

**SUITSIDAL HOLAT VA UNING KELIB CHIQISH SABABLARI***Daribayeva Gozzal Daribayevna**Toshkent shahar Yashnobod tumani 227-IDUM psixologi*

**Annotatsiya:** Maqolaning mazmuni shundan iboratki, hozirgi kunda yosh avlodni bo'sh vaqtini mazmunli o'tkazish va bunday nojo'ya ishlarni oldini olish, suitsidni kelib chiqishi va ularning salbiy taraflari qonuniy tarafdama yoritilgan.

**Kalit so'zlar:** Psixologiya, o'smirlik, diqqat, psixika, suitsid, stress, kamolot.

**KIRISH.**

O'smirlik insonning balog'atga yetish davri bo'lib, o'ziga xos xususiyati bilan kamolotning boshqa pog'onalaridan keskin farqlanadi. O'smirda ro'y beradigan psixofiziologik, biologic o'zgarishlar natijasida uning psixik dunyosiga tub burilish nuqtasi vujudga keladi. Balog'at davriga 11 (12-15) yoshli qizlar va o'g'il bolalar kiradilar. Kamolotning mazkur davrida jismoniy va jinsiy yetilish amalga oshadi. Hozirgi davrga kelib o'smirlik yoshi 8-9 yoshni tashkil etadi. O'smirlik davrida ayniqsa, psixologik jihatdan turli o'zgarishlar yuz beradi. Bu davrda o'smirlarda o'zining ichki "meni" ustun bo'lib qoladi. Ular har ishda o'zlarini ko'rsatishni xohlashadi. Ko'pincha diqqat markazida turishni yoqtirishadi. Ularda o'ziga xos jizzakilik paydo bo'ladi. Bu davrda o'smirga negativ munosabat qilib bo'lmaydi. Ko'p hollarda sizning unga nisbatan biror ishni ta'qiqlashingiz, uni kamsityotgandek tuyiladi. Chunki u alohida shaxs, uning shaxsiy fikri, o'z shaxsiy ishlari bor. Ayrim ota-onalar bu davrga kelib o'smir farzandlarini tarbiyalashga qiynalib qolishadi. Buning asosiy sababi bolaga bir xil munosabat qilishlari. Psixologiyaning tadqiqot predmetiga sezgilar va idrok obrazlari, tafakkur va hissiyot, faoliyat va muomala kabi psixologik jarayonlar, kategoriyalar kiradi. Psixologiyaning asosiy vazifalari — psixika qonuniyatlarini, inson ruhiy holatlari shakllanishini filogenetik va ontogenetik taraqqiyot birligida ochishdan iboratdir. Mazkur vazifalar yechimini topishda psixologiya bir tomondan, biologiya fani sohalari bilan, jumladan, fiziologiya bilan, boshqa tomondan esa, sotsiologiya, pedagogika, madaniyat tarixi, mantiq hamda ijtimoiy fanlar bilan jips aloqaga kirishadi. Psixologiya eng avvalo, psixikaning insonga xos shakli bo'lmish ong va o'zini o'zi anglashni tadqiq etadi.

Qadimgi yunon tilidan tarjima qilingan "psixologiya" so'zi tom ma'noda "ruh haqidagi fan" (psyche - "jon", logos - "tushuncha", "ta'limot") degan ma'noni anglatadi. Ilmiy foydalanishda "psixologiya" atamasi birinchi marta 16-asrda paydo bo'lgan. Dastlab, u aqliy yoki psixik deb ataladigan hodisalarni, ya'ni har bir kishi o'z-o'zini kuzatish natijasida o'z ongida osongina kashf etadigan hodisalarni o'rganish bilan shug'ullanadigan maxsus fanga tegishli edi. Keyinchalik, 17-19-asrlarda. psixologiya

tomonidan o‘rganiladigan soha kengayib bormoqda va nafaqat ongli, balki ongsiz hodisalarni ham o‘z ichiga oladi. Demak, psixologiya psixika va psixik hodisalar haqidagi fandır. Psixologiya - bu ruh haqidagi fan.

Psixologiya - bu alohida shaxsning psixikasi va ruhiy hodisalari, ham guruhlar va jamoalarda kuzatiladigan psixik hodisalar. O‘z navbatida, psixologiyaning vazifasi psixik hodisalarni o‘rganishdir. Psixologiyaning vazifasini xarakterlab, S.L.Rubinshteyn shunday deb yozadi: “Psixologik bilish – bu psixikani uning muhim, ob’ektiv aloqalarini ochib berish orqali vositachi bilishdir”.

- Psixologiyaning vazifalari:
- Psixik voqelikni sifatli o‘rganish;
- Psixik hodisalarning shakllanishi va rivojlanishini tahlil qilish;
- Ruhii hodisalarning fiziologik mexanizmlarini o‘rganish;
- Psixologik bilimlarni inson hayoti amaliyotiga tizimli ravishda joriy etishda yordam berish.

Suitsidni shartli ravishda 2 guruhga ajratish mumkin: birinchisi – tantanavor suitsid, ya’ni o‘z joniga qasd qilishni oshkor qilib yuradiganlar; ikkinchisi – yashirin suitsid, ya’ni hech kimga bildirmasdan o‘z joniga qasd qiluvchilar. Tantanavor suitsid ko‘pincha o‘smirlarda kuzatiladi, agar ular ota-onasi bilan urishib qolsa, “Mana ko‘rasizlar, o‘zimni o‘ldiraman-u, mendan qutulasizlar” deb yurishadi. Odatda, o‘smirning bu gapiga e’tibor qilishmaydi yoki kulib qo‘yishadi. O‘z joniga qasd qiluvchi o‘smir go‘yoki shu yo‘l bilan ota-onasidan alamini olmoqchi bo‘ladi

Agar u biror-bir odamning janozasiga borib qolsa, “Men o‘lsam ham ota-onam va qarindosh-tuqqanlar shunaqa ayuhannos solib yig‘lashadi, meni qiynaganlarini eslab bolamga e’tibor qilsam bo‘larkan, nega aytganlarini qilmadim” deb kuyib-yonishadi degan fikrga qiladi va tezroq o‘z joniga qasd qilishga intiladi. Shuning uchun ham ba’zan o‘z joniga qasd qilishlar ketma-ket ro‘y beradi. O‘z joniga qasd qilishga jazm qilgan odam odamovi bo‘lib qoladi, kam gapiradi, yolg‘izlikka intiladi, xulq-atvori ham o‘zgarib boraveradi. U to‘y va tug‘ilgan kun kabi o‘yin-kulgili joylarga bormay qo‘yadi, biroq janoza va marakalarga, albatta, borishga harakat qiladi. Chunki u yerda odam o‘lgandan keyin bo‘ladigan voqealar aks etadi-da. U o‘zini shu o‘lgan odam o‘rnida tasavvur qilib ko‘radi. Hali aytganimdek, bu holat o‘z joniga qasd qilishni yanada tezlashtiradi.

Yashirin suitsid, ko‘pincha, yoshi kattalar uchun xos. Ba’zan bola-chaqali, nevara-evarali bo‘lib ketgan yoshi ulug‘lar ham o‘z joniga qasd qilishadi. Bu, ayniqsa, qariganida doimo uning yonida bo‘lguvchi umr yo‘ldoshi vafot etgandan keyin ro‘y beradi. Farzandlari ishga, nevaralari maktabga ketgandan keyin eng yaqin sirdoshidan ayrilgan keksa doimo uyda yolg‘iz yashay olmaydi. Uning miyasiga “Farzandlarim menga e’tibor qilmay qo‘yishdi, hammasi o‘zi bilan o‘zi ovora, menga bu hayotda yashashning ne keragi bor, men ham o‘lsam bo‘lmasmidi” degan fikrlar kelaveradi.

Uyda yolg'iz qolib, yig'lab ham oladi. Albatta, yolg'iz qolgan keksalarga e'tibor zarur, ular bilan suhbatlashib turish kerak.

Umuman olganda, statistik jihatdan suitsidal axloq va aniq psixik buzilish ortasidagi yetarlicha aloqa aniqlanmagan. Sabablar. - dinsizlik; - ma'rifatsizlik;

- to'qchilik;- yo'qchilik;- shahvoniy, nafsoniy sevgi;- o'z joniga qasd qilishni muammoning yechimi sifatida ko'rish;

- o'limning haqiqati, qabr azobi, oxirat, qayta tirilish, qiyomat va do'zaxdagi azob -uqubatlardan bexabarlik; - ruhiy xastalik.

Oiladagi muhit sababli farzandlarni o'z joniga qasd qilishi real va daxshat sababi bola dastlab tarbiyani oiladan oladi. Avvalo oilalardagi muhitni ijobiylikka o'zgartirmog'imiz kerak shu bilan bir qatorda ota-onaning bir biriga munosabati, yetishmovchilik, kelishmovchilik bolani oldida hal qilinmagani ma'qul. Kimdir o'z joniga qasd qilishini sezgan inson uni tinglashi kerak ularga ularni tinglaydigan inson kerak. Suitsiddan keyingi holat qanday yakun topishi barchaga noma'lum, shunday ekan uning oldini olgan ma'qul.

Xulosa: Insonlarni hayotini saqlab qolish uchun ularni tinglamog'imiz kerak. Agar o'z joniga qasd qilmoqchi bo'lgan yoki shunga moyilligi bo'lgan insonni tanisangiz unga hayotini saqlab qolishida yordam berishingiz mumkin. Buning uchun uni tinglang. Suitsidni amalga oshirmoqchi bo'lganlarda asosan "Men xechkimga kerak emasman", "meni xechkim eshitmaydi" degan tushuncha bo'ladi.

Insonlarni tinglab ular mavjud bo'lgan holatni bartaraf etamiz. Maktab psixologlari, sinf rahbarlari bunday shaxsga be'tibor bo'lmasligi kerak. O'ylaymizki, bu muammo kunlar kelib o'z yechimini topadi.

Bolalar har bir yosh davrda har xil munosabat va turlicha tarbiya berish kerak. 8yosharlik davrida bergan tarbiya va munosabatini 12 yoshda beraolmaysiz. Hozirgi bolalar ota-onalariga ishonmay qo'yishgan o'rtoqlariga va xatto o'zlari unchalik yaxshi bilmaydigan kishilarga ishonishadi, ichki sirlarini ularga aytishadi, ular har yerdan ma'lumot olishadi. Bu ma'lumotlarning qanchalik to'g'ri va aniqligini esa tahlil qilib o'tirishmaydi. Ayniqsa, bugungi globallashuv jarayonida internet oqimlaridan kirib kelayotgan turli informatsiyalar ko'proq yoshlar ongini zaxarlaydi. O'z joniga qanday oson qasd qilish bo'yicha internetda 9000 sayt mavjud. 2017-yil ayniqsa, "Ko'k kit", "Tinch uy" kabi virtual o'yinlar shu saytlarga adashib kirib qolgan ayrim yoshlarning suitsidga qo'l urish va hayotdan ko'z yumishga olib keldi. Buning sabablari o'rganilganda, ularning ta'lim dargohlarda o'qishi va do'stlar-dugonalari bilan munosabatlari yaxshi, ammo uyda ko'p vaqtini internet bilan o'tkazganlari aniqlandi.

Ota-ona va yon atrofdagilar e'tiborsizligi (oiladagi nosog'lom muhit, o'qishdagi muvaffaqiyatsizlik);

O'zi kutgan voqea hodisalar ro'y bermasligi (qimmat baho narsalar, o'zicha sevgan insonlarning e'tibor sizligi);

O'z-o'ziga past baho berish;  
 Turli ruhiy zo'riqishlar (stress);  
 Tug'ma xastaliklar (psixologik);  
 Oilada ham o'z joniga qasd qilish holati bo'lganda.

O'smirlardagi sabablar:

1. Javobsiz muhabbat;
2. Menga e'tibor qarating;
3. Men hechkimga kerak emasman;
4. Kurashishga kuchi yetmasligi;
5. Hamma yerda yomon holatlarni ko'rish;
6. Fiziologik o'zgarishlar.

Suitsidning salbiy oqibatlari:

Suitsid – bu nafaqat o'ziga, balki, oilaga, jamiyatga ham zarar yetkazish;  
 Suitsid oqibatida jismoniy va ruhiy shikastlanish;

Suitsidga qo'l urish natijasida atrofdagi kishilarning ijobiy munosabatni yo'qotish.

Eng muhimi suitsid shunchaki e'tiborni tortish usuli emas, bu jiddiy muammo. Suitsid juda yomon salbiy oqibatlarga olib keladi. Suitsid nafaqat insonning o'ziga zarar yetkazish, balki oilasiga, atrofdagilarga, shuningdek, jamiyatga ham zarar yetkazishdir.

Suitsid natijasida inson o'lmay qolishi mumkin, ammo uning nomiga tushadigan dog', atrofdagi insonlarning unga nisbatan beradigan salbiy baholari to umrini oxirigacha saqlanib qoladi. Suitsidga qo'l urush natijasida inson ham fiziologik, ham psixologik ziyon ko'radi.

O'quvchilarning bo'sh vaqtini tashkil etish bo'yicha O'quvchilarni keng ko'lamda sport bilan shug'ullanishi badiiy, ijodiyot to'garaklarga jalb etish – o'quvchining ijodiy tashabbuskorligi rivojlantirish, bo'sh vaqtini faol va foydali o'tkazish, qonunga bo'ysunish shakllanishiga yordam beruvchi tarbiyaviy faoliyatning yo'nalishlaridan biridir.

Huquqiy tarbiya bo'yicha Nopok kimsalar tomonidan muntazam insonni kamsitish orqali o'z joniga qasd qilishga olib kelishi mumkinligini ham e'tibordan qochirmasligimiz kerak. O'zbekiston Respublikasining jinoyat kodeksi maxsus qismi Birinchi bo'lim. Shaxsga qarshi jinoyatlar

1-bo'lim Hayotga qarshi jinoyatlar 103-modda o'zini o'ldirish darajasiga yetkazish Moddiy tomondan yoki boshqa jihatlardan aybdorga qaram bo'lmagan shaxsga rahmsiz muomala qilish yoki uning sha'ni va qadr-qimmatini muttasil ravishda kamsitish natijasida uni o'zini-o'zi o'ldirish yoki o'z-o'zini o'ldirishga suiqasd qilish darajasiga yetkazish 3 yilgacha axloq tuzatishishlar yoki 5 yilgacha ozodlikdan maxrum qilish bilan jazolanadi.

**XULOSA**

Hayot o'zi bu nima? Hayot – bu quvib-yetib bo'lmaydigan, to'xtatib qololmaydigan va hech bir inson to'ymaydigan omonatdur. Jonzotlar ichida eng oliysi bu –Xazrati INSONDIR.

“Tushkunlikka tushib o'zini o'ldirgan kishi agarda yana bir hafta yashaganida edi. Hayotdan ketishni istamasdi. ”Volter Alloh hech bir jonzotga ato etmagan buyuk aqlni, faqatgina insonga qilib yaratgan. Shu aqlni, hayotni go'zal qilishga ishlatmoq darkor. Buyuk “Qu'roni Karim” kitobida ham inson Alloh tomonidan ato etilgan umrni ezgu ishlarga sarflash va hayotning har bir daqiqasini bebaho ne'mat sifatida qadrlash zarur degan g'oyalar ifodalangan.

**FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR**

1. Umarov B.M “Bolalar va o'smirlar suitsidining yosh va ijtimoiy –psixologik xususiyatlari” Toshkent.TDPI (1999)
2. Maxmudov O.A.-“Farzandnoma”, Toshkent : G'.G'ulom nomidagi nashriyot matbaa ijodiy uyi,2020.- 352b.
3. Djumanov Sh.Z. Talabalarni kommunikativ qobiliyatlarini shakllantirish va kasbiy muomala jarayoniga tayyorlash. *Ўзбекистонда психологияни ривожлантириши муаммолари: назария ва амалиёт уйғунлиги*, 112-115.
4. Джуманов, Ш., & Холикулова, С. (2022). Талабаларда коммуникатив қобилиятларни шакллантириш имкониятлари. *Современные инновационные исследования актуальные проблемы и развитие тенденции: решения и перспективы*, 1(1), 513-515.