

O'SMIRLARNING ADDEKTIV XULQINI ANIQLASHDA PSIXOLOGIK DIAGNOSTIKA VA PROFILAKTIKA METODLARINING SAMARADORLIGI

Hamroyeva Dilfuza Rahmatullayevna

Buxoro davlat universiteti tadqiqotchisi

Annotatsiya. Ushbu maqolada o'smirlarda rivojlanayotgan addektiv xulq-atvorning psixologik sabablari, uning erta aniqlanishi va to'g'rilanishi uchun samarali usullar tahlil qilinadi. Addektiv xulq – bu odamning turli zararli odatlar (giyohvandlik, alkogolizm, internetga qaramlik, qimor o'yinlari va boshqalar) orqali hayotdagi qiyinchiliklardan qochishga urinish bilan tavsiflanadi.

Kalit so'zlar: addektiv xulq, o'smirlik davri, psixodiagnostika, psixokorreksiya, qaramlik, psixologik omillar, kognitiv-behavioral terapiya, profilaktika, reabilitatsiya, ijtimoiy moslashuv, psixologik testlar, psixoterapiya.

Аннотация. В данной статье анализируются психологические причины развивающегося аддитивного поведения у подростков, эффективные методы его раннего выявления и коррекции. Аддитивное поведение характеризуется попыткой человека избежать жизненных трудностей посредством различных вредных привычек (наркомания, алкоголизм, интернет-зависимость, азартные игры и др

Ключевые слова: аддитивное поведение, подростковый возраст, психодиагностика, психокоррекция, зависимость, психологические факторы, когнитивно-поведенческая терапия, профилактика, реабилитация, социальная адаптация, психологические тесты, психотерапия.

Annotation. This article analyzes the psychological causes of developing adductive behavior in adolescents, effective methods for its early detection and Correction. Additive behavior is characterized by an attempt by a person to avoid difficulties in life through various harmful habits (drugs, alcoholism, internet addiction, gambling, etc.)

Keywords: additive behavior, adolescence, psychodiagnostics, psychocorrection, dependence, psychological factors, cognitive-behavioral therapy, prevention, rehabilitation, social adaptation, psychological tests, psychotherapy.

Kirish: Hozirgi jamiyatda o'smirlarning psixologik va ijtimoiy rivojlanishiga ta'sir qiluvchi omillar tobora murakkablashib bormoqda. Ayniqsa, addektiv xulq-atvor (qaramlik holatlari) global muammolar qatorida o'smirlarning shaxsiy rivojlanishi va jamiyatga moslashishiga katta xavf solmoqda. Addektiv xulq esa turli moddalarga va nomoddaviy qaramliklarga berilish orqali psixologik qiyinchiliklardan qochishga urinish sifatida tavsiflanadi. Giyohvandlik, alkogolizm, chekish, internet va kompyuter o'yinlariga qaramlik, qimor o'yinlariga o'rin berish, shuningdek, ekstremal xatti-harakatlarga moyillik kabi omillar o'smirlar orasida keng tarqalmoqda.

Maqolaning dolzarbligi, o'smirlik davrining shaxsiyat shakllanishining eng murakkab psixologik bosqichlaridan biri bo'lishida yotadi. Bu davrda shaxsiyatning shakllanishi, mustaqil qarorlar qabul qilish, o'ziga xos qiziqishlar va qadriyatlar tizimining rivojlanishi jarayonlari amalga oshadi. Addektiv xulq esa bu jarayonlarga salbiy ta'sir ko'rsatib, o'smirning ijtimoiy, intellektual va hissiy rivojlanishiga to'sqinlik qiladi. Shuning uchun bu muammoni erta aniqlash, psixologik diagnostika metodlari orqali baholash va samarali psixokorreksion dasturlarni ishlab chiqish muhim ahamiyatga ega.

Ushbu ishda o'smirlarda addektiv xulqning shakllanishi sabablari, uni aniqlash uchun ishlatiladigan psixodagnostika metodlari va samarali psixokorreksiya usullari tahlil qilinadi. Tadqiqotda addektiv xulqning rivojlanishiga ta'sir etuvchi psixologik, oilaviy va ijtimoiy omillar ko'rib chiqilib, unga qarshi kurashish va profilaktika tadbirlari ishlab chiqiladi.

Tadqiqot natijalari psixologlar, pedagoglar, ijtimoiy xodimlar va ota-onalar uchun foydali bo'lib, o'smirlar orasidagi addektiv xulq muammolarini oldini olish va ularni bartaraf etish uchun ilmiy-amaliy tavsiyalarni o'z ichiga oladi.

Adabiyotlar tahlili: O'smirlardagi addektiv xulq masalasi ko'plab ilmiy

tadqiqotlar, mahalliy va xorijiy olimlar tomonidan o'rganilgan. Ularning tadqiqotlari bu xulq-atvorning shakllanish sabablari, diagnostikasi va korrektsiya usullarini aniqlashga qaratilgan. Addektiv xulqning paydo bo'lishi va rivojlanishiga oid turli nazariy yondashuvlar mavjud. Z. Freydning psixoanalitik nazariyasi (Freud, 1923) inson xulq-atvorining psixodinamik omillar bilan bog'liqligini ko'rsatadi. Unga ko'ra, addektiv xulq shaxsning ichki konfliktlarini hal qilish usullaridan biri sifatida yuzaga chiqishi mumkin. B.F. Skinnerning biheavioristik yondashuvi esa (Skinner, 1953) qaramlik xulqi tashqi muhit ta'sirida shakllanadigan o'rganilgan xatti-harakat ekanligini ta'kidlaydi.

Shuningdek, addektiv xulqning kognitiv nazariyasi (Beck, 1976) noto'g'ri fikrlash va stressga moslashish qobiliyati bilan bog'liq ekanligini ko'rsatadi. Bu yondashuvga ko'ra, o'smirlar qiyinchiliklardan qochish yo'lini qaramlikka berilish orqali izlashadi. Ko'plab tadqiqotchilar (Erikson, 1968; Vygotsky, 1978; Leontyev, 2001) o'smirlilik davrida shaxsiyat shakllanishi va ijtimoiy muhitning roli haqida fikr bildirganlar. Tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, oilaviy muhit, do'stlar, jamiyat va shaxsiy xususiyatlar addektiv xulq rivojlanishiga bevosita ta'sir qiladi. Oila ichidagi mojarolar, ota-onalarning e'tiborsizligi yoki ortiqcha qattiqqo'lligi, hissiy qo'llab-quvvatlashning yetishmasligi addektiv xulqqa moyillikni oshiradi (Baumrind, 1991). Addektiv xulq bo'yicha olib borilgan ilmiy tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, bunday xulqning shakllanishi shaxsiy, oilaviy, ijtimoiy va biologik omillarga bog'liq. Masalan, A. V. Korolenko (1990) addektiv xulqning psixologik mexanizmlarini o'rganib, uning ijtimoiy omillar bilan bog'liqligini aniqlagan. Shuningdek, Zimbardo (2007) inson psixikasidagi stress va noto'g'ri qaror qabul qilish jarayonlarining qaramlik xulqiga olib kelishi mumkinligini ta'kidlaydi. Shu bilan birga, kognitiv-behavioral terapiya (Beck, 1976) va oilaviy terapiyaning samaradorligi (Baumrind, 1991) ilmiy asoslangan usullar sifatida ko'rib chiqilgan.

Muxokama: O'smirlilik davrida addiktiv xulq-atvorning shakllanishi murakkab va ko'p qirrali jarayondir. Ushbu maqolada addiktiv xulqning sabablari, turlari, psixodiagnostika usullari va tuzatish yo'llari ilmiy asosda ko'rib chiqildi.

Muhokama jarayonida quyidagi asosiy jihatlar tahlil qilinishi lozim:

O'smirlarning addiktiv xulqqa moyilligi: O'smirlik davri inson shaxsining shakllanish bosqichi bo'lib, aynan shu davrda yangi hayotiy tajribalarni sinashga bo'lgan qiziqish kuchayadi. Bu esa ba'zan zararli odatlar bilan bog'liq bo'lishi mumkin. Shuning uchun addiktiv xulq-atvorning dastlabki belgilarini erta aniqlash muhimdir. Addiktiv xulqning psixologik va ijtimoiy omillari muhokama jarayonida oilaviy muhit, ijtimoiy muhit va shaxsiy omillarni o'rganish lozim. Ota-onalar bilan bo'lgan munosabatlar, do'stlar ta'siri va psixologik bosim addiktiv xulq shakllanishiga qanday ta'sir ko'rsatishi tahlil qilinishi kerak.

Psixodiagnostika usullarining samaradorligi maqolada keltirilgan test va so'rovnomalar orqali addiktiv xulqni aniqlash imkoniyatlari muhokama qilinadi. Ushbu diagnostik usullarning qanchalik ishonchli ekani va ularni amaliyotda qo'llash bo'yicha tavsiyalar ishlab chiqilishi mumkin. Tuzatish usullarining samaradorligi, kognitiv-behavioral terapiyaning samaradorligi va uni o'smirlar orasida qo'llash tajribasi. Guruh psixoterapiyasi va uning natijalari. Sport, ijodiy faoliyat va ijtimoiy loyihalarning o'smirlar uchun ijobiy ta'siri. Profilaktik chora-tadbirlarning muhimligi maktab va oila muhitida addiktiv xulqning oldini olish yo'llari. Ta'lim muassasalarida psixoprofilaktika tadbirlarini kuchaytirish. O'smirlarni muqobil ijtimoiy faoliyatga jalb qilish masalalari.

Ilmiy va amaliy tavsiyalar muhokama natijasida psixologlar, o'qituvchilar va ota-onalar uchun addiktiv xulqning oldini olish va uni tuzatish bo'yicha aniq tavsiyalar ishlab chiqish mumkin.

Xulosa: O'smirlarning addektiv xulqi zamonaviy psixologiyada dolzarb muammo hisoblanadi, uning shakllanishiga shaxsiy, oilaviy, ijtimoiy va biologik omillar ta'sir qiladi. Tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, o'smirlik davrida shaxsiyat shakllanishi jarayoni murakkab bo'lib, bu bosqichda noto'g'ri qarorlar qabul qilish ehtimoli yuqori bo'ladi. Psixologik stress, oilaviy muammolar va ijtimoiy ta'sirlar addektiv xulqning rivojlanishiga olib kelishi mumkin. Tadqiqot davomida addektiv xulqni aniqlash va baholash uchun turli psixodiagnostik metodlar tahlil qilindi va o'smirlarda qaramlik xulqini rivojlantiruvchi asosiy omillar ko'rib chiqilib,

ularning oldini olishga oid samarali strategiyalar ishlab chiqildi.

Adabiyotlar ro'yxati

1. G'oziev, E. (2019). Psixologiya asoslari. Toshkent: O'zbekiston Milliy Ensiklopediyasi.
2. Z. Nishonova, D. Abdullayeva, G. Baykunosova. O'smirlik davri psixodiagnostikasi va psixokorreksiya.
3. G'aniyeva.X.A. Psixodiagnostika. 2007 5.
4. Qisqacha psixologik lug'at. - Rostov-na-Donu: FENIKS. L.A. Karpenko, A.V. Petrovskiy, M.G. Yaroshevskiy. 1998.
5. Vygotsky, L. S. (1978). Mind in Society: The Development of Higher Psychological Processes. Cambridge, MA: Harvard University Press.