

BOLALAR ORASIDA SUITSID HOLATLARI SODIR BO'LISHINING SABABLARI

Saydbekova Nishongul Janadil qizi

*Toshkent viloyati O'rta Chirchiq tumani MMTB tasarrufidagi
68-maktab psixologi*

Annotatsiya: Suitsid, kuchli shaxslar va jismoniy holati yaxshi bo'lgan o'quvchilarning hamda ularning oilalari uchun kamolotga qaratiladigan vaqt yitirishga olib kelishi mumkin bo'lgan hayotga mos ravishda tasir qilishidir. Bu mavzuga ilmiy tahlil va tajribalar orqali e'tibor qaratilishi kerak, chunki suitsid kelib chiqishi o'quvchilarning hayotini, o'z faoliyatlarini va ta'lim muvaffaqiyatlarini to'xtatishi bilan bog'liq katta mavzudir.

Kalit so'zlar: o'z-o'zini boshqarish, qo'llash, psixologik yordam, ma'lumot berish, hissiyotlarni tushunish, qo'llab-quvvatlash, ijtimoiy norma, qo'llanmalarga ishonish, ruhiy rivojlanish

KIRISH

Suitsid – lotinchadan olingan bo'lib (lot. sui caedere - “o'zni o'ldirish”), odamning ongli ravishda o'zini hayotdan mahrum qilishini anglatadi. Suitsidal xulqatvor suitsiddan farqli o'laroq, kengroq tushuncha bo'lib, o'zida suitsidal xatti-harakat, o'z joniga qasd qilishga urinish hodisalarini qamrab oladi (Kondrashenko, 1999 y.). O'z joniga qasd qilishga barcha suitsidal xatti-harakatlar, ya'ni o'z joniga qasd qiluvchiga bog'liq bo'lmagan holda o'lim ro'y bermaydigan holatlar ham kiradi (mas. arqonning uzilib ketishi, o'z vaqtida ko'rsatilgan tibbiy yordam va h.k.). Suitsidal ko'rinishlar sirasiga unga muvofiq keluvchi fikrlar, so'zlar va o'z joniga qasd qilishga qaratilgan xatti-harakatlar bilan birga kechmaydigan alomatlar ham kiradi. Boshqa tasniflarga ko'ra, o'z joniga suiqaedlar haqiqiy suitsid va parasuitsidga (o'linga olib kelmaydigan o'ziga-o'zi ziyon yetkazish harakatlariga (Kondrashenko, 1999 y.) ajratiladi. Suitsidlar shartli ravishda haqiqiy va namoyishkorona-qo'rqituvchi turlarga bo'linadi. Haqiqiy suitsidal xulq-atvorda odamning o'zini o'ldirish ehtiyoji maqsadga aylanadi. Namoyishkorona qo'rqituvchi suitsidal xulq-atvor atrofdagilarga ta'sir o'tkazish, qandaydir foyda olish, boshqa odamlar hissiyotlarini boshqarish maqsadida qo'llanadi. Namoyishkorona qo'rqituvchi xulq-atvor maqsadi o'zini o'ldirish emas, balki shunday kayfiyatni ko'rsatishdir.

Suitsid fenomenini ko'pincha psixologik inqiroz haqidagi tasavvurlar bilan ham bog'laydilar. Bunda inqiroz shaxsning o'ta muhim hayotiy ehtiyojlarini qondirish yo'lidagi to'siqlarga duch kelish vaziyatidan paydo bo'ladigan emotsional holat sifatida tushuniladi, ya'ni bular shunday to'siqlarki, odam uni o'zining hayotiy tajribasidagi

muammolarni hal qilish usullari bilan bartaraf eta olmaydi. Shunday qilib, psixologik inqiroz inson psixikasida tashqi sharoitlar natijasida kelib chiqadigan xavf ta'sirida paydo bo'luvchi emotsional turg'unlikning ichki buzilishi sifatida qaraladi. A.G.Ambrumovanning ta'kidlashicha, psixologik inqiroz individda frustratsiya holatini keltirib chiqaradi va frustratsiyaga nisbatan o'ziga xos shaxsiy ta'sirini namoyon etadi (lot. frustratio — aldanish, rejalarning barbod bo'lishi; muammoni hal qilish yoki maqsadga erishish yo'lidagi faoliyatni izdan chiqaruvchi ruhiy holat. U kishining maqsadga erishishi yo'lida uchraydigan, obyektiv ravishda yengib bo'lmaydigan yoki subyektiv ravishda shunday tuyuladigan qiyinchiliklar tufayli paydo bo'ladi). Olimaning fikricha, "suiqasdgga moyillik kelajakni konstruktiv rejalashtirishning birdaniga tushib ketishi, ya'ni umidsizlik darajasi bilan belgilanadi".

Bu maqolada, suitsidning o'quvchilar orasidagi tarqalishini tushuntirish, sabablarni tahlil qilish va uning oldini olish uchun qanday qo'llanmalarni taklif qilish maqsadga muvofiq, muhim asosiy nuqtalarga e'tibor qaratiladi. Suitsid haqida o'quvchilar, tarbiyachilar, psixologlar va akademik o'qituvchilar o'rtasidagi tajribalar, so'rovnomalar va ilmiy manbalar qo'llaniladi. Bu maqolaning muqaddima bo'limi esa, mavzuning umumiy maqsadini, kelib chiqish sabablari va o'quvchilar orasida keltirilayotgan g'alaba qilish zarurati bilan bog'liq muhim ma'lumotlarni ta'qdim etadi.

Bundan tashqari, suitsidning o'quvchilar orasidagi tarqalishining psixologik, akademik va ijtimoiy muammolar bilan qanday bog'liq bo'lishi, shuningdek, suitsidning o'quvchilar uchun tashvishli muammosi bilan qanday bog'liq bo'lishi o'rganiladi. Ushbu maqolada keng ko'lamli va ilmiy tahlillar orqali suitsidga qarshi harakatlar to'g'risida to'liq ma'lumot beriladi va uni oldini olish uchun har birlikning qanday qo'llanishlarini ko'rsatuvchi usullar taklif etiladi.

Suitsidning kelib chiqishining sabablari oldindan kelgan tarqalishi juda kompleks va ko'p faktorlarga bog'liqdir. Suitsidga olib keladigan sabablarning ba'zi asosiy ommalardan iborat bo'lishi mumkin:

1. Manaviy muammolar: O'quvchilar orasidagi depressiya, aniq emotsional muammo va yomon his-tuyg'ular suitsidning kelib chiqishiga olib kelishi mumkin. Bu muammolar o'quvchilarning o'z-o'zini qarshilash, umidsizlik va hayotdan qo'rqish hislariga olib kelishi bilan bog'liq bo'lishi mumkin.

2. O'quvchilarning o'z-o'zini tanishligi va kimlik muammosi: O'quvchilar o'zo'zlarini qanday his qilishlari, o'z faoliyatlari va muvaffaqiyatlari bilan bog'liq hissiyotlarini o'rganish va yaxshi tanishlik o'rnatish muammosi bo'lishi mumkin. Agar o'quvchilar o'z faoliyatlarida, ta'lim muvaffaqiyatlari yomon bo'lsa, bu o'z-ozini qarshilash, umidsizlik va yomon his-tuyg'ularni oshirishiga olib kelishi mumkin.

3. Psixologik va jismoniy qoldiqlar: O'quvchilar o'rtasida psixologik va jismoniy qoldiqlar, yomon muhit, yo'qotish, yolg'izlik va yolg'onlik kabi sabablar suitsidga olib kelishi mumkin.

4. Bullying (haqorat qilish) va ijtimoiy izolyatsiya: O'quvchilar o'rtasidagi haqorat qilish, izolyatsiya va aloqalarini yo'qotish muammosi suitsidning kelib chiqishiga sabab bo'lishi mumkin. Bu turi muammo o'quvchilarning psixologik holatlarini tashkil etadi va ularni o'z-o'zidan ajratish, isolatsiyada his qilish va umidsizlik hissiyatlarini oshirishadi.

5. Akademik muammolar: Yomon baholar, o'quv markazlaridan yordam olishning qiyinchiliklari, ta'lim muvaffaqiyatlari yomon bo'lishi o'quvchilar orasida suitsidning kelib chiqishiga olib kelishi mumkin.

6. Oilaviy muammolar: Oilaviy muammolar, oilaviy aloqalar yomonligi, yolg'iz yashash, oila muammo va munosabatlarda yomonlik kabi sabablar suitsidga olib kelishi mumkin.

Suitsidning sabablari kompleks va ko'p tomondan tahlil qilinishi kerak. Suitsid kelib chiqishining asosiy sabablari har bir kishi uchun turlicha bo'lishi mumkin, va shaxsiy hayot sharoitlari, tarbiya, jinsiy, umr, etnik va madaniy faktorlar katta ta'sir qilishi mumkin. Bu sabablarni tahlil qilish va oldini olish uchun integral yondashuvlar va qo'llanmalar yaratishning muhimligi aniqlanishi kerak.

Psixologik muammolar suitsidning asosiy sabablari bo'lishiga qaramay, boshqa sabablarga ham bog'liq bo'lishi mumkin. Shuning uchun suitsidning oldini olishda o'quvchilarning psixologik holatlarini o'rganish, ularga psixologik qo'llanma va yordam ko'rsatish muhimdir. Psixologik ko'mak va ta'limatlar o'quvchilarning ruh holatlarini takomillashtirish, o'z-o'zini qarshilash va o'zini qo'llash hissiyatlarini oshirish va suitsidga yo'l ochishga olib kelishini oldini olishda muhim ahamiyatga ega bo'ladi.

Bu usullar suitsidni oldini olishda foydalaniladigan amaliy maslahatlardan faqat bir nechasi hisoblanadi. Har bir o'quvchi individual yakunlanish va yordam talab etishi mumkinligi hisobidan, shaxsiy va maqsadga yo'naltirilgan yordamlar va yordam beruvchilar tomonidan ko'rsatilgan maslahatlar o'quvchilarning qo'llanishi va yordam beruvchilardan qo'l kelishi lozim.

Bu maqolada suitsidning kelib chiqish sabablari va uni oldini olish masalalari mavzusida gaplashildi. Maqolaning maqsadi suitsidning o'quvchilar orasida yayg'inlik ko'rsatishi bilan bog'liq sabablarni tushunish, o'quvchilarni bu muammo bilan ta'limlash va ularni oldin olish uchun amaliy maslahatlar berishdir.

Maqola o'quvchilar orasidagi suitsidning kelib chiqish sabablari, yani yomon baholar, o'quv jarayonining qiyinliklari, o'quv yukining ortishi, akademik ta'sir va ta'qiblar, bullying (haqorat qilish) va ijtimoiy izolyatsiya kabi faktorlarni ta'riflash bilan boshlandi. Keyin shu sabablarga qarshi kurashish uchun psixologik yordam, qo'llanmalar, do'stlararo yordam va motivatsiyalash usullaridan foydalanish muhimligi ta'kidlandi.

XULOSA

Natijada, o'quvchilarni suitsidning oldini olishda foydalaniladigan amaliy maslahatlar bilan tanishish, qo'llanmalar, yordam berish va motivatsiyalashning

muhimliklari ko'rsatildi. Suitsidni oldini olish uchun psixologik yordam, o'quvchilarga qo'llanmalar, do'stlararo yordam, motivatsiyalash va o'quvchilarni ta'limga odatlash usullari tavsiya etildi.

Bu maqola suitsidning o'quvchilar orasida tushgan kasalligi va muammolariga taniqlik keltirish, ularning yordam ko'rsatish uchun amaliy usullar bilan ta'limlanishini va qo'llanishini maqsad qilgan. Natijada, o'quvchilar oldinda suitsidning oldini olishda qo'llanadigan maslahatlar va usullarni bilish, ularga yordam berish, ularni ruh holatlarini va motivatsiyalarini oshirish, o'z-o'zlarini qo'llashni o'rgatishga ko'maklashadi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yhati

1. Edward L. Schneidman. "The Suicidal Mind" 1996
2. Thomas Joiner. "Why People Die by Suicide" 2006
3. Robert E. Litman. "The Truth About Suicide"
4. Stacey Freedenthal. "Helping the Suicidal Person: Tips and Techniques for Professionals"
5. Ziyonet