

**O‘SMIRLAR O‘RTASIDA ALKOGOLIZM, NARKOMANIYA VA TOKSIKOMANIYA:
PSIXOLOGIK VA IJTIMOY SABABLAR VA PROFILAKTIKA**

Tursunboyeva Ma‘mura Dostonbekovna

tursunboyevamamura336@gmail.com

Sayfutdinova Yorqinoy Yasharbekovna

yorqinoy616@gmail.com

Andijon davlat pedagogika instituti Aniq va tabiiy fanlar fakulteti.

Biologiya yo‘nalishi 301-guruh talabalari

Usmonov Dilmurod Dolimovich

Andijon davlat pedagogika instituti Biologiya va geografiya

kafedrasida katta o‘qituvchisi

Annotatsiya: *Maqolada o‘smirlar orasida keng tarqalib borayotgan alkogolizm, narkomaniya va toksikomaniya kabi ijtimoiy-patologik hodisalarning psixologik va ijtimoiy sabablari tahlil qilinadi. Shuningdek, o‘smirlik davrining psixologik xususiyatlari (o‘zini anglash muammolari, stress, qo‘zg‘atuvchanlik), shuningdek, oila, tenglar guruhi va atrof-muhit kabi ijtimoiy omillarning ushbu qaramliklarga ta‘siri ilmiy adabiyotlar asosida tahlil qilinadi. Shu muammoga bag‘ishlangan O‘zbekiston Respublikasi Prezidentining 2023-yil 11-sentabrdagi “O‘zbekiston — 2030” strategiyasi to‘g‘risida”gi PF-158-son farmoni ham ishlab chiqilgan . Bu farmonda respublikamizda giyohvandlik vositalari va psixotrop moddalarning noqonuniy aylanmasining barvaqt oldini olish, aholida ularni iste‘mol qilishga nisbatan “immunitet”ni shakllantirish orqali genofondimizga salbiy ta‘sir ko‘rsatuvchi omillarni bartaraf etishni oldiga maqsad qilgan. Bundan tashqari muammoni oldini olishning samarali usuli – oilaviy, maktab va jamoat darajasidagi profilaktika choralari haqida batafsil ma‘lumot berilgan. Maqsad, ushbu muammo haqida xabardorlikni oshirish va yosh avlodni salbiy odatlardan himoya qilish yo‘lidagi kompleks yondashuvlarni taklif etishdir.*

Abstract: *The article analyzes the psychological and social causes of socio-pathological phenomena such as alcoholism, drug addiction, and toxicomania, which are becoming widespread among adolescents. It also analyzes the psychological characteristics of adolescence (problems with self-esteem, stress, irritability), as well as the influence of social factors such as family, peer group, and environment on these addictions based on scientific literature. The Decree of the President of the Republic of Uzbekistan No. PF-158 dated September 11, 2023 "On the Strategy of Uzbekistan - 2030" was also developed to address this problem. This decree aims to eliminate factors that negatively affect our gene pool by preventing the illegal circulation of narcotic drugs and psychotropic substances in our republic at an early stage, forming "immunity" among the population to their use. In addition, detailed information is provided about effective methods of preventing the problem - preventive measures at the family, school and community levels. The goal is to*

raise awareness of this problem and offer comprehensive approaches to protecting the younger generation from negative habits.

Аннотация: В статье анализируются психологические и социальные причины таких социально-патологических явлений, как алкоголизм, наркомания и токсикомания, которые получают всё большее распространение среди подростков. На основе научной литературы анализируются психологические особенности подросткового возраста (проблемы с самооценкой, стресс, раздражительность), а также влияние социальных факторов, таких как семья, сверстники и окружающая среда, на эти зависимости. Для решения этой проблемы также разработан Указ Президента Республики Узбекистан № УФ-158 от 11 сентября 2023 года «О Стратегии развития Узбекистана до 2030 года». Данный указ направлен на устранение факторов, негативно влияющих на наш генофонд, путём раннего предотвращения незаконного оборота наркотических средств и психотропных веществ в нашей республике, формирования у населения «иммунитета» к их употреблению. Кроме того, представлена подробная информация об эффективных методах профилактики этой проблемы – профилактических мерах на уровне семьи, школы и общества. Цель – повысить осведомлённость населения об этой проблеме и предложить комплексные подходы к защите подрастающего поколения от вредных привычек.

Kalit soʻzlar: *oʻsmirlar, alkogolizm, narkomaniya, toksikomaniya, psixologik sabablar, ijtimoiy sabablar, profilaktika, oʻzini qadrlash, oila taʼsiri, tenglar bosimi.*

Keywords: *adolescents, alcoholism, drug addiction, toxicomania, psychological causes, social causes, prevention, self-esteem, family influence, peer pressure.*

Ключевые слова: *подростки, алкоголизм, наркомания, токсикомания, психологические причины, социальные причины, профилактика, самооценка, влияние семьи, давление сверстников.*

Oʻsmirlik davri inson hayotidagi eng murakkab va shu bilan birga, shaxsning shakllanishi uchun hal qiluvchi ahamiyatga ega boʻlgan davrdir. Bu davrda bolalar nafaqat jismonan, balki ruhan ham jadal oʻsish va oʻzgarishlarni boshdan kechiradilar. Ayni shu nozik vaqtda oʻsmirlar turli ijtimoiy va psixologik muammolar, shu jumladan, alkogol, giyohvand moddalar va turli xil toksik moddalarga qaramlik xavri ostida qoladilar. Butunjahon sogʻliqni saqlash tashkiloti maʼlumotlariga koʻra, har yili 13,6% 15-19 yosh oraligʻidagi oʻsmirlar giyohvandlik va alkogolizm tufayli sogʻligʻidan ayrilmoqda, ularning jismoniy va ruhiy salomatligi jiddiy zarar koʻrmoqda. Bu holat nafaqat yosh avlodning salomatligi, balki butun jamiyatning kelajagi uchun jiddiy xavf tugʻdiradi. Ushbu maqolaning maqsadi oʻsmirlar orasida keng tarqalgan ushbu qaramlik turlarining psixologik va ijtimoiy ildizlarini ilmiy faktlar asosida ochib berish va ularning oldini olishning zamonaviy va samarali profilaktika usullari haqida tizimli maʼlumot berishdan iborat[1,5].

1. Psixologik Sabablar. O'smirlik davrida shaxsning psixologik holati juda o'zgaruvchan va nozik bo'ladi. Quyidagi psixologik omillar o'smirlarni qaramlikka olib kelishi mumkin:

1.1. O'zligini anglash va o'zini qadrlash muammolari. O'smirlik davri o'zligini anglash, o'z qadriyatini aniqlash va jamiyatda o'rin topish bilan bog'liq. Agar o'smir o'zini yetarli darajada qadrlamasa, o'zini ishonchsiz, beqaror his qilsa, u bu salbiy hislardan qochish yo'li sifatida alkogol yoki giyohvand moddalarga murojaat qilishi mumkin. Bu moddalar vaqtincha o'zini yaxshi his qilish va o'ziga bo'lgan ishonchni oshirish hissini beradi.

1.2. Stress, depressiya va kayfiyatning o'zgaruvchanligi

O'smirlik davrida akademik bosim, tenglar bilan munosabatlar, kelajakka bo'lan tashvish va gormonal o'zgarishlar kuchli stress va kayfiyatning tez-tez o'zgarishiga olib keladi. Ko'pincha o'smirlar ruhiy og'riqni yengillashtirish, tashvishlardan va real hayot qiyinchiliklaridan vaqtincha qochish vositasi sifatida qaramlik qiluvchi moddalarni ishlatishadi.

1.3. Qiziquvchanlik va yangilikni sinab ko'rish istagi

Bu davrda o'smirlar chegaralarni sinab ko'rishga, yangi tajribalarga intilishadi. Bu sog'lom psixologik xususiyat bo'lishi bilan birga, "bir marta sinab ko'rsam hech nima bo'lmaydi" degan xavfli xulosa bilan giyohvand moddalar bilan tajriba o'tkazishga olib kelishi mumkin.

1.4. O'zini nazorat qila olish qobiliyatining zaiflashuvi

Miya rivojlanishi jarayonida, xususan, peshma-pesh miya qismi (prefrontal korteks) – bu qaror qabul qilish, xavfni baholash va impulslarni nazorat qilish uchun mas'ul bo'lgan so'nggi rivojlanadigan hudud. Bu o'smirlarni impulsiv va xavfli xatti-harakatlar, shu jumladan, moddalarni iste'mol qilishga moyil qiladi [2,3].

2. Ijtimoiy Sabablar

O'smir atrof-muhit bilan doimiy o'zaro aloqada bo'lib, unga ta'sir qiladi va undan ta'sirlanadi.

2.1. Oila omili

- Ota-onalarning iste'mol qilishi: Oila a'zolari, ayniqsa ota-onalarning alkogol yoki giyohvand moddalarni iste'mol qilishi bolalar uchun "norma" modeli bo'lib xizmat qiladi.

- Nazoratsizlik va kommunikatsiya yetishmovchiligi: Ota-onalar bilan o'rtasida ishonch va ochiq muloqat yo'qligi, o'smirning muammolarini uyda emas, boshqa joyda hal qilishga undaydi.

- Oila ichidagi nizolar va tartibsizlik: Oila ichidagi doimiy janjal, ajralish yoki zo'ravonlik o'smiringa psixologik og'riq olib keladi va u bu og'riqdan qochish yo'lini qidiradi.

2.2. Tengdoshlar bosimi (Peer Pressure)

Tengdoshlar guruhiga moslashish va uning tasdig'ini olish o'smirlik davridagi eng kuchli ehtiyojlardan biridir. "Haqiqiy erkak" yoki "dangasa bo'lmaslik" kabi stereotiplar, shuningdek, guruh tomonidan rad etilish qo'rquvi o'smirlarni guruh bilan birga ichish yoki giyohvand modda ishlatishga majburlashi mumkin.

2.3. Ijtimoiy media va madaniyat ta'siri

Internet va ijtimoiy tarmoqlarda giyohvandlik va alkogolni romantizatsiya qiluvchi, uni "zavqli" va "qiyin" hayotdan qochish vositasi sifatida ko'rsatuvchi kontent keng tarqalgan. Ayrim musiqiy videolar va filmlar ham bu odatni "moda" qilishi mumkin.

2.4. Iqtisodiy va ijtimoiy muht

Qashshoqlik, ta'lim imkoniyatlarining cheklanganligi va kelajakka bo'lgan ishonchsizlik tuyg'usi o'smirlarda umidsizlik hissini kuchaytirib, real hayotdan vaqtincha qochishga intilishga olib keladi[3,4].

3. Profilaktika (oldini olish choralari)

Muammoning murakkabligi uni bartaraf etishda kompleks yondashuvni talab qiladi.

3.1. Oila darajasidagi profilaktika

Erta ta'lim va ochiq muloqat: ota-onalar bolalari bilan iste'mol qilish xavflari haqida erda yoshdan boshlab ochiq va ishonchli muhitda gaplashishlari kerak.

- Sog'lom oila muhiti: bolaga qarash va ular bilan bog'liqlik hissini beradigan, qoida va chegaralari aniq bo'lgan muhit yaratish.

- Shaxsiy misol: ota-onalarning o'zlari sog'lom turmush tarzini namuna sifatida ko'rsatishlari zarur.

3.2. Ta'lim muassasalari darajasidagi profilaktika

- Maxsus dasturlarni joriy etish: "Hayot ko'nikmalari" (life skills) asosida tuzilgan dasturlar orqali o'smirlarga stressni boshqarish, qaror qabul qilish, tanqidiy fikrlash va tenglar bosimiga qarshilik ko'rsatish ko'nikmalarini o'rgatish.

- Psixologik yordam xizmati: maktablarda ishlaydigan maktab psixologlarining faol faoliyati, shaxsiy muammolar bilan bog'liq maslahat berish. Atmosferani yaxshilash: O'quvchilarning o'ziga xos qobiliyat va iste'dodlarini namoyon etishlari uchun imkoniyatlar yaratish (sport, san'at, texnologiya).

3.3. Jamiyat va davlat darajasidagi profilaktika

Qonunchilikni qattiqlashtirish: noto'g'ri yo'l bilan alkogol va giyohvand moddalarni sotishga, shuningdek, reklama qilishga qarshi qat'iy choralar ko'rish.

- Ommaviy axborot vositalarining roli: salbiy stereotiplarni yo'q qilish va sog'lom turmush tarzini targ'ib qilishda OAVning faol ishtiroki.

- Yordam xizmatlarini rivojlantirish: o'smirlar va ularning ota-onalari uchun maslahat markazlari, issiq liniyalar va rehabilitatsiya markazlarini tashkil etish va ular haqida keng jamoatchilikni xabardor qilish.

O'zbekiston Respublikasida giyohvandlik vositalari va psixotrop moddalarning noqonuniy aylanmasiga chek qo'yish orqali ularning aholi salomatligi va mamlakatimiz genofondiga salbiy ta'sirini bartaraf etish strategik chora-tadbirlari to'g'risida mamlakatimizda amalga oshirilayotgan keng ko'lamli islohotlar doirasida aholi orasida sog'lom turmush tarzini targ'ib qilish, ularning giyohvandlik vositalari va psixotrop moddalarga nisbatan qarshi immunitetni shakllantirish, shuningdek, inson salomatligini ta'minlashga qaratilgan ishlarga alohida e'tibor qaratilmoqda.

Shu bilan birga, soʻnggi yillarda yangi turdagi sintetik giyohvandlik vositalari va kuchli taʼsir qiluvchi moddalar paydo boʻlayotganligi, ular inson omilisiz internetning ijtimoiy tarmoqlaridan foydalangan holda aholi, ayniqsa yoshlar orasida oson tarqatilayotganligi masʼul davlat tuzilmalarining bu boradagi faoliyatini “Barcha saʼy-harakatlar inson qadri uchun” degan ustuvor gʻoya asosida sifat jihatidan yangi bosqichga olib chiqish zarurligini taqozo etmoqda.

Oʻzbekiston Respublikasi Prezidentining 2023-yil 11-sentabrdagi “Oʻzbekiston — 2030” strategiyasi toʻgʻrisida”gi PF-158-son farmonining ustuvor maqsadlariga erishish, shuningdek, respublikamizda giyohvandlik vositalari va psixotrop moddalarning noqonuniy aylanmasining barvaqt oldini olish, aholida ularni isteʼmol qilishga nisbatan “immunitet”ni shakllantirish orqali genofondimizga salbiy taʼsir koʻrsatuvchi omillarni bartaraf etish, giyohvandlikka chalingan bemorlarni jahon tajribasidan kelib chiqib, tibbiy-davolanish tizimini tashkil etish sohadagi davlat siyosatining istiqbolli yoʻnalishlarini qoʻllashdan iborat.

1-Maqsad: aholida giyohvandlikka qarshi immunitetni shakllantirish

Aholi, ayniqsa, yoshlarda giyohvandlikka qarshi immunitetni shakllantirishga qaratilgan taʼsirchan choralar kompleksini amalga oshirish.

1. Televideniye efir vaqtining (Praym taym) ijtimoiy reklamalar uchun moʻljallangan qismida giyohvandlik vositalari, ularning analoglari, psixotrop va kuchli taʼsir qiluvchi moddalar1 isteʼmoli va ularning noqonuniy muomalasining salbiy oqibatlari, shuningdek, aholiga narkologik yordam koʻrsatish tizimidagi imkoniyatlarni yoritish;

2. Aholi doimiy ravishda sogʻlom turmush tarziga rioya etishlari uchun har bir mahalla va taʼlim muassasalarida ommaviy va oilaviy sport tadbirlarini oʻtkazish;

3. Giyohvandlikning inson maʼnaviyati va sogʻligʻiga zarari toʻgʻrisida aholining ogohligini oshirishda turli din va konfessiya vakillari imkoniyatlaridan foydalanish amaliyotini yoʻlga qoʻyish.

Giyohvandlikka qarshi kurashishda taʼlim muassasalarining rolini kuchaytirish.

Vazirlik, idora va tashkilotlar tizimidagi malaka oshirish va qayta tayyorlash markazlarining oʻquv dasturlariga giyohvandlik va narkojinoyatlarga qarshi kurashishga qaratilgan mavzularni kiritish;

2. Oliy taʼlim muassasalarining teatr jamoalari tomonidan giyohvandlik va narkojinoyatlarga qarshi kurashishga qaratilgan spektakllarni yaratish hajmini oshirish;

Ijtimoiy himoya yagona reyestri va ijtimoiy daftarlarga kiruvchi oila farzandlarining boʻsh vaqtlarini mazmunli tashkil etish uchun sport seksiyalari, “Barkamol avlod” bolalar maktablari, musiqa va sanʼat maktablaridagi toʻgaraklarga bepul qatnashish amaliyotini yoʻlga qoʻyish;

Umumtaʼlim maktablari oʻqituvchilari uchun giyohvandlik va narkojinoyatlarning salbiy oqibatlarini yoritish metodikalarini oʻrgatuvchi qoʻllanmalar (koʻrgazmali materiallar)ni ishlab chiqish;

2-Maqsad: giyohvandlik va narkojinoyatlarning oldini olishga qaratilgan sifat jihatidan yangi mexanizmlarni belgilash.

Giyohvandlik vositalari respublika hududiga noqonuniy kirib kelishining sabab-omillarini aniqlash va ularga barham berish borasidagi choralarni kuchaytirish.

Dunyo va mintaqada yuzaga kelayotgan narkovaziyatning respublikaga ta'sirini tahlil qilish orqali oldini olishga qaratilgan yillik manzilli chora-tadbirlarni belgilab borish amaliyotini yo'lga qo'yish;

Narkotiklarni nazorat qilish xalqaro qo'mitasi tavsiyasiga asosan giyohvandlik vositalari va prekursorlarning yangi xurujlariga qarshi tezkor choralar kompleksini belgilash;

Giyohvandlik vositalari noqonuniy kirib kelishining (kontrabanda) asosiy yo'nalishlarini aniqlash va bu borada idoralararo yillik maxsus va tashkiliy tezkor profilaktik tadbirlar kompleksini tasdiqlash hamda ijroga qaratish;

Giyohvandlik vositalarini tezkor aniqlash yo'nalishida dunyoda tan olingan maxsus texnik vositalarni ishlab chiqarishni mahalliyashtirish, texnik qo'llab-quvvatlash va xizmat ko'rsatishni tashkil etish;

Internet tarmoqlarida sodir etilgan narkojinoyatlarni aniqlashga ixtisoslashgan malakali mutaxassislarni tayyorlash amaliyotini yo'lga qo'yish;

Xalqaro pochta jo'natmalari orqali giyohvandlik vositalari kirib kelishining oldini olish maqsadida pochta muassasalarining moddiy-texnik bazasini takomillashtirish;

Narkojinoyatlar xavfi yuqori bo'lgan yo'nalishlarni darajalarga tasniflash metodikasini ishlab chiqish orqali huquq-tartibot organlari kuch va vositalarini qayta taqsimlash bo'yicha amaliy choralarni belgilash (narkojinoyatlar xavfi yuqori bo'lgan hududlarga aniqlik kiritish) [6,7].

O'smirlar orasidagi alkogolizm, narkomaniya va toksikomaniya – bu faqat tibbiy emas, balki chuqur psixologik va ijtimoiy ildizlarga ega bo'lgan muammodir. Uni hal qilish faqat jinoyatchilarni jazolash bilan emas, balki profilaktikani tizimli va uzluksiz tarzda olib borish bilan mumkin. Oila, maktab, mahalla va davlatning birgalikdagi sa'y-harakatlari, yosh avlodni bu og'ir falokatdan himoya qilish va ularga sog'lom, maqsadga muvofiq rivojlanish imkoniyatini yaratishning asosiy kalitidir. Masalan O'zbekiston Respublikasi Prezidentining 2023-yil 11-sentabrdagi "O'zbekiston — 2030" strategiyasi to'g'risida"gi PF-158-son farmoni bunga yaqqol misol bo'la oladi. Bu farmonda respublikamizda giyohvandlik vositalari va psixotrop moddalarning noqonuniy aylanmasining barvaqt oldini olish, aholida ularni iste'mol qilishga nisbatan "immunitet"ni shakllantirish orqali genofondimizga salbiy ta'sir ko'rsatuvchi omillarni bartaraf etishni oldiga maqsad qilgan hisoblanadi.[1,3,4,7].

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR RO'YXATI:

1. Hawkins, J. D., Catalano, R. F., & Miller, J. Y. (1992). Risk and protective factors for alcohol and other drug problems in adolescence and early adulthood: Implications for substance abuse prevention. *Psychological Bulletin*, 112(1), 64–105.

2. O'zbekiston Respublikasi "Narkotik moddalar va psixotrop moddalar muomalasining qonuniyligini ta'minlash to'g'risida"gi Qonuni.

3. Botvin, G. J., & Griffin, K. W. (2004). Life skills training: Empirical findings and future directions. *Journal of Primary Prevention*, 25(2), 211–232.

4. Sventons, E. (2019). *The Teenage Brain: A Neuroscientist's Survival Guide to Raising Adolescents and Young Adults*. HarperCollins.

5. O‘zbekiston Respublikasi Sog‘liqni saqlash vazirligi. "O‘smirlar salomatligi" milliy dasturi ma‘lumotlari.

6. O‘zbekiston Respublikasi Prezidentining Farmoni, 06.05.2024 yildagi PF-73-son Kuchga kirish sanasi 07.05.2024

7. 4-band “b” kichik bandining birinchi xatboshisi O‘zbekiston Respublikasi Prezidentining 2025-yil 3-noyabrdagi PF-207-sonli Farmoni tahririda — Qonunchilik ma‘lumotlari milliy bazasi, 08.11.2025-y., 06/25/207/1023-son)