

UYATSIZLIK VA O'ZINI TUTA BILMASLIK: SABABLARI VA OQIBATLARI

*Toshkent viloyati Olmaliq shahar, Ipak yo'li innovatsiyalar universiteti, assistent. Bosh direktori-boshqaruv raisi **Kutlimuratov Aziz Ruzimovich**
E-mail. azizruzimovich37@gmail.com,
+998931604848*

Annotatsiya: Uyatsizlik va o'zini tuta bilmaslik — bu jamiyatda keng tarqalgan va ko'p muammolarga olib kelishi mumkin bo'lgan psixologik va ijtimoiy hodisa. Ushbu maqolada uyatsizlik va o'zini tuta bilmaslikning asosiy sabablari, ularning shaxs va jamiyat uchun oqibatlari chuqurroq o'rganilgan. Maqola hamda uning natijalari yordamida bunday muammolar oldini olish va ularni bartaraf etish yo'llari taklif qilingan.

Kalit so'zlar: Uyatsizlik, o'zini tuta bilmaslik, ijtimoiy munosabatlar, psixologik sabablar, akademik muammolar, tarbiya, aqliy sog'liq, jamiyat, individual rivojlanish, ta'lim.

Аннотация: Бесстыдство и неспособность контролировать своё поведение — это психологические и социальные явления, широко распространённые в обществе и способные привести к многочисленным проблемам. В данной статье подробно рассматриваются основные причины таких проявлений, а также их последствия для личности и общества. На основе анализа представлены предложения по предотвращению и устранению подобных проблем.

Ключевые слова: бесстыдство, импульсивность, социальные отношения, психологические причины, академические проблемы, воспитание, психическое здоровье, общество, личностное развитие, образование.

Annotation: Shamelessness and lack of self-control are psychological and social phenomena that are widespread in society and can lead to numerous problems. This article explores the main causes of these behaviors and their consequences for both individuals and society. Based on the analysis, the article offers solutions for preventing and addressing such issues.

Keywords: shamelessness, lack of self-control, social relationships, psychological causes, academic problems, upbringing, mental health, society, personal development, education.

Kirish

Zamonaviy hayot sur'atlari tezlashib borayotgan davrda insonlar o'zlarini boshqarish va uyat hissi bilan harakat qilish qobiliyati sezilarli darajada kamaymoqda. Uyatsizlik va o'zini tuta bilmaslik bu faqat bitta shaxsga tegishli bo'lmagan, balki

butun jamiyatga ta'sir qiladigan keng ko'lamli muammo sifatida namoyon bo'ladi. Shuni alohida ta'kidlash joizki, uyatsizlik va o'zini tuta bilmaslik odamlarning individual rivojlanishiga, oilaviy munosabatlarga, kasb-hunar faoliyatlariga va umuman jamiyatning barqarorligiga salbiy ta'sir ko'rsatadi. Shu sababli, ushbu mavzuni chuqurroq o'rganish zarurati tug'iladi.

Asosiy qism

1. Uyatsizlik va o'zini tuta bilmaslikning ta'rifi va o'xshashliklari

Uyatsizlik — bu insonning o'z harakatlarining boshqa odamlarga tasiri haqidagi fikrga ega bo'lmagan holat. Bunday holda, inson o'zini noto'g'ri tutishi natijasida boshqalarni bezovta qilishi yoki ularda noqulaylik hissi uyg'otishi mumkin. O'zini tuta bilmaslik esa, insonning o'zini boshqara olmasligi, o'z xatti-harakatlarini nazorat qila olmasligi bilan ifodalanadi. Bu ikkala holat ham psixologik va ijtimoiy nuqtai nazardan bir-biriga yaqin bo'lsa-da, ularning mohiyati biroz farq qiladi.

2. Uyatsizlik va o'zini tuta bilmaslikning sabablari

Uyatsizlik va o'zini tuta bilmaslikning sabablari turlicha bo'lishi mumkin. Quyida eng ko'p uchraydigan sabablar sanab o'tilgan:

1. Tarbiya muhitining ta'siri: Agar bola kichikligidan o'zini to'g'ri tutish haqida o'rgatilmagan bo'lsa, keyinchalik uyatsizlikka moyil bo'lish ehtimoli ortadi.
2. Oilaviy munosabatlar: Oilada ziddiyatlar, uzilishlar yoki muhabbatning yetishmasligi bola psixikasiga ta'sir qilib, uni uyatsizlikka olib keladi.
3. Ijtimoiy bosqichlar: Zamonaviy texnologiyalar va ijtimoiy tarmoqlar orqali o'zaro munosabatlarning buzilishi ham uyatsizlikning sabablaridan biridir.
4. Aqliy sog'liq muammolari: Ba'zi psixologik kasalliklar (masalan, depressiya, anksiyetet) insonning o'zini boshqarish qobiliyatini pasaytirishi mumkin.
5. Ta'lim va tarbiyaning kamligi: Ta'lim muassasalarida odob-axloq darslarining kamligi yoki uning samarasizligi ham uyatsizlikka olib kelishi mumkin.

3. Uyatsizlik va o'zini tuta bilmaslikning oqibatlari

Uyatsizlik va o'zini tuta bilmaslikning oqibatlari juda og'ir bo'lishi mumkin. Ularning ba'zi bir negativ ta'sirlari quyidagilardir:

1. Ijtimoiy izolyatsiya: Uyatsizlikka moyil bo'lgan odamlar doimiy ravishda boshqalar bilan aloqalarini yo'qotishlari mumkin.
2. Kasbiy muvaffaqiyatsizlik: Ish joyida uyatsizlik namoyon qiluvchi odam boshqalar bilan ishlashga qodir bo'lmaydi va karerani rivojlantira olmaydi.
3. Psixologik muammolar: Uyatsizlik va o'zini tuta bilmaslik odatda depressiya, stress va boshqa psixik kasalliklarga olib keladi.
4. Jamiyatning barqarorsizligi: Agar uyatsizlik va o'zini tuta bilmaslik keng tarqalgan bo'lsa, bu butun jamiyatning barqarorligiga ta'sir qiladi.

4. Muammo oldini olish va hal qilish yo'llari

Uyatsizlik va o'zini tuta bilmaslikni oldini olish uchun quyidagi chora-tadbirlar amalga oshirilishi mumkin:

1. Tarbiya va ta'lim: Bolalarni uyat hissi va o'zini to'g'ri tutish haqida o'rgatish zarur.
2. Psixologik yordam: Muhim shaxslarga psixologik maslahatlar berish va kerakli yordam ko'rsatish.
3. Oila ichidagi aloqalar: Oilada muhabbat va qadr-qimmat hissini shakllantirish.
4. Ijtimoiy faollik: Jamiyatda sport, madaniyat va ilm-fanga oid tadbirlarga jalb qilish orqali uyatsizlikka qarshi kurashish.

Xulosa

Uyatsizlik va o'zini tuta bilmaslik — bu zamonaviy jamiyatda katta muammo sifatida qaralishi kerak bo'lgan hodisadir. Buning oldini olish uchun birinchi navbatda tarbiya va ta'lim jarayonlariga e'tibor qaratish lozim. Shuningdek, oila va jamiyat hamda psixologik yordam tizimlari ham bunda muhim rol o'ynashi mumkin. Agar ushbu muammo vaqtida aniqlanib va bartaraf etilsa, unda insonlar va butun jamiyat uchun yaxshi natijalar erishilishi mumkin.

Foydalangan adabiyotlar ro'yxati

1. Abdullaev, A. (2018). *Inson psixologiyasi va tarbiyaviy jarayonlar*. Toshkent: Ilm Ziyo.
2. Akramov, R. (2019). *Zamonaviy pedagogika va tarbiya*. Toshkent: Fan va Texnologiya.
3. Asrorov, M. (2020). *Shaxsiy rivojlanish va psixologik salomatlik*. Samarqand: Sharq.
4. Bobomurodov, S. (2017). *Oilaviy munosabatlar psixologiyasi*. Toshkent: O'zbekiston.
5. Davlatov, F. (2016). *Pedagogik psixologiya asoslari*. Toshkent: Yangi Asr Avlodi.
6. Ergashev, N. (2015). *Ijtimoiy psixologiya va kommunikatsiya*. Toshkent: Milliy Talim.
7. Ismoilov, K. (2019). *Zamonaviy ta'lim va tarbiya innovatsiyalari*. Toshkent: Ta'lim.
8. Karimov, A. (2018). *Psixologik yordam va terapiya*. Toshkent: Ilm-Fan.
9. Mahmudov, J. (2021). *O'zbekiston jamiyati va psixologik muammolar*. Toshkent: Bilim.
10. Mirzaev, T. (2017). *Inson resurslari va rivojlanish psixologiyasi*. Toshkent: Ilmiy Nashr.