

**YOSHLARDAGI O'Z JONIGA QASD QILISH HOLATLARINI
TALQIN ETISH HAMDA OLDINI OLISHGA QARATILGAN
PSIXOLOGIK SAMARALI USULLAR**

Norqizilova Mavjuda Aliyevna

Koson tumani 44-umumiy o'rta ta'lim maktabi amaliyotchi psixologi

Annotatsiya: *Suitsid – lotincha soʻzdan oligan boʻlib, oʻz joniga qasd qilish – bu ongli ravishda oʻzini hayotdan mahrum qilishdir. Suisidal xulq – atvor – suisiddan kengroq tushuncha boʻlib, oʻzida suisidal xatti – xarakat, oʻz joniga qasd qilish xodisalarini qamrab oladi.*

Kalit soʻzlar: *suitsid, suidsit turlari, ruhiy rivojlanish, psixik jarayonlar, muloqot, depressiv xolat, suidsidal holatlarni pedagogik-psixologik tavsiyalar, tushkunlik*

KIRISH

Suitsid – lotincha soʻzdan oligan boʻlib, oʻz joniga qasd qilish – bu ongli ravishda oʻzini hayotdan mahrum qilishdir. Suisidal xulq – atvor – suisiddan kengroq tushuncha boʻlib, oʻzida suisidal xatti – xarakat, oʻz joniga qasd qilish xodisalarini qamrab oladi. Oʻz joniga qasd qilishga barcha suisidal xatti – harakatlar, ya'ni oʻz joniga qasd qiluvchiga bogʻliq boʻlmagan holda oʻlim roʻy bermaydigan holatlar kiradi (arqonning uzilib ketishi, oʻz vaqtida koʻrsatilgan tibbiy yordam va h.z). Suitsidning shartli ravishda haqiqiy va nomoyishkorona, ya'ni qoʻrqituvchi turlari farqlanadi. Haqiqiy suisidal xulq – bunda odamning oʻzini oʻldirish ehtiyoji maqsad qilib qoʻyiladi. Nomoyishkorona qoʻrqituvchi suisidal xulq – atrofdagilarga ta'sir oʻtkazish, qandaydir foyda olish boshqa odamlar hissiyotlarini boshqarish maqsadida qoʻllanadi. nomoyishkorona, qoʻrqituvchi xulq- maqsadi oʻzini oʻldirish emas, balki shunday kayfiyatni koʻrsatishdir. Tadqiqotchilar suitsid fenomenini koʻpincha psixologik inqiroz haqidagi tasavvurlar bilan bogʻlaydilar. Ushbu vaziyatda inqiroz, shaxsning hayotiy oʻta

zarur ehtiyojlarini qondirish yo'lidagi to'siqlarga duch kelishi vaziyatida kelib chiqadigan emosional holat sifatida tushuniladi, ya'ni shunday to'siqlarki, odam uni o'zini oldingi hayotiy tajribasidagi muammolarni hal qilish usullari bilan bartaraf etib olmaydi. Shunday qilib, psixologik inqiroz, tashqi sharoitlar tomonidan kelib chiqadigan xavf ta'siri ostida yuzaga keladigan (inson psixikasiga) emosional turg'unlikning ichki buzilishi sifatida ko'riladi.

A.G.Ambrumovanning ta'kidlashicha, psixologik inqiroz individda zaruriy ehtiyojlar ko'rinishidagi frustrasiyani keltirib chiqaradi va frustrasiyaga nisbatan o'ziga xos shaxsiy reaksiya beradi. Uning ko'rsatishicha, «suiqasdga moyillik kelajakni konstruktiv rejalashtirishning birdaniga tushib ketishi bilan (ya'ni umidsizlik darajasi bilan) belgilanadi.(Ambrumova, Tixonenko,1980)Adabiyotlarda ko'pincha suisidal xatti-harakatlar bilan solishtiriladigan, «autatravmatizm» (o'ziga jarohat etkazish), «autoagressiv hatti – harakat» terminlari uchraydi. Agar autoagressiv harakatning oxirgi maqsadi o'z joniga qasd qilish bo'lsa, uni suisidal hatti – harakatlarga bog'lash mumkin. Zamonaviy, ayniqsa, xorijiy adabiyotlarda «autodestruktiv» (o'ziga zarar etkazish bilan bog'liq xulq – atvor), «o'zini – o'zi yo'q qilish» xulq – atvori tushunchasi keng tarqalgan. Psixologik – ruhiy og'riq, og'ir inqirozli holatning umumiy belgisi hisoblanadi. Ko'ngil og'rig'iga chiday olmaslik, uni har qanday yo'l bilan to'xtatishga, unga barham berishga olib keladi, inqirozli vaziyatdagi odamga esa suisid o'z muammolaridan qutilish va hal etish usuli sifatida tanlanadi.

E.Dyurkgeymning (Dyurkgeym,1994) o'z joniga qasd qilishning ijtimoiy nazariyasiga muvofiq suisidal fikrlari avvalo shaxsning ichki shaxsiy aloqalarining uzilishi, o'zi taalluqli bo'lgan ijtimoiy guruhdan begonalashuvi oqibatida paydo bo'ladi. Uning qarashlariga muvofiq, suisidning uchta asosiy ko'rinishlari mavjud. Birinchi turi - o'z joniga suiqasd qilish harakatlari egoizmni bildiradi va ko'pgina holatlarda o'zini – o'zi yo'q qilish individning o'zini jamiyatdan, oilasi va do'stlaridan begonalashgan va yakkalangan deb his qilishi

bilan shartlanadi. Ikkinchi turi - anomik o'z joniga suiqaqd qilish bo'lib, u shaxsning ijtimoiy guruh bilan o'zaro aloqasining buzilishiga olib keladigan jamiyatdagi o'zgarishlarga moslashishdagi muvaffaqiyatsizliklar oqibatida yuz beradi. Ular ayniqsa, ijtimoiy – iqtisodiy inqirozlar vaqtida ko'payadi, biroq ijtimoiy yuksalishda ham saqlanib qoladi, chunki farovonlikning tezlik bilan o'sishi oldingi hayotiy sharoitlardan farq qiluvchi yangilariga moslashishni keltirib chiqaradi. O'z hayotiga suiqaqdning oxirgi, uchinchi ko'rinishini E. Dyurkgeym altruistik deb nomlagan. Suisidning ushbu turida odamning sosiumning (jamiyatning) yoki guruxning obro'li shaxsi (avtoriteti) tomonidan uning egoidentligini bostirishi oqibatida u jamiyat foydasi, qandaydir ijtimoiy, diniy yoki falsafiy g'oya uchun o'zini qurbon qiladi.

Psixanaliz asoschisi, psixiatr Z.Freydning suisid borasidagi tasavvurlari odamdagi mavjud ikkita asosiy mayl konsepsiyasiga asoslanadi: Eros – hayot instinkti va tanatos – o'lim instinkti. Inson hayoti ular o'rtasidagi jang maydoni hisoblanadi. Inson nafaqat yashashni, suyuqli bo'lishni va o'zining davomini farzandlarida ko'rishni istaydi – shunday davrlar yoki ruxiy holatlar bo'ladiki, bunda o'lim istalgan bo'ladi. Yosh o'tishi bilan eros o'lib boradi, tanatos kuchli, qat'iyatli bo'lib boradi va odamni o'limga olib borib, o'zini to'liq ro'yobga chiqaradi. Freydga muvofiq suisid va o'zini o'ldirish tanatosning buzg'unchi ta'sirining namoyon bo'lishidir, ya'ni agressiyaning natijasidir.

G.K.Yung o'z joniga qasd qilish muammosiga to'xtalib, suisidning sababi sifatida, odamning ma'naviy qayta tirilishga ongli intilishini ko'rsatib o'tgan. Ushbu intilish turli ko'rinishlarni qabul qiluvchi jamoaviy ongsizlik arxetiplarining dolzarblashuvi bilan asoslangan.

- metempsixoz (ruxlarning ko'chishi) bunda odam hayoti tanaga turli hosliklarni gavdalantirish orqali cho'ziladi.
- yangi shaklga kirish, shaxsning uzluksizligini saqlab qolishni va inson tanasida yangitdan tug'ilishni nazarda tutadi.
- inson hayotining o'limdan so'ng «nozik tana» deb ataladigan

holatida qayta yaralish – tiklanish.

- individual hayot doirasi o'ladigan mavjudoddan o'lmaydiganga aylanishi bilan birgalikdagi qayta tirilish.
- shaxsdan tashqarida ro'y beradigan transformasiya yo'li orqali qayta yaralish.

K.Xorni psixodinamik yo'nalish va ego psixologiyada suisid borasida shunday fikrni taxmin etgan, ya'ni odamlar o'rtasidagi munosabatlar buzilishida xavotirlardan kelib chiqadigan asabiy (nevrotik) nizo paydo bo'ladi. U bolalik davridayoq atrofdagi dushmanlikni his etish bilan boshlanadi. Xavotirlikdan tashqari, odam asabiy vaziyatda yolg'izlik, ojizlik, tobelik va dushmanlikni his etadi. Ushbu fenomenlar suisidal xulq – atvorning asosi bo'lib chiqishi mumkin (masalan, katta odamdagi chuqur nomukammallik hissi va ideal «Men» obrazi yoki ijtimoiy standartlarga nomuvofiqligi bilan birgalikdagi bolalarcha tobeligi). Dushmanlik nizoda dolzarblashadi, deb xisoblagan K.Xorni. U suisidal xulq – atvor shakliga kirmasligi ham mumkin, biroq nafrat ijirg'anish yoki global rad etish ko'rinishlarida namoyon bo'lishi mumkin. Agar tashqi qiyinchiliklar odamning egosentrik ustanovkalari yoki illyuziyalari bilan uyg'unlashsa, ular kuchayadi. Bunda o'ziga va o'zgalarga bo'lgan nafrat va dushmanlik shunchalik kuchli bo'lishi mumkinki, o'zining o'limi qasos olishning jozibali usuli bo'lib chiqadi. Bir qator hollarda xohishga ko'ra o'lim o'z «Men»ini tasdiqlashning yagona usuli bo'lib qolishi muamkin. Taqdirda tan berish, ya'ni bunda autodestruktivlik ustunlik qiluvchi moyillik bo'lib chiqishini K.Xorni, o'zini – o'zi o'ldirishning latent (yashirish) shakli sifatida ta'kidlaydi.

Amerikalik psixoanalitik Garri Stek Salliven suisidni o'zining shaxslararo muloqot nazariyasi nuqtai nazaridan talqin etgan. Bunga ko'ra individning o'ziga – o'zi beradigan bahosi o'zgalarning unga bo'lgan munosabatidan kelib chiqadi. Bunday vaziyatga autoagressiya sodir etish yo'li bilan azoblarni to'xtatish va «yomon men»ni «men emas»ga aylanishi uchun yagona alternativ variant bo'lib xizmat qilishi mumkin. Biroq, shaxs ushbu xatti – harakati bilan bir vaqtning o'zida

odamlarga va butun dunyoga o'zining dushmanligini namoyon qiladi.

Suitsidal xulq – atvorning kelib chiqishida xavotirlanish va boshqa emosional kechinmalarning roli haqida gumanistik psixologiya namoyondalari tomonidan ham ta'kidlab o'tilgan (K.Rodgers va boshqalar).

Tadqiqotchi Rolloning ta'kidlashicha, xavotirlanish nafaqat belgi (simptom) sifatida balki, turmushning ekzistensial ko'rinishi va inson hayotidagi muhim konstruktiv kuch hamdir. Olim uni «borliq va yo'qlik uchrashuvini» kechirish va «erkinlik va odamning real borligi paradoksi» deb hisoblagan.

Logoterapiya asoschisi, Viktor Frankl o'zini – o'zi o'ldirishni hayot mazmuni va odam erki kabi tushunchalar qatorida, shuningdek, o'lim va o'lish psixologiyasi bilan bog'liqlikda tadqiq etgan. Uning ko'rsatishicha, mavjudlikning anglanganligiga xos bo'lgan odam, o'zining turmush usuliga nisbatan munosabatlarida erkindir. Biroq u hayotda uchta darajada ekzistensial cheklovga duch keladi: u muvaffaqiyatsizlikka duch keladi, qiynaladi va o'lishni xohlaydi. Shuning uchun odamning vazifasi o'zining cheklanganligini anglab, omadsizlik va azobni ko'tarishdan iboratdir. V.Frankl o'zini – o'zi o'ldirishga afsus bilan munosabatda bo'lgan va unga qonunan, jumladan, axloqan oqlash yo'qdir deb, ta'kidlagan. Suisid ro'y berganda inson uchun hayot mag'lubiyatga uchraydi. Oxir oqibat o'z joniga qasd qiluvchi o'limdan qo'rqmaydi balki u hayotdan qo'rqadi, deb hisoblardi V.Frankl.

E.Shneydman birinchi bo'lib, suitsidning yaqinlashayotganini bildiruvchi belgilarni tavsiflaydi va ularni «suisidga olib boruvchi kalitlar» deb ataydi. U jamiyatdagi mavjud suisid haqidagi afsonalarni, shuningdek shaxsning suitsidal xulq – atvorini asoslovchi o'ziga xoslikni o'rganib, shunday xulosaga keladi. Uning fikricha o'ziga xosliklar o'zi tarafidan yaratilgan, individlarning original tipologiyasida o'z aksini topadi va ular ko'pincha ongli ravishda o'z o'limlarini yaqinlashtiradilar. Ularga quydagilar taaluqlidir:

- o'limni qidiruvchilar - o'zida o'limdan qutilish imkoniyatini pasaytirib, ataylab hayot bilan vidolashuvchilar;

- o'lim tashabbuskorlari, uni ataylab yaqinlashtiruvchilar (masalan, og'ir kasallar, o'zini hayotiy ta'minlovchilaridan ongli ravishda uzuvchilar);
- o'lim bilan o'ynashuvchilar, hayotini garovga qo'yish imkoniyati mavjud vaziyatlarni qidirishga moyillar, tirik qolish imkoniyati pastligi bilan ajralib turadi;
- o'limni ma'qullovchilar ya'ni, hayot bilan vidolashishga faol intilmaslik bilan bir qatorda o'zining suisidal istaklarini yashirmaydilar: bu masalan yolg'iz qariyalarga yoki Ego – identlik inqirozi vaqtidagi emosional noturg'un o'smirlar va o'spirinlarga xosdir.

E.Shneydman suisidlar shart – sharoitlarining va ularni amalga oshirish usullarining turlichaligiga qaramay, barcha suisidlarga xos bo'lgan hamma belgilarni tavsiflaydi va ajratdi:

1. Suisidlarning umumiy maqsadi echimni qidirishdir.
2. Suisidning umumiy maqsadi ongni to'xtatishdir.
3. Suisidning umumiy turtkisi chidab bo'lmaydigan ruhiy og'riqdir.
4. Suisid umumiy stressor psixologik ehtiyojlarning frustrasiyaga uchrashidir.
5. Umumiy suisidal emosiyalar ojizlik va umidsizlikdir.
6. Suisidga umumiy ichki munosabat ambivalentlikdir.
7. Suisidda psixikaning umumiy holati kognetiv sohaning torayishidir.
8. Suisiddagi umumiy harakatdan qochishdir (agressiya).
9. Suisidagi umumiy kommunikativ harakat o'z niyati haqida xabar berishdir.
10. Suisidal o'rinish umumiy qonuniyat bo'lib, suisidal xulq – atvorning hayot davomidagi uslubiga muvofiq kelishidir (belgilariga).

E.Shneydman N.Farberou bilan birgalikda amaliyotga o'zini – o'zi o'ldirishning psixodinamikasini tushunishni chiqurlashtirgan psixologik autopsii metodini (o'z joniga qasd qilganlarning o'lim oldi xatini tahlilini o'z ichiga

oluvchi) kiritdi. Ushbu metod asosida ular tomonidan suisidning uch turi ajratilgan:

- egotik o'zini o'ldirish - ularning sababi intra – (ichki) – psixik dialog, «Men»ning qismlari o'rtasidagi nizo, tashqi sharoitlar esa qo'shimcha rol o'ynaydi, masalan, eshituv gallyusinasiyalaridan qiynaladigan psixik kasallarning o'zini o'ldirishi;
- diadik o'zini o'ldirish - asosi ahamiyatli bo'lgan yaqin odamga tegishli amalga oshmagan ehtiyoj va xohishlarda namoyon bo'ladi, shu tariqa ushbu harakatda boshqasiga munosabat aktiga aylantiruvchi tashqi omillar ustunlik qiladi;
- agenerativ o'zini o'ldirish, bunda biror bir avlodga yoki insoniyatga tegishlilik hissini yo'qotish oqibatida yo'q bo'lish hissi yuzaga keladi masalan, qarilik davridagi suisid.

N.Farberou odamning o'zini – o'zi yo'q qilish xulq – atvori konsepsiyasi yaratuvchisi hisoblanadi deydi. Uning yondashuvi muammoga kengroq qarash imkoniyatini beradi, u nafaqat amalga oshirilgan o'z joniga suiqasdni, balki autoagressiv xulq – atvorning boshqa shakllarini xam ko'rib o'tadi: alkogolizm, toksikomaniya, narkotik tobelik, delekvent xatti – harakatlar, ishga qattiq berilish, oqlanmagan xavf – xatarga moyillik, noadekvat qiziqish va h.k. Ushbu yondashuv N.Faberouga o'zini o'ldirishning oldini olishning zamonaviy tamoyillarini ishlab chiqish imkonini berdi. Bundan tashqari u «tirik qolganlar» – o'zini o'ldirishni eplay olmaganlar va o'zini o'ldirganlarning qarindoshlari va do'stlarining psixologiyasini tadqiq etish bilan shug'ullanadi.

Shunday qilib, o'zini o'ldirish barcha tadqiqotchilar tomonidan shaxsning nizolarni kechirish sharoitidagi ijtimoiy psixologik dezodaptasiyasi oqibati sifatida qaralgan. Bunda suisid o'zida shaxsning favqulotda vaziyatlardagi xulq – atvorining variantlaridan birini namoyon etadi, shu bilan birga vaziyatning suiqasdga mosligi bilan emas, balki subektning o'ziga hosliklari, uning hayotiy tajribasi, intellekti, ichki shaxsiy aloqalarning mustahkamligi bilan aniqlanadi.

Shuningdek, suitsidal xulq – atvorga moyil o'smirlar muhim ijtimoiy – psixologik muammolardan biri bo'lib, uni tadqiq qilish va oldini olish jamiyatning ma'naviy sog'lomligini ta'minlash bilan chambarchas bog'liqdir.

Suisid muammosi psixoterapevtik, diniy va ijtimoiy – falsafiy nuqtai – nazar jihatidan ko'rib chiqilgan. O'z joniga qasd qilish hodisasi diniy ilmlar tomonidan ham o'rganilgan bo'lib, u barcha dinlarda qoralanadi. Xususan, Islom dinida bu hodisaga nisbatan salbiy munosabat bildirilib jumladan, “Hadis” to'plamlarida ta'kidlanishicha: “Bir kishi o'zini – o'zi jarohatlab o'ldirdi, shunda Alloh-Taolo: Bandam mendan ilgari o'z jonini o'zi oldi, uni men jannatdan mahrum qildim” – deydi. Asrimizning boshlarigacha bo'lgan davrda o'z joniga qasd qilish hodisasini o'rganish bir qancha yo'nalishlar bo'yicha olib borilgan bo'lib, bu yo'nalishlarning barchasi suisidni tushuntirishda bir yoqlamalikka asoslangan nazariyalarni o'rtaga tashlaydi. Masalan, suisidni o'rganishning sosiologik yo'nalishdagi nazariya namoyondalari (asoschisi E.Dyurkgeym) o'z joniga qasd qilish hulqi faqatgina ijtimoiy muhit ta'siri natijasida yuzaga keladi deb xisoblab, suitsidal xulqni keltirib chiqaruvchi boshqa (psixologik, patologik, biologik) omillarni ko'ra bilmaydilar. Bu yo'nalishning aschisi bo'lgan E.Dyurkgeym o'zining 1897 yilda chop etilgan “O'z joniga qasd qilish” nomli asarida, o'z joniga qasd qilish psixik yoki organik kasalliklar natijasi bo'lmay, balki shaxsning jamiyatdagi ijtimoiy munosabatlarining izdan chiqishi yoki buzilishi maxsulidir deb ta'kidlaydi. Uning fikriga ko'ra suisidni yuzaga keltiruvchi sabablarni shaxsning ruxiy va individual psixologik xususiyatlaridan emas balki, jamiyatdan, undagi ijtimoiy muhitdan izlash kerakdir.

XULOSA

Umumjahon muammolardan biri hisoblangan o'z joniga qasd qilish hodisasini tadqiq qilishda barcha mamlakatlar qatori respublikamizda ham qator ilmiy izlanishlar olib borilgan bo'lib, ularda suisid muammosi, shu jumladan suitsidal xulq – atvorga moyil o'smirlar suisidini psixiatrik, psixologik va

ijtimoiy jihatdan tahlil qilinadi. Suitsid global ijtimoiy-psixologik muammo bo'lganligi bois, u bilan jamoatchilik, umumiy va sotsial psixologlar, tibbiy psixolog va psixoterapevtlar, psixiatrlar va suitsidologlar shug'ullanishadi. Suitsid o'ta individual holatdir. Shuning uchun ham ishlab chiqilgan profilaktika choralari har doim ham ko'zlangan natijani beravermaydi. Buning isbotini rivojlangan davlatlardagi suitsid darajasidan ham bilib olsa bo'ladi.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR RO'YXATI::

1. N. Tayloqov, M. Xoliqova, Sh. Tayloqova Voyaga yetmaganlar o'rtasida suitsid holatlarning oldini olish – Toshkent : «Kamalak» nashriyoti Ta'lim muassasalari pedagog va psixologlari uchun metodik qo'llanma, 2017.

2. Maxkamov U.I, Ismoilova D.M Tarbiya – yuksak ma'naviyat beshigi.

ACADEMIC RESEARCH IN EDUCATIONAL SCIENCES VOLUME 1 |
ISSUE

3 | 2020 ISSN: 2181-1385 Scientific Journal Impact Factor (SJIF) 2020:
4.804

4.ziyo.net