик, ўзбилармончилик кабилар кузатилади ва бундай ҳис-латларга эга бўлган ёшларни тарбиялашда индивидуал ёндашув лозим. Чунки улар жамоа ёки кўпчилик орасида ўзларининг айбларини ошкор бўлишини ёки тарбия, танбеҳ бераётган кишининг насиҳат ёки кўрсатмаларига бўйсунини ёқтирмайдилар, улар билан муомалада ниҳоятда эҳтиёткорлик, самимийлик, дўстона муносабатда бўлиш талаб қилинади.

Ёшлар билан ишлашда уларнинг характери, қизиқишлари, шахсий хусусиятлари эътиборга олинishi лозим. Кўп насихат қилмаслик, уришмаслик, овозини баланд кўтармаслик, кўп гапирмаслик мақсадга мувофиқ. Ўзаро самимий муносабат, шахсий намуна, оила ва муассасадаги кишиларнинг ишга ижобий муносабатигина ёшларда шундай бўлишга ҳавас туғдиради.

Ўсмирларнинг хатти-ҳаракатларини ижобий йўналишга буриб юбориш учун уларда масъулият, ғурур, жавобгарлик, ишонч каби юксак ҳисларни таркиб топтириш лозим. Бунинг учун уларга ёши, кучи, қобилияти ва қизиқишларини ҳисобга олиб, топшириқлар бериш айна муддаодир.

Уларни ўзлари қизиққан тўғаракларга жалб қилиш яхши натижалар беради.

Энг муҳими шундаки, тарбияланувчиларга ишониш керак. Уларнинг қўлидан келадиган ишларга эътиборли бўлиб, уни бажарганидан кейин рағбатлантириш, уни ишни яна ҳам яхши бажаришда ўз фикрларини баён қилиш ҳам муҳимдир.

Ёшларни беъмани ҳордиқ чиқариш ва кўча-кўйда мақсадсиз юришларига йўл қўймаслик лозим. Бунинг учун мактаб, маҳалла, жамоатчилик ва оила ҳамкорлигини мустаҳкамлаш, болаларни иложи борича мактабдан ташқари муассасаларга жалб этиш чора-тадбирларини қўллаш керак.

Ушбу жараёнларда маҳалла фаоллари, таълим муассасаси психологлари, педагоглар ва кенг жамоатчиликнинг ишти-рок этишини таъминлаш керак.

Таълим муассасасида педагоглар психологлар билан ҳамкорликда ўқувчиларда энг яхши инсоний фазилатларни ривожлантириш, уларда ўзига ишонч, ўз хулқини яхшилаш мотивларини қуйидаги йўналишларда шакллантиришлари зарур:

- ▶ болаларни ўз хулқ-атворини ўзи баҳолашга ўргатиш;
- ▶ ўқувчиларнинг ижобий хатти-ҳаракат қилишларини мунтазам назоратга олиш ва уларга ишониш;

- ▶ оилада, муассасада болаларнинг олдига қўйилган вазифаларни бажаришда эришган ютуқларини рағбат-лантириш;
- ▶ тарбия беришнинг оптимал стратегиясини аниқлаш;
- ▶ ўқувчиларга индивидуал ёндашув ҳар бирига аниқ махсус педагогик таъсир ўтказиш;
- ▶ тарбиявий таъсирнинг болани ҳар томонлама ривожлантиришга йўналтириш;
- ▶ дарсдан ташқари фаолиятларда болаларга мустақил фаолият (ўқиш, ўйин, меҳнат, хобби ва қизиқишлари)ни танлаш учун имконият бериш;
- ▶ ҳар бир бола учун уларни ақлан ҳамда ахлоқан ривожланишига йўналтирилган тарбиявий ишларни ташкил этиш;
- ▶ ота-оналар билан ишлаш жараёнида худудий “Оила марказ”лари, маҳалла фуқаролар йиғини ва шифокорлар билан ҳамкорлик қилиш.

“КЎК КИТ” ЎЙИНИ ВА УНИНГ ДАҲШАТЛИ АСОРАТЛАРИ

Кейинли пайтда ижтимоий тармоқларнинг турли сегментларида яшин тезлигида оммалашига улгурган ва кўплаб мунозараларга сабаб бўлган “Кўк кит”, “Тинч уй”, “F57”, “WinX”, “Югурасан ёки ўласан” ва бошқа ўйинлар ҳали вояга етмаган ўсмирларни ўз домига тортмоқда. “Инстаграм”, “В Контакте” ижтимоий тармоғидаги гуруҳларда эллик кун мобайнида элликта шартларни бажариш талаб қилинадиган бу ўйин охири ўйинчининг ўз жонига қасд қилиш ҳодисаси билан якунланади. Ўйин қондасига кўра, иштирокчи шартларни эрталаб 4:20 да тармоққа кириб, қабул қилиб олади. Аввалига, оқ қоғозга кўк кит суратини чизишдан бошлаб, кейин ана шундай суратларни танага чизиш керак бўлади. Иштирокчи вазифаларни бажарганининг исботи сифатида суратга тушиб, гуруҳ



бошқарувчиси га кўрсатиши керак.

Дастлаб “Кўк кит” ўйини 2015 йил пайдо бўлган. Рина Поленкова исмли ўсмир ўзини Усурийскда поезд остига ташлагани тасвирланган фотосурат интернет тармоғида катта ғалваларга сабаб

бўлгач, у ҳақда кўп гапира бошланди.

2016 йил ноябрь ойида ўсмирлар орасида ўз жонига қасд қилиш ҳолати бир мунча кўпайган пайтда, квестларни яратувчиси Филипп Лис шахси аниқланиб, асли исми Филипп Будейкин бўлган ўспирин Россия Федерал Хавфсизлик хизмати томонидан қўлга олинган эди.

«Кўк кит» реал ҳаётда олиб бориладиган ўйин бўлиб, унинг

якунида ўйновчига ўз жонига қасд қилиш топшириғи берилади. Ўйин иштирокчиси топшириқни ижтимоий тармоқдаги «ўлим гуруҳи»даги номаълум «куратор» (ўналтирувчи)дан олиб туради.

Афсуски, манфур мақсадли кимсалар, турли ижтимоий тармоқлар орқали ёш болалар ва ўсмирларни шу турдаги ўйинларга жалб қилиб, сўз, видео, расм, мусиқа, турли хилдаги қарахт қилувчи овозлар орқали уларни тушкунлик ҳолатига тушириб қўймоқда. Натижада, болалар бу ўйиндаги “қўғирчоқлар”га айланиб, ҳаттоки, ўз жонларига қасд қилишгача бормоқда.

Бу каби ўйинларни ўйнаш учун ижтимоий тармоқ ва мессенжерлардаги айрим гуруҳларга қўшилиш лозим. Аъзо бўлиш ёши ҳам чекланган бўлиб, фақат мактаб ёшидаги ўспиринлар қўшила олади. Бу каби гуруҳларда, асосан, тушкунлик, ҳаётнинг оғирлиги, яшаш қийинлиги, адолатсизлик, яхши кўрган инсонидан ажралиб қолиш, етишмовчилик ва шу каби мавзуларда, асосан салбий суҳбатлар уюштирилиб борилади. Бу турдаги мавзулар атрофидаги суҳбатлар, ўйинлар, видеолар, сурат ва қўшиқлар, табиийки, одамни тушкунлик ҳолатига тушириб қўяди. Гуруҳ аъзоси бора-бора уларни кўриб яшагиси келмай қолади.

Аъзо бўлганларга турли топшириқлар берилади, бажарилишига қараб саралангач, кимдир ўйиндан чиқарилади, топшириқни бажарганлар эса кейинги босқичга ўтади. Шу тариқа 50 кун давомида турли хилдаги топшириқлар берилади: китни расмини чизиш, уни қўлига тиғ ёрдамида ўйиб чизиб расмга ёки видеога олиб суратини юбориш ва шу тариқа ўзини юқори қаватдан ташлаш, томирини кесиш ёки осиш каби топшириқлар кетма-кет берилади. Агар ўйинчи ўзини ўлдиришдан бош торса, уни яқинлари ва ота-онасини ўлдириб кетиш билан таҳдид қилишади ва унинг манзилини аниқ ёзиб юборишади. Ўсмир эса, ҳақиқатан ҳам, уни кузатишаётганига, агар ўзини ўлдирмаса,

яқинларига мусибат етишига ишонади, сўнг жонига қасд қилади.

Дастлабки очилган гуруҳ ёпилиб, унинг асосчиси Филипп Лис билан суриштирув ишлари олиб борилганда, у бу ўйинни шунчаки унинг гуруҳига обуначиларнинг сони кўп бўлишини хоҳлагани учун очганини айтган. Шифокорлар томонидан рухий касал деб ташхис қўйилгани сабабли, унга бор йўғи бир йиллик камоқ жазоси тайин этилган.

Бугунги кунда ўйин нафақат Россия, балки бошқа мамлакатларда, Марказий Осиё худудида ҳам фаолият кўрсатмоқда.

Россия ОАВ берган хабарга кўра, бугунги кунга келиб, бу ўйинлар сабабли 230 нафар ўсмир ҳаётдан кўз юмган.

Яна бир ўйиннинг номи “Югурасан ёки ўласан” бўлиб, Россияда бугунги кунда ҳайдовчилар ўртасида ваҳима билан репост даражасига етган постлардан биридир. Унда ўқувчи ёшлар қилаётган ишларини телефонга муҳраб олар экан. Йўлда ҳаракатланаётган машина яқинлашганда ўқувчи йўлни кесиб югуриб ўтади, омади келиб қолса тирик қолади.

Эллик кун мобайнида эллик шартни бажаришни талаб қиладиган бу ўйин охири иштирокчининг ўз жонига қасд қилиш ҳодисаси билан яқунланадиган “Кўк кит” ўйини қаердан «илдиз отди» ва айнан нега шундай ном билан аталди, деган савол барчани ўйлантириши табиий.

Маълумотларга кўра, кўк китлар соҳилга яқин келиб, ўз жонларига қасд қилишар экан. Ўйинни бошлаган ўсмирлар ўзларининг флешмоб кодлари остига «Мен ўйиндаман. Кўрсатмаларни кутяпман» деб ёзишган. Уларнинг аксари тафаккурининг сустлиги, кизиқувчанлиги, маънавий иммунитет пастлиги, руҳиятидаги ожизлик сабаб ўйинга бош суқиб, фожиали ҳалокат тўрига илиниб қолган.

ОАВда «ўлим гуруҳлари» деб ном олган бундай гуруҳлар асосан мактаб ёшидаги болаларни жалб қилишган ва давом этмоқда. Хўш, нега бу ўйиннинг аксар фойдаланувчилари ўсмирлар?

Ўйин қоидасига кўра, иштирокчи шартларни эрталаб 4:20 да тармоққа кириб, қабул қилиб олади. Дастлаб оқ қоғозга кўк кит суратини чизиш топширилади. Сўнг ана шундай суратларни танага чизиш буюрилади. Агар ўйин иштирокчиси кит бўлишга тайёр бўлса, «Ҳа» сўзини оёғинга тилиб ёзиши, мободо, жавоби «йўқ» бўлса, у ҳолда кўлини шунчаки бир неча бор тилиши айтилади. Саҳар 4:20 да уйғониб, кўп қаватли уйнинг томига чиқиш ёки оёқларини пастга осилтирган кўйи томда ўтириш, поезд рельслари устида юриш каби ақлга сиғмас вазифалар кўпайиб боради. Иштирокчи эса вазифаларни бажарганининг исботи сифатида суратга тушиб, гуруҳ бошқарувчисига кўрсатиши керак. Гуруҳ аъзолари шу каби турли топшириқлар бажариб, уни видеога олишлари ва гуруҳда намойиш қилишлари талаб этилади. Масалан, тез кетаётган автомобиль олдидан сўнгги дамда югуриб ўтиш. Бу ўйинларда босқичма-босқич «топшириқлар» мурак-кабластириб борилади ва энг охириги топшириқ ўз жонига қасд қилиш билан тугайди.

Хўш, нега иштирокчи ёшлар уларнинг топшириқларини сўзсиз бажаришмоқда?

Гап шундаки, ўлимдан асраб қолинган кўпгина ўсмирларнинг таъкидлашича, вазифаларини бажармаган ва уларга бўйсунмаганларга таҳдид қилиб, «ўзимиз сени ўлдирамиз ёки ота-онанг яқинларингни бошқа кўрмайсан» каби дўқ-пўписалар қилишган. Афсуски, бу оддий пўписалар эмас эди. Чиндан улар махсус дастур орқали фойдаланувчининг IP-манзилини аниқлаб, унинг уй манзилини билиб олишган ва шу орқали, «сен шу манзилда яшайсан, шартни бажармасанг, оиланг билан йўқ қиламиз ёки уканг боғчадан қайтмайди, орқага йўл йўқ, бажаришинг шарт», дея кўрқитишган. “Мени кузатишаётган экан”, деб ўйлаган ўсмир кўрқувга тушиб, яқинларини ҳимоя қилиш учун ўз жонига қасд қилади.

«Ўлим гуруҳи»нинг топшириғи, асосан, тонгги 4:20 - 5:00 атрофида берилади. Бунинг сабаби «бу туш экани, шартни

бажариши билан уйғониши ва натижаси қандай бўлганини билиш мумкин»лиги каби гипноз усулларида фойдаланилгани хабарларда айтилмоқда.

Нимага болалар осонгина бу ўйин иштирокчисига айлана олишяпти? Бу саволга психологлар шундай жавоб берадилар: “Ҳали ўсмирларда, айниқса, бу каби ўйин иштирокчисига айланиб улгурган болаларда ўзини асраш ва ҳимоя қилиш инстинкти тўла шаклланмаган. Фарзандининг ҳар бир хатти-ҳаракатига ота-она доим ҳам эътибор беравермайди. Умуман эътиборсизлар ҳам борлиги янада ачинарли. Шу боисдан ўсмир ўтиш давридаги характер ўзгариши пайтида яқинларининг эътиборида бўлишни истаб қолади ва шу каби ўйинлар билан бунга эриша оламан, эътиборни ўзимга қарата оламан, деб ҳисоблайди”.

Ота-оналар фарзандини қандай асраб қолиши мумкин, деган ҳақли савол туғилади.

Ўз боласини ана шундай хавфлардан асраш учун ота-она унинг смартфон ва планшетида қандай ўйинлар ўйна-ётганини, ижтимоий тармоқларда ким билан мулоқот қилаётганидан хабардор бўлиб туриш ўта муҳимдир.

Энг яхшиси, болани имкон қадар кўпроқ машғулотлар билан банд қилиш керак, то унинг ортиқча ишлар билан шуғулланишга вақти ҳам кучи ҳам қолмасин. Турли спорт машғулотлари, тўгараклар, мусиқа дарслари, уй юмушлари ва ҳоказо.

Ота-она учун энг ёмони, фарзандининг ишончини йўқотиш ва ундан узоклашиб кетишдир. Бунинг олдини олиш учун ота-она кўпроқ боланинг ҳаётида иштирок этиши керак, у билан бирга шуғулланиши, унинг мактабдаги, тўгаракдаги муваффақиятлари билан қизиқиши ва керак бўлганда маслаҳат бериб туриши жуда зарурдир.

Ушбу ўйинлар ҳақида фикр юритганда, Биринчи Президентимиз таъбири билан айтганда, мафкура полигонлари ядро полигонларидан ҳам кўпроқ кучга эга давр келганига яна бир карра амин бўламиз.

Муаммонинг илдизи нимада?

Ушбу «ўлим гуруҳлари» асосан ижтимоий тармоқларнинг турли сегментларида ўз гуруҳларини турли номлар ва «хештег»лар остида ташкил этган ҳолда ўсмир ёшларни банди қилади. Бу каби гуруҳларнинг номлари асосан ўсмирларни тушкунликдан халос этиш, уларга кўмак бериш, муаммоларига ечим топа олиш имкониятларига қаратилган бўлиб, шу жиҳат билан жалб этади. Ўсмир ёшдаги болаларда эса бундай ҳолатлар тез-тез кузатилиши сир эмас. Шу боис ўсмирлар «ўлим гуруҳлари»нинг номига қизиқиб, ўйин ҳаволасига киради ва унга аъзо бўлиб қолади.

Нега айнан кўк кит?

Чунки кўк китлар тез-тез тушкунлик сабаб ўзини қирғоққа, куруқликка ташлаб, ўз жонига қасд қилади.

Нега айнан ўсмирлар ўйнайди?

Бунинг сабаби жуда оддий: ўсмирлар атрофдагиларга ўзининг нималарга қодирлигини кўрсатишга иштиёқманд бўлади ва ҳар қандай ўйинда ғолибликка интилади. Ижтимоий тармоқлардаги «ўлим гуруҳлари» ўсмирларнинг ана шу нозик жиҳатларига эътибор қаратган ҳолда улардан фойдаланади ва хавфли ўйин яқунидаги «ғолиблик»ка етаклайди.

Ўйин қоидаси нималардан иборат?

Ўйин шартлари эса 50 қисмдан иборат ва 50 кун давом этиб, охири ўйинчининг ўз жонига қасд қилиши билан яқунланади. Ўйин қоидасига кўра, иштирокчи хавфли ўйин шартларини эрталаб тармоққа кириб қабул қилиб олади. Гуруҳ етакчиси (куратори) тузоққа илинган ўсмирга самимий муносабатда бўлиб, унинг қизиқишлари, кайфияти ва ўзи ҳақида кўпроқ билишга интилади. Кейин ўсмирни текшириб кўриш учун ҳавола юборади ва жасурлигини синовдан ўтказилади.

Аввалига топшириқлар оддийгина бўлади, масалан, гуруҳнинг рамзини чизиш каби. Аммо кейинчалик бу шартлар мураккаблашиб, ҳатто тиг билан қўлни тирнаб ёзишга ҳам

мажбур қилади. Иштирокчи вазифаларни бажарганининг исботи сифатида берилган топшириқнинг бажарилганини суратга тушириб, гуруҳ «куратори» га кўрсатиши керак.

«Ўлим гуруҳлари» кўяётган ўйин шартларининг энг сўнгги босқичида юқори қаватдан ўзини ташлаш, тез келаётган автомобилнинг олдини кесиб ўтиш каби топшириқларни бажариш асносида худкушликни амалга оширишга ундайди.

Ўйин қандай яқун топади?

«Ўлим гуруҳлари» кураторлари берилган топшириқларни ўйинга аъзо бўлган ўсмирнинг сўнгги босқичида, яъни хавfli кульминацион нуқтада бажаришдан бош тортишига йўл қўймайди, бўйин товлаганларга таҳдид билан тазйиқ ўтказди. Улар ўсмирга ҳабар юборади ва уни очишни таклиф этади. Кураторлар махсус дастур орқали ўсмирнинг IP манзилини аниқлаб, унинг уй манзилини билиб олади ва шу орқали сўнгги хавfli шарт, яъни суицидни бажаришга мажбурлайди, акс ҳолда яқинларини йўқ қилиш билан таҳдид қилади. Ҳали мустақил қарор қабул қилиш салоҳиятига эга бўлмаган ўсмир бу таҳдидлардан ваҳимага тушади ва шартни бажаришга кўнади.

ТАЪЛИМ МУАССАСАЛАРИДА ВОЯГА ЕТМАГАНЛАР БИЛАН ИШЛАШНИНГ ПСИХОЛОГИК АСОСЛАРИ

Таълимнинг муваффақияти унинг ўзгариб, ривожланиб бораётган дунёнинг концептуал талабларига жавоб бериши билан белгиланади. Таълимда иштирок этаётган ҳар бир мутахассис ўз фанининг моҳир билимдони бўлиши билан бир қаторда, таълим-тарбия фаолиятини олиб бориш билан боғлиқ зарур ижтимоий компетенцияларга ҳам эга бўлиши шарт.

Ўқувчи шахсини ривожлантиришга қаратилган таълим иштирокчиси ёш давлари психологияси, бола руҳий ривожланишининг ёш хусусиятлари, шахс тузилмаси ва шахс шаклланишининг умумий қонуниятлари тўғрисидаги кенг психологик билимларга эга бўлиши зарур.

Таълим тизимида психологик хизматнинг мақсад ва вазифаларини ҳар бир ўқитувчи тўғри талқин қила олиши, психологик ташхис ва унинг таълим-тарбия жараёнини ташкил қилишдаги аҳамиятини билиши ва айрим психологик диагностика методикаларидан фойдалана олиши лозим.

Бугунги кунда шахснинг ахлоқий – психологик хусусиятлари, ижтимоий ижобий мотивацияларни ривож-лантириш, педагог ходимларнинг касбий-профессионал лаёқатлилиги, ўқувчиларда ижобий сифатларни такомиллаштиришда замонавий психологик метод ва усуллардан фойдаланиш масалалари долзарб вазифалардан бирига айланди.

Психологик хизмат жамоа аъзолари ўртасидаги шахслараро муносабатлар диагностикаси, ходимларнинг касбий малака даражасини ошириш, жамоаларидаги психологик муҳитни яхшилаш, кадрларни тайёрлаш ва танлаш каби қатор муҳим вазифаларни ҳал этишга ёрдам беради.

Психологик хизматнинг мақсади шахснинг ҳар то-монлама шаклланиши, ривожланиши, ижтимоийлашуви, ҳаётий вазиятларга мослашуви, болалар ривожланишининг барча ёш

даврларида психологик саломатлигини муҳофаза қилиш учун шарт-шароит яратишдан иборат.

Психологик хизматнинг вазифалари:

- ҳар бир боланинг индивидуал хусусиятлари, қизи-қишлари, лаёқат ва қобилиятларига мувофиқ ривож-ланишида унинг психологик имкониятларидан юқори даражада фойдаланиш;

- ўқувчининг интеллектуал, шахсий, ижтимоий ривож-ланишидаги оғишларни ўз вақтида аниқлаш, тузатиш ва олдини олиш;

- таълим муассасаларининг ўқувчилари ва битирув-чиларига касбий ва ҳаётий ўзлигини англашида уларнинг шахсий қизиқишлари, мойилликлари, қобилиятлари, саломатлигини инobatга олган ҳолда психологик ёрдам кўрсатиш;

- таълим жараёни барча субъектларининг психологик саломатлигини муҳофаза қилиш, ўқувчилар жамоаси ва педагогик жамоада соғлом психологик иқлимни сақлаш, келиб чиқиши мумкин бўлган низоларнинг энг мақбул ечимларини топиш;

- муассасада ўқувчиларнинг таълим ва тарбияси, ўсмирлар ва ёшлар хулқидаги оғишлар, шахснинг оилада ва жамиятда мослашуви ва ижтимоийлашуви муаммолари бўйича педагоглар, ота-оналар ёки қонуний вакилларнинг самарали ҳамкорлигини таъминлаш;

- “хавфли гуруҳ”га кирувчи ўсмирларни психологик қўллаб-қувватлаш, улар учун тегишлича психологик тавсифномаларни расмийлаштириш ва зарур бўлганда вояга етмаганлар ишлари бўйича комиссияларга тақдим этиш, тарбияси оғир ўсмирларни (хуқуқбузарларни) ижтимоий реабилитация қилиш бўйича тадбирларни амалга ошириш, уларнинг хуқуқ ва манфаатларини ҳимоя қилиш;

- иқтидорли болалар ва ўсмирларнинг ижодий ривож-ланишига имкон бериш мақсадида психологик кузатиш ва қўллаб-қувватлаш.

Психологик хизматнинг асосий йўналишлари
қуйидагилардан иборат:

Психологик маърифат ва тарғибот;

Психологик профилактика;

Психологик диагностика;

Психологик коррекция;

Психологик маслаҳат;

Касб - ҳунарга йўналтириш.

Психологик маърифат ва тарғибот. Муассасанинг педагогик жамоасини, ўқувчиларни ва ота-оналарни психологик билимларни эгаллашга жалб этиш, уларнинг психологик маданиятини ошириш мақсадида турли маш-ғулотлар, ўқув-маърузалар уюштиришдан иборатдир.

Психологик профилактика. Педагог ва ота-оналарда болаларнинг ҳар бир ёш давридаги психик ривожланиши ҳақидаги психологик билимларни эгаллаш, бола шахси ва ақлий таракқиётида содир бўлиши мумкин бўлган ҳар қандай салбий оғишларнинг ўз вақтида олдини олишга қаратилган психологик тадбирлардан иборатдир.

Психологик диагностика. Ўқувчиларни мактабда ўқитиш давомида психологик-педагогик жиҳатдан чуқурроқ ўрганишга йўналтирилган бўлиб, уларнинг индивидуал хусусиятларини, таълим ва тарбиясидаги нуқсонларнинг сабабини аниқлашга мўлжаллангандир.

Психологик коррекция. Психологдан инсон шахси ва индивидуаллигини таркиб топтириш жараёнига фаол таъсир ўтказишни тақозо қилади.

Психологик маслаҳат. Ушбу маслаҳат доирасида ота-оналар ва ўқувчиларга шахсий, касбий ва ҳаётий муаммоларини ҳал этишга ёрдам берилади, уларни ўз психологик саломатлилигини муҳофаза қилишга ўргатилади. Психологик маслаҳат индивидуал, гуруҳий тарзда ўтказилади, профилактик ва коррекцион характерга эга бўлади.

Таълим муассасаларида психологик хизматнинг асосий мазмуни куйидагилардан иборат:

- ҳар бир ёш даврида боланинг шахсий ва интеллектуал ривожланишига тўлиқ шароит яратиб бериш;
- ҳар бир болага индивидуал ёндашиш имкониятини амалга ошириш;
- болани интеллектуал ва шахс сифатида ривож-ланишидаги хулқдаги оғишлар сабабини аниқлаб коррекцион ишларни белгилаш;
- ижтимоий фаол шахс шаклланишида ёрдам бериш.

Педагогик жараёнда ўқитувчи турли ёшдаги болалар билан муомала ва муносабатларга киришар экан, у аввало ҳар бир боланинг индивидуал психологик хусусиятлари ҳақида чуқур билимларга эга бўлиши зарур.

Шахс индивидуал тараққиётининг муҳим омилларидан бири унинг ёшига боғлиқ бўлган хусусиятларидир. Чунки тараққиётнинг ҳар бир ёш босқичи ўзининг ривожланиш омилларига, қонуниятларига ва ўзгаришларига эга бўлиб, улар шахснинг характери, темпераменти, қобилиятлари, билиш жараёнларига бевосита таъсирини ўтказди.

Турли ёш даврлардаги инсон тараққиёти ўта мураккаб жараён бўлиб, ҳар бир даврнинг ўз қонуниятлари мавжуд. Ҳар бир босқичда шахснинг бирор бир хусусиятлари ўзининг етуклик фазасига эришади.

Тадқиқотларга кўра, шахс томонидан оламни сенсор жиҳатдан билишнинг етуклик фазаси 18 – 25 ёшларга, интеллектуал, ижодий етуклик - 35 ёшларга келиб энг юқори нуқтасига эришади. Шунга ўхшаш хусусиятлар инсоннинг бутун умри мобайнида муттасил камолга етиб, ривожланиб боришини таъминлайди.

Ҳар бир ёшда бирор функцияларнинг ривожланиши бошқа бир функцияларнинг сусайиши ҳисобига рўй беради. Масалан, болаликнинг илк боғча ёшида фазога мослашув

жуда кучайса, кейинчалик унинг ўрнини вақтни адекват идрок қилиш эгаллайди. Қарияларнинг бирор нарсалар хусусида билимдонлиги, маълумотлар дунёсидаги яхши ориентацияси, психомоторик функциялар ва бевосита билиш жараёнларининг сусайиши ҳисобига рўй беради.

Ёш давлари психологиясининг энг асосий муаммоларидан бири инсоннинг рухий тараққиётида қандай ижтимоий омиллар (генетик, орттирилган) етакчи эканлиги масаласидир. Бир томондан, боланинг ўз ота - оналаридан мерос сифатида ўзлаштирган сифатлари, иккинчи томондан ташқи муҳит таъсири бевосита аҳамиятга эга деб қаралади.

Бу муаммолар устида илмий изланишлар олиб борган олимлар Л. Выготский, Ж. Пиаже, С. Рубинштейн, А. Леонтьев ва кўплаб бошқа психологлар иккала омил аҳамиятини инкор қилмаган ҳолда ижтимоий муҳитнинг етакчи таъсири тўғрисидаги фикрни баравар ёқлаганлар. Чунки тўғри ташкил этилган таълим-тарбия, оила ва ундаги ўзаро муносабатларнинг характери, шахс мулоқотда бўладиган ижтимоий гуруҳлар, у танлаган касб, никоҳ ва маълумот масалаларининг қандай ҳал қилинганлиги каби қатор ижтимоий омиллар шахснинг ривожланиши, ўзини англаши ва ўзгаларга муносабати, билиш жараёнлари ҳамда интеллектуал тараққиётида қатта аҳамиятга эгаллигига шубҳа йўқ.

Абу Наср Форобийнинг инсон руҳияти ҳақидаги фалсафий мушоҳадаларида, Абу Али Ибн Синонинг тиббиётга бағишланган асарларида баркамол инсоннинг ахлоқи, маданияти, одамларга муносабати, истеъдоди ва қобилияти тўғрисида қимматли мулоҳазалар юритилади.

Болаларнинг қуйидаги ривожланиш босқичларида ўзига хос бўлган турлича ўзгаришлар содир бўлади:

- 0-1 ёш - гўдаклик даври;
- 1-3 ёш - илк болалик;
- 3-7 ёш - мактабгача бўлган давр;
- 7-11 ёш - кичик мактаб ёши даври;

11-15 ёш - ўсмирлик даври;

15-17 ёш - илк ўспиринлик даври;

18-22 ёш - кеч ўспиринлик даври.

Бола ривожланишига бир қанча биологик ҳамда ижтимоий омиллар ўз таъсирини ўтказди.

Даниил Элъконин ёш босқичларини белгилар экан унда болаликнинг уч даврини фарқлайди: илк болалик, болалик ва ўсмирлик. Ҳар бир босқичнинг ўзига хос етакчи фаолияти, ўзгаришлари ва ривожланиш шарт - шароитлари мавжуд бўлади ва уларни билиш тарбиячилар учун катта амалий аҳамиятга эгадир.

Ҳар бир босқичда фаолият мотивлари ҳам ўзгаради, уларнинг ўзгариши шахс эҳтиёжлари ва талаблари даражасининг ўзгаришига мос тарзда рўй беради.

Ҳар бир ёш даврида жисмоний ўсиш психик янгиланишлар, физиологик ўзгаришлар ҳамда ижтимоий мослашиш каби мураккаб жараёнлар содир бўлади.

Педагогик фаолиятда “ўтиш даври”, “оғир давр”, “инқироз даври”, “қалтис давр” деб аталмиш ўсмирлик давридаги ўқувчилар билан ишлаш муайян мураккаблик туғдиради.

Ўсмирлик даврининг психологик хусусиятлари

Ўсмирлик даври инсонни улғайиши билан боғлиқ бўлиб, болаликдан катталиққа ўтиш даври бўлиб ҳисобланади. Бошқа ёш даврларига нисбатан ўзининг кескин кечиши, жадаллиги ва мураккаблиги билан ажралиб туради. Ўсмирликда “ўтиш даври” тахминан 11 ёшдан 14-15 ёшгача оралиққа тўғри келади. Ўсмирлик даврининг бошланиши қиз болаларда ўғил болаларга нисбатан 1-2 йил аввалроқ рўй беради.

Бу даврда ривожланишнинг барча жиҳатлари: жисмоний, ақлий, ахлоқий, ижтимоий ва шу кабиларнинг мазмун моҳияти ҳам ўзгаради. Ўсмирнинг ҳаётида, руҳиятида, танасида физиологик ҳамда ижтимоий ҳолатида ўзгаришлар содир бўлади. У

энди “бола” эмас, лекин ҳали “катта” ҳам эмас. Унинг ўз-ўзига ва атрофдагиларга нисбатан бўлган муносабатлари бутунлай бошқача характер кашф этади. Унинг кизиқишлар тизими, ижтимоий йўналиши қайта шаклланади. Ўз-ўзини баҳолаши, қадриятлари тизими ўзгаради. Унинг учун ўз “мен”ининг аҳамияти ортади.

Бу даврда ўсмир ривождаги кескин ўзгаришлар асосида физиологик ҳамда психологик ўзгаришлар ётади. Физиологик ўзгариш жинсий етилишнинг бошланиши, иккиламчи жинсий белгиларнинг пайдо бўлиши билан характерланади. Организмдаги ўзгаришлар бевосита ўсмир эндокрин системасининг ўзгаришлари билан боғлиқдир. Бу даврда ички секреция безларидан бири гипофиз безининг функцияси фаоллашади. Унинг фаолияти организм тўқималарининг ўсиши ва муҳим ички секреция безларининг, яъни қалқонсимон без, буйрак усти, ошқозон ости, жинсий безлар ишини кучайтиради. Натижада бола бўйининг ўсиши тезлашади, жинсий балоғатга етиш жараёни амалга оша боради.

Ўсмирлик даврида катталарга нисбатан агрессив муносабат шаклланиши. нохуш хулқ-атвор аломатлари пайдо бўлиши мумкин. Бу хусусият ўз-ўзидан келиб чиқадиган бевосита жинсий етилиш туфайлигина эмас, балки ўсмир яшайдиган ижтимоий шарт-шароитлар, унинг тенгдошлари билан, катталар билан муносабати, мактаб ва оиласидаги эгаллаб турган ўрни билан боғлиқ бўлади.

Ўсмирлик эгоцентризмнинг шаклланиши – бутун олам ва унинг қонуниятлари унга бўйсунуши керакдай фикрнинг пайдо бўлишига олиб келади. Шунинг учун ҳам айнан ўсмирлик пайтида болалар ўз ота-оналари билан ҳадеб тортишаверадилар. Аниқ бир тўхтамга келолмаса ҳам тортишиш бирор фикрни изхор қилиш эҳтиёжининг ўзи унга жуда ёқади.

Болаларнинг ёш хусусиятларини мукамал билиш, ёш имкониятларидан келиб чиқиб ёндошиш педагогик жараёни

самарали ташкил этишга имкон беради. Турли ёшдаги ўқувчиларнинг психологик хусусиятларини билиш, уларга индивидуал ёндашиш, ҳар бир болада шахсни кўра билиш, уни ҳурмат қилиш ҳамда тан олиш орқали ўқув тарбия ишларини режалаштириш ва олиб бориш бугунги кун ўқитувчисининг асосий иш мазмунини ва моҳиятини ташкил этиши шарт.

Ўсмирлар билан ишлашда, бу даврдаги муам-моларнинг ечимини топишда куйидагиларга аҳамият бериш лозим:

- ўсмирни бирор нарсага тизимли қизиқтириш;
- қизиқишларни рўёбга чиқариш учун шарт-шароитлар яратиш;
- бекор қолмаслигига эришиш;
- ҳар бир ҳаракатини рағбатлантириш;
- унга ишонч билдириш, ўзига бўлган ишончини мустаҳкамлаш;
- фикрларини ҳурмат қилиш;
- ҳаётий мақсадларини қўйишда кўмаклашиш;
- шахсиятига тегмаслик;
- ўз-ўзига берадиган баҳосини объектив бўлишига эришиш.

Ўқув фаолиятининг психологик моҳияти. Ўқувчининг билим олиши, мавзуларни ўзлаштириши, дарс давомида ўзини тутиши ва умуман таълим жараёнининг самараси ўқув фаолиятининг қандай ташкил этилишига боғлиқ.

Ўқув фаолиятида шахснинг психик жараёнлари шаклланади ва ривожланади, унинг асосида янги фаоли-ятлар юзага келади. Ўқув фаолияти инсоннинг бутун ҳаёти давомида намоён бўлувчи жараёндир.

Таниқли рус олими Даниил Элькониннинг ўзининг психологик ривожланиш концепциясида ўқув фаолиятининг хусусиятларини кўрсатиб, уни моҳиятига ва мазмунига кўра ижтимоийлигини таъкидлайди.

Ўқув фаолияти турли мотивлар асосида қурилган бўлиши

даркор. Бу мотивлар бевосита ўқувчи шахсининг ўсиши ва ривожланиши билан боғлиқ бўлиши керак. Ўқув фаолияти таълим, ўқиш ва ўрганиш деган тушунчалар билан бевосита боғлиқдир.

Таълим ўқитувчи ва ўқувчи ҳамкорлигидаги ўқув фаолияти, ўқитувчи томонидан билим, кўникма ва малакаларни ўқувчиларга ўргатиш, уларда муҳим ижтимоий компетенцияларни шакллантириш жараёнидир. Таълим жараёни бевосита муайян ахборотни, ҳаракатларни, хулқ-атворнинг шаклларини ўзлаштиришга қаратилгандир.

Таълим бошқариладиган жараён бўлиб, бунда ҳар бир боланинг ҳаракати назорат қилинади. Таълим жараёнининг ҳар бир босқичида ўқитувчи ўқувчининг билимларини, малакаларини ўзлаштириши ҳақида ахборот олиб туради, янги материалларни аввалги ахборотларни ўзлаштирилиши даражасига қараб тақдим этиб боради.

Таълим жараёнида ўзлаштиришнинг муваффақияти кўйидагиларга боғлиқ:

- Таълим мазмунига;
- Ўқув режалари, дастурлари, дарсликлар ва ўқув қўлланмаларининг мавжудлигига;
- Таълим методикаларини такомиллашганлигига;
- Ўқитувчи маҳоратига;
- Ўқувчининг индивидуал психологик хусусиятларига.

Бугунги кунда таълим муассасасининг асосий вазифаси ўқувчини мустақил таълим олишга, ўз-ўзини ривожлантиришга тайёрлашдир.

Ўқувчининг ўқишга бўлган қизиқишини ривожлантириш учун ўқитувчи кўйидаги қоидаларга таяниши лозим:

- ўқув жараёнини шундай ташкил этиш лозимки, бунда ўқувчи фаол ҳаракат қилиши, мустақил изланиши, янги билимларни ўзи кашф этиши ва муаммоли характердаги масалаларни ечиш учун шароит излаши керак;

- ўқувчиларга бир хил ўқитиш усуллари ва бир турдаги маълумотларни беришдан қочиш керак;

- ўргатилаётган фанга нисбатан қизиқишнинг намоён бўлиши учун айти шу фан ёки билимнинг қанчалик аҳамиятли ва муҳим эканлигини аниқлаш керак;

- янги материал қанчалар ўқувчи томонидан аввал ўзлаштирилган билимлар билан боғлиқ бўлса, у ўқувчи учун шунчалик қизиқарли бўлади;

- ҳаддан зиёд қийин материал ўқувчида қизиқиш уй-ғотмайди. Берилаётган билимлар ўқувчининг кучи этадиган даражада бўлиши лозим.

Шахс шаклланишининг умумий психологик қонуниятлари. Одам табиатан ижтимоий мавжудоддир, деган эди ўз вақтида Аристотель. «Шахс» тушунчаси психологияда энг кўп қўлланиладиган тушунчалар сирасига киради. Психология ўрганадиган барча феноменлар айнан шу тушунча атрофида қайд этилади.

«Homo sapiens» – «ақлли зот» тушунчасини ўзида ифода этувчи жонзотнинг пайдо бўлганига тахминан 40 минг йилдан ошибди. Бу даврда олимларнинг эътироф этишларича, 16 минг авлод алмашган экан.

Олимлар, мутафаккирлар шахс ва жамият алоқалари тизимида инсоннинг туб моҳиятини аниқлаш, унинг ривожланиши ва камол топиши қонуниятларини излаганлар. Абу Наср Фаробий, Алишер Навоий, Ибн Сино, Беруний каби юзлаб Шарқ алломалари ҳам бу ўзаро боғлиқликнинг фалсафий ва ижтимоий сирларини очишга ўзларининг энг нодир асарларини бағишлаганлар. Барча қарашларга умумий бўлган нарса шу бўлганки, одамни, унинг моҳиятини аниқлаш учун аввало унинг шу жамиятда тўтган ўрни ва мавқеини билиш зарур. Шахсни ўрганишнинг бирламчи мезони ҳам шундан келиб чиққан ҳолда, унинг ижтимоий мавқеи, ижтимоий муносабатлар тизимидаги ўрни билан белгиланиши керак.

Ижтимоий муносабатларга киришувчи, ижтимоий тараққиётда иштирок этувчи одамгина шахс дейилади. Шахснинг энг асосий белгиси – унинг онгли фаолият эгаси эканлигидир. Маълумки киши онги фақат жамиятда, бошқалар билан ўзаро муносабатда, тил ёрдамида ижтимоий тажрибани ўзлаштиришда шаклланади.

Инсон шахсининг характерли томонларидан бири унинг индивидуаллигидир. Индивидуаллик - шахснинг психологик, ижтимоий, физиологик хусусиятларининг такрорланмас бирикмасидир. Шахснинг индивидуаллиги унинг характери, темпераменти, хиссиётлари, фаолиятининг мотивлари, қобилиятлари ва бошқа хусусиятлари йиғиндисига боғлиқ.

Шахсга таалуқли бўлган энг муҳим тасниф унинг жамиятдаги мураккаб ижтимоий муносабатларга бевосита алоқадорлик, ижтимоий фаолиятга нисбатан ҳам объект, ҳам субъект бўлишлиқдир.

Инсон боласи илк ёшлиқданок «жамият» деган ижтимоий муҳитга тушади. Бу муҳит биз билган ва ҳар куни ҳис қиладиган ижтимоий муносабатлар, сиёсат, ҳуқуқ, ахлоқ оламидир. Бу муҳит - келишувлар, тортишувлар, ҳамкорликлар, анъаналар, қадриятлар, удумлар олами бўлиб, ундаги кўплаб қоидаларга кўпчилик мутлоқ қўшилади. Бу шундай қоидалар оламики, уларга бўйсунмаслик жамият томонидан қораланади, таъқибланади. Шахс ижтимоий ҳулқига турли ташқи кучлар таъсир қилади: сиёсий, мафкуравий, иқтисодий, маънавий, ахлоқий ва бошқалар. Бу таъсиротлар моҳиятан аслида жамият аъзолари бўлмиш шахслар ўртасидаги ўзаро муносабатларнинг айрим алоҳида йўналишларини белгилаб беради.

Шундай қилиб, шахс турли ижтимоий муносабатлар тизими таъсирида бўлади ва кўплаб ижтимоий институтлар (оила, маҳалла, ўқув масканлари, меҳнат жамоалари, норасмий ташкилотлар, дин, санъат, маданият) билан боғлиқ бўлади.

Масалан, шахсдаги турли ғоялар, фикрлар мафкуравий муносабатлар тизими таъсирида бевосита оила, боғ-ча, мактаб, бошқа ўқув ва тарбия муассасаларида шакллантирилади.

Агар бу таъсир унинг эътиқоди даражасида кўтарилса ва унда яна янгидан-янги фикрлар ва ғояларнинг пайдо бўлиши, ўсишига олиб келса, шахс тараққиёти жараёнида шундай фаолият соҳасини танлайдики, ўз қобилиятлари, малака ва кўникмаларини ривожлантира бориб, элу-юртига хизмат қилади.

Ўсмирлик даврида шахс ижтимоийлашуви. Шахс, унинг дунёни билиш, ўзини ва атрофидаги инсоний муносабатларни билиш, тушуниши ва ўзаро муносабатлар жараёнида ўзидаги такрорланмас индивидуаллиликни намоён қилиши ҳамда ушбу жараёнларнинг ёшга ва жинсга боғлиқ айрим жиҳатларини таҳлил қилиш умумий равишда шахс - ижтимоий мавжудотдир, деган хулосани такрорлашга имкон беради.

Яъни, у дунёга келгандан бошлаб ўзига ўхшаш инсонлар қуршовида бўлади ва унинг бутун руҳий потенциали ана шу ижтимоий муҳитда намоён бўлади. Чунки агар инсоннинг онтогенетик ривожланишига эътибор берадиган бўлсак, ҳали гапирмай туриб, одам боласи ўзига ўхшаш мавжудотлар даврасига тушади ва кейингина ижтимоий мулоқотнинг барча кўринишларининг фаол субъектига айланади.

Демак, ижтимоийлашув - инсон томонидан ижтимоий тажрибани эгаллаш ва ҳаёт - фаолият жараёнида уни фаол тарзда ўзлаштириш жараёнидир. Содда тил билан айтганда, ижтимоийлашув - ҳар бир шахснинг жамиятга қўшилиши, унинг нормалари, талаблари, таъсирини қабул қилган ҳолда, ҳар бир ҳаракати ва муомаласида уни кўрсатиши, шу ижтимоий тажрибаси билан ўз навбатида ўзгаларга таъсирини ўткази олиши жараёнидир.

Ижтимоийлашув жараёнлари рўй берадиган шарт-шароитлар ижтимоий институтлар деб аталади. Бундай институтларга оила, маҳалла, давлат муассасалари (боғча, мактаб, махсус таълим муассасалари, олийгоҳлар, меҳнат жамоалари) ҳамда норасмий уюшмалар, нодавлат ташкилотлари киради.

Бу институтлар орасида оила ва маҳалланинг роли ўзига хосдир. Инсондаги дастлабки ижтимоий тажриба ва ижтимоий хулқ элементлари айнан оилада, оилавий муносабатлар тизимида шаклланади.

Шунинг учун ҳам ҳалқимизда «Қуш уясида кўрганини қилади» деган мақол бор. Яъни, шахс сифатларининг дастлабки андозалари оилада олинади ва у жамиятдаги бошқа гуруҳлар таъсирида сайқал топиб, такомиллашиб боради.

Оила билан бир қаторда маҳалла ҳам муҳим тарбияловчи-ижтимоийлаштирувчи роль ўйнайди. Шунинг учун, баъзан одамнинг қайси маҳалладан эканлигини суриштириб, кейин хулоса чиқаришади, яъни маҳалла билан маҳалланинг ҳам фарқи бўлиб, бу фарқ одамлар психологиясида ўз аксини топади. Масалан, битта маҳалладан яхши келин чиқса, айнан шу маҳалладан қиз қидириб қолишади. Шунга ўхшаш нормалар тизими ҳар бир кўча-маҳалланинг бир-биридан фарқи, афзаллик ва камчилик томонларини белгилайди, бу феномен шу маҳаллада катта бўлаётган ёшлар ижтимоийлашувига бевосита таъсирини кўрсатади.

Муҳим ижтимоийлашув объектлари сирасига мактаб, коллеж ва бошқа таълим масканлари киради. Айнан шу ерда ижтимоийлашув ва тарбия жараёнлари махсус тарзда уйғунлаштирилади. Ўқувчилар диди, кутишлари ва талабларига жавоб берган ўқитувчи болалар томонидан тан олинади, акс холда эса ўқитувчининг таъсири фақат салбий резонанс беради.

Худди шундай ҳар бир синфда шаклланган муҳит ҳам катта аҳамиятга эга. Баъзи синфларда ўзаро ҳамкорлик, дўстлик муносабатлари яхши йўлга қўйилган, гуруҳда ижодий мунозаралар ва баҳслар учун қулай шароит бор. Яна бир муҳим ижтимоийлашув муҳити – бу меҳнат жамоаларидир. Бу муҳитнинг аҳамияти ва ўзига хослиги шундаки, бу ерга шахс одатда улғайган, маълум тажрибага эга бўлган, ҳаёт ҳақидаги тасавурлари шаклланган пайтда келади. Қолаверса, эгалланган

мутахассислик, орттирилган меҳнат малакалари ва билимлар ҳам жуда муҳим бўлиб, шу муҳитдаги ижтимоий нормалар характерига таъсир қилади. Лекин барибир шахснинг кимлар билан, қандай ўзаро муносабатлар муҳити таъсирида эканлиги унинг етуклик давридаги ижти-мойлашувининг муҳим мезонларидандир.

Меҳнат жамоаларида яхши, соғлом маънавий муҳит, адолат ва самимиятга асосланган муносабатлар ҳар бир инсон тақдирида катта роль ўйнайди.

Ижтимоийлашувнинг масъулият ҳиссига боғлиқ йўналишларидан яна бири шахсда шаклланадиган мақсадлар ва идеаллардир. Улар шахсни келажакни башорат қилиш, эртанги кунини тасаввур қилиш, узоқ ва яқинга мўлжалланган режаларни амалга оширишга тайёрлигини таъминлайди. Бу мақсадлар доимо ўзининг англоланлиги ва шахс реал имкониятларига боғлиқлиги билан характерланади.

Инсоннинг қизиқишлар дунёси атрофда рўй бераётган барча ҳодисалар, уларнинг ўзаро муносабатлари, янгиликлар, уларни ўрганишга имкон берувчи омилдир. Қизиқишлар мазмунан кенг ёки тор, мақсад жиҳатидан профессионал, барқарор, доимий ёки вақтинчалик бўлиши мумкин. Қизиқишларнинг энг муҳим томони шундаки, улар шахс дунёқараши ва эътиқодини шакллантиришга асос бўлади. Эътиқод шахсга ўз қарашлари, принциплари ва дунёқарашига мос тарзда яшашга имкон беради. Халқ доимо эътиқодли инсонларни ҳурмат қилади.

Эътиқоднинг предмети турлича бўлиши мумкин – Ватанга эътиқод, динга, фанга, касбга, оилага, гўзалликка ва шунга ўхшаш.

ОИЛАДАГИ МУНОСАБАТЛАРНИНГ БОЛА ШАХСИНИНГ ШАКЛЛАНИШИГА ТАЪСИРИ

*Барча манфаатлар ичида энг гўзали –
яхши тарбия олган инсондир
Эпиктет*

Маълумки, таълим-тарбияда оиланинг аҳамияти ва таъсири ғоятда муҳим. Шунинг учун ёшларни оилавий ҳаётга тайёрлаш энг долзарб масала сифатида қаралади. Бу борада кўп гапирилсада, низоли оилалар, ажралишлар микдори ортиб бораётганлиги ўз навбатида болалар тарбиясига салбий таъсирини кўрсатмоқда. Ҳозирги глобаллашув даври ёшларимизни оилавий ҳаётга тайёрлашда уларга оиланинг психологик асосларини ўқитиш, ўргатиш ва уқтириш зарурлигини тақозо қилмоқда.

Инсоният жамияти тараққий этиб борган сари одамларнинг ўзлари ҳам уларнинг бир-бирлари билан бўладиган ўзаро муносабатлари айниқса, шахсий муносабатлар орасида энг самимий энг яқин бўлган оилавий муносабатлари ҳам такомиллашиб, ўзига хос тарзда мураккаблашиб боради.

Ишлаб чиқариш муносабатлари жамият тараққиёти бир томондан, одамларнинг ўзларида рўй бераётган ижтимоий психологик, физиологик ва бошқа ўзгаришлар одам-ларнинг ўзаро мулоқот муносабатлари доирасини маълум даражада чегараланиб қолишига олиб келмоқда. Аждодларимизга хос бўлган ўзаро муносабатлардаги сабр-қаноатлилик, шукроналилик, бағрикенглик каби миллий хусусиятларнинг маълум даражада камайиб кетаётганлигига ва оқибатда инсон руҳиятида имкон қадар ҳиссий эмоционал зўриқишларнинг юзага келишига асос бўлмоқда. Буларнинг таъсири оилавий ҳаёт ва ундаги психологик иқлимда ҳам ўз ифодасини топади.

Махсус адабиётларда баён этилишича, шунингдек, ўтказилган тадқиқотлар натижаларига кўра, сўнгги юз йил ичида ёшларда кузатилаётган акселерация жараёнига кўра уларнинг жинсий, физиологик балоғатга етиши икки - уч йилга илгарилаб кетган. Бундан юз йилча олдин ёшларнинг жинсий балоғатга етиш даври 15-16 ёшга тўғри келган, ҳозир эса бу ҳолат 12-13 ёшларга тўғри келади. Ривожланишнинг тезлашганлиги ёшларнинг оилавий ҳаётга тайёргарлик жиҳатларига ва ижтимоий мослашувига жиддий эътибор қаратилиши лозим эканлигидан далолат беради. Ёшларнинг иқтисодий мустақилликка эришиш-лари 20-21 ёшдан 23-25 ёшгача бўлган даврга тўғри келади. Бундан ташқари, одамларнинг турмуш тарзи ривожланиши билан бирга оилаларнинг кундалик ҳаёти ўзгариб, кийинишга, маиший буюмларга, моддий фаровонлик даражасига бўлган эҳтиёжи ҳам ортиб боради.

Жамият тараққиётининг бугунги ҳолати ҳозирги замон оиласи олдига ўзига хос янги ижтимоий функцияларни ҳам юклайдики, буларнинг барчаси ҳозирги ёшларимизни оилавий ҳаётга махсус тайёрлаш масаласини энг долзарб масалалардан бири сифатида юзага чиқишига сабаб бўлади.

Оила қуйидаги асосий функцияларни бажаради:

иқтисодий (оила иқтисоди ва бюджети, даромадларни режали сарфлаш, кундалик харажатлар, зарур буюмларга пул ажратиш, маблағ йиғиш, жамият олдидаги оиланинг иқтисодий вазибалари, шу жумладан шахсий ишлаб чиқариш);

репродуктив (наслни давом эттириш, жамиятдаги демографик ўзгаришларга ижобий таъсир, насл саломатлигини сақлаш, аёлда оналик, эркакда оталик ҳиссини шакллантириш);

тарбиявий (шахс маънавияти ва дунёқараши билан боғлиқ бўлган оиладаги ақлий, ахлоқий, маънавий, жисмоний маданий, диний, эстетик, миллий урф одатларимизга, кадриятларимизга асосланган тарбия);

рекреатив (оила аъзоларининг ўзаро бир-бирларига жисмоний, моддий, маънавий ва психологик ёрдам кўрсатишлари, бир-бирининг саломатликларини мустаҳкамлаш, дам олиш тадбирларини ташкиллаштириши);

коммуникатив (оила аъзоларининг ўзаро мулоқоти, бир-бирларини тушунишга бўлган эҳтиёжларининг қондирилиши даражаси);

регулятив (оила аъзолари ўртасидаги ўзаро муносабатларни бошқариш, оиладаги устунлик, обрўга эришиш жараёни, катталар томонидан ёшларни назорат қилиш);

релаксация (руҳий, жисмоний, жинсий қувватни, эмоционал фаолиятини қайта тиклаш. Оилада тотувликни, ижобий психологик иқлим ҳукм суришини таъминлаш).

Зардуштийликнинг муқаддас китоби «Авесто»да ҳам оила-никоҳ масалалари алоҳида эътиборда бўлган. Унда кўрсатилишича, оилада ота етакчи бўлиб, эр-хотинлар содиқликка даъват этилган, бир-бирларига ғамхўр ва меҳрибон бўлишга чақирган. Ўша даврда оила қуришнинг қуйидаги мотивлари бўлган:

- ота ёки хомийнинг хоҳиш-иродаси туфайли;
- севги - муҳаббат туфайли;
- қаровсиз қолганлиги туфайли (аёллар);
- фарзандли бўлиш хоҳиши туфайли.

Умуман айтганда, оила масалаларига катта эътибор қаратилган бўлиб, аёл ва оиланинг жамиятда тутган ўрни ва мавқеини мустаҳкамлаш учун ўша даврлардан бошлаб замин яратила бошлаганлигини таъкидлаш лозим. Оила ва оилавий муносабатлар масаласи ўтган асрларда ҳам даврнинг муҳим муаммоси бўлиб келган. Зотан, ҳар бир инсон умрининг кўп вақти оилада ўтади. Шунинг учун оиладаги нозик психологик ҳолатлар болалар ички ҳиссиётлари ва руҳиятига катта таъсир ўтказди. Шунини алоҳида таъкидлаб ўтиш керакки, бола тарбиясига энг аввало ота-онанинг шахси, ҳаёт фаолиятлари,

турмуш тарзи билан биргаликда оиладаги психологик муҳитнинг таъсири катта бўлади.

Оилада муҳит ва ўзаро мулоқот қандай бўлса, бола худди шу муҳит таъсирида улғаяди. Умуман, ҳар қандай оиланинг тарбиявий таъсирчанлиги ва самарадорлиги кўп жиҳатдан оилада қарор топган ота-она ўртасидаги ўзаро ва болаларига, ахлоқий-руҳий ҳолатига боғлиқ. Ҳар бир оилада болалар учун ғамхўрлик қилиниши табиий ҳолдир. Болалар катталарнинг ғамхўрлигига муҳтож бўладилар, катталар болаларга ғамхўрлик қилар экан, бола ўзини бахтиёр ҳис қилади.

Ёш авлодни ҳар томонлама мукамал шахс қилиб тарбиялашдек маъсулиятли вазифа ота-она елкасида.

Оила мураккаб ижтимоий гуруҳ бўлиб, биологик, ижтимоий, ахлоқий, мафкуравий ва руҳий муноса-батларнинг бирлашуви натижасида вужудга келади. Шу сабабли турмушдаги ва оила аъзолари муносабатларидаги ўзгаришлар унинг моддий маиший, иқтисодий негизи ўзгаришига бевосита боғлиқдир.

Мулоқотда буйруқ оҳангининг ўстирилиши оилада ўзаро рақобатни вужудга келтиради. Чунки дўқ-пўписа, оиладагиларга нисбатан тез-тез билдирилиб турилган норозилик, самимий мулоқотга путур етказди.

Оилада ўзаро ёрдам, бир-бирини тушунишга ҳаракат қилиш, маслаҳатлашиш каби усуллардан фойдаланилса, бундай оилаларда дўстона муносабатлар ўрнатилади ва энг яхши психологик муҳит юзага келади. Албатта мулоқот жараёнида **юзага келадиган тўсиқлар мавжуд.**

Психологик тўсиқ. Бу суҳбатдошига ёқмай қолишдан қўрқиш, тушунолмайд қолишдан, кескинликдан қўрқиш, кўполлик қилишдан хавотирланиш.

Вазиятли тўсиқлар. Суҳбатдошларнинг бир хил вазиятни турлича тушунишлари.

Мазмуний тўсиқлар. Суҳбатдош тушунмаганлиги туфайли, унинг мазкур жумласи қандай маънода айтилгани, у қандай

фикрни илгари суряпти, шу мулоҳазаларга бориш туфайли юзага келади.

Мотивацион тўсиқлар. Бунда гапирётган одам ё ўзи баён қилаётган фикрини мотивини етарлича англай олмайди ёки атайин уларни (асосий мотивни) яширишга ҳаракат қилаётган бўлиши мумкин.

Ҳар бир миллат ўзига хослиги, миллий маданияти, миллий адабиёти, миллий тили ва шу миллатнинг руҳий (маънавий) тарзининг мажмуасида шаклланади.

Ўзбек халқининг ўз руҳий қиёфаси, миллий хусусияти, миллий характери, миллий туйғуси, мижози (темпераменти), хулқ-атвори, ахлоқи, диди, таъби алоҳида ажралиб туради.

Ўзбек миллатининг билиш жараёнлари қобилия-тининг аниқ йўналишга қаратилган, эҳтиёжи ва кизиқиши, миллий онги ўзига хос хусусиятларга эгадир. Ўзбек халқининг тарихий анъаналари, урф-одатлари, удуми, расм-русумлари, ахлоқ меъёрлари, турмуш тарзи, маънавий кадриятлари, шахслараро муносабатлари, мулоқот мароми ва хусусияти бошқа халқларникидан маълум даражада тафовутланади. Ўзбек халқи характерида андишалилик, хушмуомалалилик, ширинсуханлик, меҳмондўстлик, қўли очиклик ва сахийлик сифатлари мавжуд.

Миллий характер муайян миллат фазилатларининг ўзига хос хусусиятларининг мажмуасидан иборат бўлади. Миллий характер ўз ичига иродавий сифатларни (мустақиллик, чидамлилик, принципаллилик, ўз ўзини тута билиш, қатъийлик, матонат кабиларни) ва ахлоқий хислатларни (поклик, интизомлилик, самимийлик, ҳаққонийлик, инсонпарварлик ва бошқалар) қамраб олади. Миллий характер одамларга бўлган муносабатларни (яхшилик, меҳрибонлик, талабчанлик, такаббурлик) меҳнатга бўлган муносабатларни (меҳнатсеварлик ёки ялқовлик, масъулиятлилик ёки масъулиятсизлик), нарсаларга бўлган муносабатларни (озодалик, тежамкорлик- исрофгарчилик, аяш ёки аямаслик) ва одамларнинг ўз-ўзига бўлган муносабатларни

(иззат-нафслилик, шухратпарастлик, мағрурлик, ўзини катта олиш, димоғдорлик, камтарлик) ифодалайди. Ўзбек халқининг этнопсихологик хусусиятларидан унумли фойдаланиш ҳар томонлама етук инсон шахсини таркиб топтиришда муҳим роль ўйнайди. Оиланинг соғлом бўлиши уларда ижобий психологик иқлимнинг ҳукм суриши, ўзи яшаётган давлатнинг фуқароси сифатида ўз давлатининг иқтисодиёти, ижтимоий тараққиётини таъминлашда муҳим аҳамият касб этади.

Ҳозирги вақтда жамиятимиз тараққиётида, мустақил-лигимизнинг истиқболига иқтисодий, ижтимоий, сиёсий, экологик, ички ва ташқи омилларнинг таҳдид солмаслиги учун оилалар мустаҳкамлигини таъминлаш зарурдир. Бу масаланинг тўғри ҳал этилишининг асосий йўллардан бири ёшларни оилавий ҳаётга тайёрлаш, оилалар мустаҳкамлигини сақлаб қолишдир. Бунинг муваффақиятли амалга оширилишида жамиятимизнинг ҳар бир фуқароси, педагоглар ва ота-оналар ҳам бирдек масъулдирлар.

Оиладаги манавий тарбиянинг муҳим шаклларида бири бу маънавий суҳбатлардир.

Суҳбат давомида куйидаги омилларга эътибор қаратилиши лозим:

- ҳар бир шахсга индивидуал ёндашиш;
- суҳбатдошнинг шахсиятига тегмаслик;
- суҳбатдошнинг дунёқараши, эътиқоди, нуқтаи назаридан келиб чиқиб, муносабатда бўлиш;
- суҳбат олиб боришда суҳбатдошнинг ёш хусусиятларини, ижтимоий мавқеини ҳисобга олиш;
- суҳбатдошнинг эмоционал ҳолатига (ҳаяжон, кўрқув, хавотирлик, аффект ҳолатлари ва бошқалар) баҳо бера олиш;
- суҳбатдошга ўзи учун маъқул позиция (жой) ни танлашига имкон бериш.

Суҳбатнинг олиб борилишида куйидаги асосий тамойилларга аҳамият берилади:

- суҳбатдошга нисбатан доимо ҳурмат ва эътиборда бўлиш керак;
- суҳбатдошни диққат билан эшитиш лозим;
- суҳбатдошнинг айтган фикрларига доимо ҳурмат билан қараш керак;
- суҳбатдошга қарата “Сен ноҳақсан” дейишга шошилманг;
- инсоннинг хатосини унинг кўзига тик қараб айтмаслик керак;
- суҳбатнинг боришида овоз тонига, оҳангига аҳамият бериб туришни унутмаслик лозим;
- суҳбатнинг дўстона муҳитда боришига эришиш;
- сизга юзма-юз ўтирган томоннинг ўз фикр мулоҳазаларини айта олишига шароит яратиш керак;
- тинглаш жараёнида бошқа объектларга чалғимаслик зарур;
- берилаётган фикрларга қатъий қарши бўлсангиз ҳам, ҳеч қачон гапни бўлманг, тушунишга ҳаракат қилинг;
- вужудга келган муаммони суҳбатдошнинг нуқтаи назаридан кўришга уринаётганингизни сездингиз;
- вазминлик билан, шошилмасдан гапиришга эътибор қилинг;
- одамлардаги шахсий хусусиятларни эмас, балки вазиятни, юзага келган муаммони муҳокама қилишга аҳамият беринг;
- суҳбат давомида асосий фикр дан четга чиқмасликка ҳаракат қилиш лозим.

Оила психологиясига доир энг муҳим билимларни таълим тизими ходимлари, ўқитувчилар, ота-оналар ва ёшлар орасида тарқатиш, ўқув-семинарлари, учрашувлар ташкил этиш асосида зарурий малакалар ва кўникмаларни шакллантиришга жиддий эътибор берилиши мақсадга мувофиқ бўлар эди.

СУИЦИД ҲАҚИДА НОТЎҒРИ ВА ҲАҚИҚИЙ ҲОЛАТ

Т/б	нотўғри хулоса	ҳақиқий ҳолат
1	Суицид ҳақида кўп гапири-лаётган шахс ўзига эътиборни тортишга уринаётган бўлади	Суицид ҳақида тез-тез гапириш инсон калбида турли руҳий азоблар мавжудлигидан ва шахс уларни атрофдагиларга етказишга уринишдан дарак беради
2	Суицид тўсатдан юз беради	10 тадан 8 ҳолатларда суицидент ўз режаси ҳақида атрофдагиларга етказишга уринишдан дарак беради
3	Суицид ирсий касаллик	Шахс аутоагрессив ҳаракат моделини нафақат оилада ўзлаштиради, балки атрофмуҳитдан андоза олади
4	Ўз жонига қасд қилиш руҳий касаллик	Кўпгина суицидентлар умуман руҳий касалликга чалинмаган соғлом инсонлардир
5	Агар шахс ўтмишда суицид содир этган бўлса, бў бошқа такрорланмайди	Аксарият ҳолларда суицид такрор содир этилади
6	Суицид содир этувчилар ўлишни истайдилар	Аксарият суицид содир этувчилар ўлишни истамайдилар, балки уларни қийнаётган фориг бўлишни истайдилар ва ёрдам қабул қилишга тайёрлайдилар

7	Суицидга олиб келувчи барча хатти-ҳаракатлар импульсив (тўсатдан) юз беради	Аксарият суицидив ҳаракатлар олдиндан пухта ўйланган бўлади ва уни содир этувчилар атрофдагиларга сездирадидилар
8	Барча суицидентлар депрессивив ҳолатда бўладилар	Депрессия суицидга олиб келиши мумкин, аммо барча суицидентлар ҳам депрессия ҳолатида бўлавермайдилар
9	Суицидни олдини олиш мумкин эмас	Ёрдам олиш имконияти мавжудлигини англаш аксарият суицидларни олдини олишга имкон беради
10	Ўз жонига қасд килувчилар жуда кам ҳолатларда ёрдам олишга интиладилар	Суицидид олди ҳолатларда 50% га яқин шахслар шифокорларга, психологларга, ота-оналарга мурожаат киладилар

ОТА-ОНАЛАР УЧУН ТАВСИЯЛАР

Фарзандингизни бошқа болалар билан дўстлашишга ўргатинг.
Уни ёлғиз юришига йўл кўйманг.

Фарзандингизнинг дўстларини баҳолашда уни ота-онасинингмавқеи, имкониятига қараб эмас, фарзандингизга бўлган муносабатига эътибор беринг.

Ўртоқларини ўзининг шахсий фикри асосида баҳо бериш ва хурмат қилишга ўргатинг.

Фарзандингизга ўртоқларининг ютуқларини кўрсатишга ҳаракат қилинг, албатта таққосламаган ҳолда.

Фарзандингизни дўстликдаги садоқатини рағбатлантиринг.

Фарзандингиз ўртоқларини уйингизга меҳмонга таклиф қилинг, улар билан мулоқот ўрнатинг.

Дўстликда ростгўй бўлиш, манфаат кўзламаслик кераклигини ўргатинг.

Фарзандингизни доим дўст бўлишга ўргатинг.

Фарзандингиз дўстига ишонгандай ўз сирларини сизга айтса, сизга бўлган ишончини суистеъмол қилманг.

Фарзандингизни танқид қилинг, фақат уни масҳара қилиб эмас, балки қўллаб-қувватлаган ҳолда.

Фарзандларингизни орзу-ҳавасларини қўллаб-қувватланг.

Фарзандларингизда ўзига бўлган ишончни шакллантиринг.

Фарзандларингизда шахсий имкониятларини адекват баҳолаш даражасини ривожлантиринг.

Фарзандларингизни келажак билан эзгу режаларини ижобий тарзда мотивацияланг.

ХУЛОСА

Бугунги куннинг асосий вазифаси юксак маънавиятли, кенг билимли, эркин фикрлайдиган, ўз қарашларида миллий ва умуминсоний қадриятларга таянган, ўз хатти-ҳаракати, ҳаёт тарзи билан миллий қадриятларга садоқатли ёшларни тарбиялаш ва камол топтириш, уларга жамият ҳаётидан муносиб ўрин эгаллаши учун кўмаклашишдир.

Айниқса, глобаллашув, тезкор ахборот алмашинуви замонида ёшлар маънавиятини юксалтириш, уларнинг маънавий оламини турли таҳдидлардан асраш бу куннинг ўта долзарб масаласидир.

Глобаллашув ва ахборот алмашинуви дунё халқлари маданиятларининг яқинлашуви, бир-бирига таъсир ўтказишига имкон бермоқда. Бу бир томондан турли миллат ва элатларнинг бошқа халқлар маданияти, урф-одати, қадриятлари билан танишиши, тафаккур тарзи ва дунёқараши кенгайиши учун хизмат қилаётган бўлса, иккинчи томондан «оммавий маданият» ниқоби остида ахлоқий бузуклик, зўравонлик, эгоцентризм ва индивидуализм ғояларига асосланган қарашларнинг пайдо бўлишига олиб келмоқда.

Муҳтарам биринчи Президентимиз «Юксак маънавият – енгилмас куч» асарида таъкидлаганидек, «Биз халқимизнинг дунёда ҳеч кимдан кам бўлмаслиги, фарзандларимизнинг биздан кўра кучли, билимли, доно ва албатта бахтли бўлиб яшаши учун бор куч ва имкониятларимизни сафарбар этаётган эканмиз, бу борада маънавий тарбия масаласи, ҳеч шубҳасиз, беқиёс аҳамият касб этади».

Бу масалада ҳушёрлик ва сезгирликни, қатъият ва масъулиятни йўқотиш, муқаддас қадриятларга йўғрилган ва улардан озикланган буюк миллий маънавиятдан, тарихий хотирадан айрилишга, умумбашарий тараққиёт йўлидан четга чиқиб қолишга олиб келади.

Фойдаланилган адабиётлар рўйхати

1. Каримов И.А. Хавфсизлик ва тинчлик учун курашмоқ керак. – Т.: “Ўзбекистон”, 2002. – Б.41.
2. Каримов И.А. Юксак маънавият - енгилмас куч.-Т.: «Маънавият», 2008. – 270б.
3. «Таълим тўғрисида»ги Ўзбекистон Республикасининг Қонуни. – Т., 1997. 29 август.
4. Кадрлар тайёрлаш Миллий дастури. – Т., 1997. 29 август.
5. Воспитание трудного ребенка: дети с девиантным поведением. под.ред. М.И. Рожкова. –М., 2003 г.
6. Дюркгейм Э. Самоубийство: Социологический этюд / пер. с фр.; под ред. В.А. Базарова. М.: Мысль, 1994. 300 с.
7. Гилинский Я.И. Девиантология. СПб. Юридический центр Пресс. 2007. – 528 с.
8. Оилавий муҳит ва болалар //Қалқон. – 2006, - №1.- Б.14-15.
9. Ядгарова Г.Т., Авлаев О.У. Тарбияси қийин, қалтис гуруҳга мансуб болалар билан ишлаш (Услубий кўлланма)Т.: 2007 й.
10. Умаров Б.М. Ўзбекистонда вояга етмаганлар жиноятчилигининг ижтимоий-психологик муаммолари. Монография. – Тошкент, “Фан” нашриёти – 2008, 314 бет.
11. Акопян К.З. Самоубийство: проблема мотивации (размышления в связи с психологическим этюдом Н. А. Бердяева «О самоубийстве») // Психологический журнал. - 1996. - Т.17, №3.
12. Актуальные проблемы суицидологии: Сборник трудов московского НИИ психиатрии. - М., 1978. - Т.78.
13. Амбрумова А.Г. Диагностика суицидального поведения. - М., 1980. - 48 с.

14. Шустов Д.И. Аутоагрессия, суицид и алкоголизм. - М.: Когито-Центр, 2005. - 214 с.
15. “Ўзбекистон Республикаси Халқ таълими тизимида психологик хизмат тўғрисида”ги Низом.- Тошкент, 2002 йил 1 август.
16. Рахмонова Д.Б. Бошқарув психологияси. Маърузалар матни. – Бухоро: 2010. – 80 б.
17. Рахимова К., Абдуллаева А. Оилавий муносабатлар психологияси. Илмий оммабоп қўлланма. – Фарғона: 2006.
18. Розум С.И. Психология социализации и социальной адаптации человека. М: Речь, 2006. – 366 с.
19. Каримова В.М. Оила маърифати (ёшларга оила илми ҳақида биринчи рисола). Илмий-оммабоп нашр. – Тошкент: 2009. – 44 б.
20. Оила психологияси: Академик лицей ва касб-ху-нар коллежлари ўқувчилари учун ўқув қўлланма. / Ғ.Б. Шоумаров таҳрири остида / – Тошкент: “Шарқ”, 2008. – 296 б.
21. Овчарова Н.А. Справочная книга школьного психолога М.; 1996 г.
22. “1001 саволга психологнинг 1001 жавоби” ўқув қўлланма. / Ғ.Б. Шоумаров таҳрири остида / – Тошкент: “Шарқ”, 2001. - 296 б.
23. Ғозиев Э.Ғ. Умумий психология.–Тошкент: “Ўзбекистон файласуфлари миллий жамияти”, 2010. – 544б
24. Давлетшин М.Г. «Замонавий мактаб ўқитувчисининг психологияси». – Т., 1999 й.
25. Дўстмухамедова Ш.А. Ўқитувчиларнинг ўқув фаолиятларини бошқариш психологияси. – Т., 2000 й.
26. Йўлдошев У.А., Пўлатов М. Амалий психологнинг иш китоби.- Н, 2000
- www.edu.uz www.ziyonet.uz www.tvpkqtmoi/zn.uz

МУНДАРИЖА

Кириш.....	3
Вояга етмаганлар ўртасида суицид ҳолатларни содир этиш ижтимоий муаммо сифатида	6
Суицид: умумий тушунчалар.....	10
Суицидиал хулқ-атвор ва унинг келиб чиқиш сабаблари.....	14
Суицидал хатти-ҳаракатнинг диагностик белгилари.....	15
Суициднинг олдини олиш бўйича профилактик тадбирлар..	19
Суицидни олдини олиш бўйича услубий тавсиялар.....	24
Девиант феъл-атворли болалар ва ўсмирлар томонидан амалга оширилаётган ноқонуний хатти-ҳаракатларнинг ижтимоий илдизлари.....	27
Девиант феъл-атворли болалар ва ўсмирлар ўртасида олиб бориладиган тарбиявий тадбирлар самарадорлиги омиллари.....	31
«Кўк кит» ва унинг даҳшатли асоратлари.....	35
Таълим муассасаларида вояга етмаганлар билан ишлашнинг психологик асослари.....	42
Оиладаги муносабатларнинг бола шахсининг шакилланишига таъсири.....	56
Суицид ҳақида нотўғри ва ҳақиқий ҳолат.....	63
Ота-оналар учун тавсиялар.....	65
Хулоса.....	66
Фойдаланилган адабиётлар рўйхати.....	67

Илмий-оммабоп нашр

**ВОЯГА ЕТМАГАНЛАР
ЎРТАСИДА СУИЦИД
ҲОЛАТЛАРНИНГОЛДИНИ ОЛИШ**

Таълим муассасалари педагог ва психологлари учун

МЕТОДИК ҚЎЛЛАНМА

Мухаррир: Ў.Холдорова
Мусаххих: А.Набиев
Дизайнер: А.Муродова

Нашриёт лицензияси II №193. 10.05.2011
Босишга рухсат этилди. 16.11.2017 й. Бичими 60x84^{1/32}
Times New Roman гарнитураси. Офсет босма.
Шартли босма табоғи 4.5. Нашр табоғи 4.2
Адади 300 нусха. Буюртма № 62

«**Kamalak**» нашриётида нашрга тайёрланган.

