

SUITSIDAL XULQ MUAMMOSINING O'ZBEKISTONDA O'RGANILISH HOLATI VA O'SMIRLAR MASALASIGA YONDASHUV

Murodova Nilufar Anvar qizi

O'zbekiston Milliy universiteti Jizzax filiali 2-bosqich magistranti

Murodovanilufar556@gmail.com

Annotatsiya: *Mazkur maqolada O'zbekiston sharoitida suitsidal xulq-atvor muammosining shakllanishi, ilmiy o'rganilish bosqichlari va nazariy-metodologik yondashuvlari kompleks tarzda tahlil qilinadi. Suitsid hodisasi individual psixopatologiya sifatida emas, balki shaxs-oila-jamiyat tizimida yuzaga keluvchi inqirozli jarayonning ekstremal natijasi sifatida talqin etiladi.*

Kalit so'zlar: *suitsidal xulq-atvor, o'smirlar suitsidi, affektiv-vaziyatli yondashuv, oilaviy munosabatlar, emotsional regulatsiya, impulsivlik, kognitiv distorsiya, psixologik profilaktika, ijtimoiy qo'llab-quvvatlash, milliy kontekst.*

СОСТОЯНИЕ ИССЛЕДОВАНИЙ ПРОБЛЕМЫ СУИЦИДАЛЬНОГО ПОВЕДЕНИЯ В УЗБЕКИСТАНЕ И ПОДХОД К РЕШЕНИЮ ЭТОЙ ПРОБЛЕМЫ СРЕДИ ПОДРОСТКОВ.

Аннотация: *В данной статье всесторонне анализируется формирование проблемы суицидального поведения в Узбекистане, этапы научного исследования и теоретико-методологические подходы. Феномен самоубийства рассматривается не как индивидуальная психопатология, а как крайний результат кризисного процесса, происходящего в системе «индивид-семья-общество».*

Ключевые слова: *суицидальное поведение, подростковое самоубийство, аффективно-ситуационный подход, семейные отношения, эмоциональная регуляция, импульсивность, когнитивные искажения, психологическая профилактика, социальная поддержка, национальный контекст.*

THE STATE OF RESEARCH ON THE PROBLEM OF SUICIDAL BEHAVIOR IN UZBEKISTAN AND THE APPROACH TO THE ISSUE OF ADOLESCENTS

Abstract: *This article comprehensively analyzes the formation of the problem of suicidal behavior in Uzbekistan, the stages of scientific research and theoretical and methodological approaches. The phenomenon of suicide is interpreted not as an individual psychopathology, but as an extreme result of a crisis process occurring in the individual-family-society system.*

Keywords: *suicidal behavior, adolescent suicide, affective-situational approach, family relationships, emotional regulation, impulsivity, cognitive distortion, psychological prevention, social support, national context.*

O'zbekistonda suitsidal xulq-atvor muammosini ilmiy jihatdan o'rganish zarurati jamiyatda kechayotgan ijtimoiy o'zgarishlar, oilaviy munosabatlarning transformatsiyasi va shaxs ruhiy barqarorligiga ta'sir etuvchi omillarning murakkablashuvi bilan bevosita bog'liq holda yuzaga kelgan. Milliy kontekstda suitsid hodisasi individual patologiya sifatida emas, balki shaxs-oila-jamiyat tizimida yuzaga keladigan inqirozli jarayonning ekstremal natijasi sifatida namoyon bo'ladi.

Mazkur muammoni tizimli o'rganishga bo'lgan ilk ilmiy urinishlar 1980-yillarning oxiriga to'g'ri keladi. Aynan shu davrda O'zbekistonda ayollar orasida uchrayotgan o'zini o'zi yoqish holatlari jamoatchilik va ilmiy doiralarda jiddiy tashvish uyg'otdi. Ushbu holatlar shunchaki statistik ko'rsatkich emas, balki yashirin oilaviy zo'ravonlik, ijtimoiy bosim, gender tengsizlik va psixologik himoyasizlik bilan bog'liq murakkab ijtimoiy-psixologik signal sifatida talqin qilina boshlandi. Shu asosda Nizomiy nomidagi Toshkent davlat pedagogika institutida tashkil etilgan ilmiy tadqiqotlar doirasida suitsid hodisasining milliy xususiyatlari tahlil qilindi. Tadqiqotlarda ayollarning suitsidal xulqi ko'pincha ochiq agressiya emas, balki ichki norozilik, umidsizlik va ijtimoiy "chiqish yo'li" yo'qligi bilan bog'liq ekanligi aniqlandi. Bu holat O'zbekiston jamiyatida ayollarning emotsiyalarni ochiq ifodalash imkoniyatlari cheklanganligi bilan izohlanadi.

1990-yillarning o'rtalariga kelib, ilmiy izlanishlar yo'nalishi sezilarli darajada kengaydi. Suitsid alohida hodisa sifatida emas, balki shaxs inqirozining yakuniy bosqichi sifatida ko'rib chiqila boshlandi. Ushbu yondashuv suitsidal xatti-harakatdan avval yuzaga keladigan psixologik holatlar — uzoq davom etuvchi stress, oilaviy nizolar, ijtimoiy qo'llab-quvvatlashning yetishmasligi va o'z qadrini past baholashni markaziy tahlil obyektiga aylantirdi. O'zbekistonda shakllangan ilmiy tajribaning muhim jihati shundaki, suitsidal xavf ko'pincha oila ichidagi munosabatlar sifati bilan bevosita bog'liq. Tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, haddan tashqari avtoritar tarbiya, adolatsiz jazolash, doimiy tanqid va hissiy sovuqlik o'smirlar va ayollar orasida suitsidal fikrlarning shakllanishiga qulay psixologik zamin yaratadi. Bu holat milliy mentalitetda oilaning markaziy o'rni mavjudligi bilan yanada kuchayadi: oila qo'llab-quvvatlovchi manba bo'lish o'rniga stress manbaiga aylanganda, shaxs o'zini mutlaqo himoyasiz his qiladi. 1998 yilda tashkil etilgan Oila ilmiy-amaliy markazi faoliyati O'zbekistonda suitsid profilaktikasini yangi bosqichga olib chiqdi. Markaz faoliyati faqat ilmiy tahlil bilan cheklanmay, balki amaliy yo'nalishga ega bo'lib, oilaviy maslahat, psixologik reabilitatsiya va aholining psixologik savodxonligini oshirishga qaratildi.[5] Bu yondashuv suitsidning oldini olish faqat shaxs bilan emas, balki uning yaqin ijtimoiy muhitini sog'lomlashtirish orqali amalga oshirilishi mumkinligini ko'rsatdi. Milliy tajribada yana bir muhim jihat — erkaklar va ayollar orasida suitsidal xulqning namoyon bo'lish shakllaridagi farqlardir. Erkaklar orasida ko'proq tashqi agressiyaga yo'naltirilgan usullar uchrasa, ayollarda suitsid ko'pincha uzoq davom etgan ruhiy bosim va "chiqish yo'li yo'qligi" hissi bilan bog'liq holda namoyon bo'ladi. Bu farqlar ijtimoiy rollar, mas'uliyat yuklanishi va muammolarni ifodalash madaniyati bilan izohlanadi.

A.G. Ambrumova ilmiy maktabi doirasida amalga oshirilgan tadqiqotlarda o'smirlar suitsidal xulq-atvori, asosan, affektiv-reaktiv mexanizm orqali izohlanadi. Ushbu yondashuvda suitsidal urinishning yuzaga kelishida vaziyatning psixologik jihatdan o'tkir va subyektiv ravishda chidab bo'lmas tarzda idrok etilishi markaziy o'rin egallaydi.[1] O'smirlik davriga xos emotsional labillik va impulsivlik oilaviy nizolar, tengdoshlar bilan ziddiyatlar yoki shaxsiy qadr-qimmatga putur yetkazuvchi holatlar fonida affektiv portlashni keltirib chiqaradi. Natijada suitsidal urinish ongli va uzoq muddatli rejalashtirilgan qarordan ko'ra, vaziyatga nisbatan tezkor va reaktiv javob sifatida namoyon bo'ladi. Ushbu konsepsiya suitsidni psixopatologik hodisa emas, balki normativ rivojlanish jarayonida yuzaga keluvchi inqirozli reaksiya sifatida talqin qilishi bilan ahamiyatlidir. Mazkur affektiv-vaziyatli yondashuv O'zbekiston sharoitida olib borilgan empirik tadqiqotlarda ham o'z tasdig'ini topgan. Mahalliy ma'lumotlarga ko'ra, o'smirlar suitsidal urinishlarida impulsivlik, vaziyatni mutlaq va alternativsiz tarzda baholash ("bundan boshqa yo'l yo'q") hamda vaqt istiqbolining keskin torayishi yetakchi psixologik omillar sifatida namoyon bo'ladi. Bu holat affektiv reaksiya mexanizmlarining o'smirlik davri uchun universal xususiyatga ega ekanligini ko'rsatadi.

Bundan farqli ravishda, B.M. Umarov va S.A. Axundjanova tomonidan olib borilgan tadqiqotlarda suitsidal xulq affektiv portlashning bevosita natijasi sifatida emas, balki shaxsning uzoq muddatli ijtimoiy va psixologik tajribasi bilan bog'liq jarayon sifatida tahlil qilinadi. Ushbu yondashuvda o'smirning o'z-o'zini baholash tizimi, ota-ona bilan emotsional aloqaning sifati hamda tarbiya uslubining psixologik oqibatlari asosiy determinantlar sifatida ko'riladi. Suitsidal fikrlar bu yerda bir zumda paydo bo'ladigan holat emas, balki doimiy tanqid, adolatsiz jazolash, e'tiborsizlik va hissiy sovuqlik ta'sirida bosqichma-bosqich shakllanuvchi ichki jarayon sifatida tavsiflanadi.[2]

Mazkur yondashuv doirasida "eshitilmaslik" va "tushunilmaslik" kechinmalari o'smirda ijtimoiy ajralish va yolg'izlik hissini kuchaytiruvchi asosiy psixologik omillar sifatida ajratib ko'rsatiladi. Agar affektiv-vaziyatli modelda asosiy xavf vaziyatning keskinligida namoyon bo'lsa, bu yondashuvda suitsidal xavf uzoq davom etuvchi munosabatlar disfunktsiyasi bilan bog'liq holda yuzaga keladi. Shu sababli ushbu konsepsiya profilaktik ishlarning asosiy yo'nalishi sifatida oilaviy psixokorreksiya va ota-onalar bilan tizimli ishlash zarurligini ilmiy jihatdan asoslaydi.

Z.R. Qodirova tomonidan olib borilgan tadqiqotlarda esa o'smirlar suitsidal xulqining kognitiv mexanizmlariga alohida e'tibor qaratiladi. Ushbu yondashuvda kelajakni faqat salbiy rangda idrok etish, vaziyatni umumlashtirib baholash ("hammasi baribir yomon tugaydi"), sabab-oqibat aloqalarini soddalashtirish kabi kognitiv xatolar suitsidal xavfni kuchaytiruvchi omillar sifatida ko'rsatiladi.[3] Bu holat emotsional portlashdan ko'ra, fikrlash jarayonining torayishi va rigidlashuvi bilan izohlanadi. Shunday qilib, affektiv yondashuvda emotsiya yetakchi bo'lsa, kognitiv konsepsiyada fikrlashdagi distorsiya markaziy o'rin egallaydi.

Tibbiy-psixologik nuqtai nazardan N.M. Xodjaeva tadqiqotlari o'smirlar suitsidal xulqini klinik chegarada tahlil qilishga yo'naltirilgan.[4] Ushbu izlanishlarda o'smirlar orasida suitsidal urinishlar har doim ham aniq klinik depressiya mezonlariga mos

kelmasligi, ya'ni diagnostik belgilar yetarli darajada namoyon bo'lmasligi ta'kidlanadi. Shu bois suitsidal xavfni baholashda faqat simptomatik tashxisga tayanish yetarli emasligi, balki xulq-atvor, emotsional fon va ijtimoiy moslashuvdagi o'zgarishlarni kompleks tarzda tahlil qilish zarurligi asoslanadi. Bu yondashuv klinik va ijtimoiy-psixologik qarashlarni integratsiyalovchi muhim metodologik asosni shakllantiradi.

Mahalliy empirik kuzatuvlar yuqorida bayon etilgan yondashuvlarni to'ldirgan holda, O'zbekiston sharoitida o'smirlar suitsidal xulqi ko'pincha namoyishkorona yoki affektiv xarakterga ega ekanligini ko'rsatadi. Bunday holatlar aksariyat hollarda real o'lim istagidan ko'ra, yordamga bo'lgan keskin ehtiyoj, e'tibor jalb etish va ichki psixologik bosimni kamaytirishga qaratilgan bo'ladi. Shu bilan birga, namoyishkorona suitsidal urinishlar keyinchalik haqiqiy suitsid xavfini oshiruvchi muhim omil sifatida baholanadi. O'smirlar suitsidal xulq-atvorini o'rganishda affektiv-vaziyatli, oilaviy-shaxsiy, kognitiv hamda klinik yondashuvlarning har biri muammoning muayyan jihatlarini ochib beradi. Ushbu konseptual yondashuvlarning integratsiyasi o'smirlar suitsidining oldini olishda kompleks, bosqichma-bosqich va individual yo'naltirilgan psixologik yordam tizimini shakllantirish zarurligini ilmiy jihatdan asoslaydi. O'smirlar suitsidal xulq-atvorini izohlashda shaxsning emotsional regulatsiya tizimi alohida tahliliy ahamiyat kasb etadi. O'smirlik davrida emotsiyalarni boshqarish mexanizmlari hali yetarlicha shakllanmagan bo'lib, kuchli affektlar paytida kognitiv nazorat susayadi. Natijada o'smirlar vaziyatni muqobil yechimlar doirasida emas, balki "hammasi yoki hech narsa" prinsipi asosida baholashga moyil bo'ladilar. Bunday emotsional torayish suitsidal fikrlarning paydo bo'lishi va tezkor urinishlarga o'tish ehtimolini oshiradi.

Mazkur jarayonda impulsivlik o'smirlar suitsidal xulqining muhim psixologik mexanizmlaridan biri sifatida namoyon bo'ladi. Impulsiv reaksiya ko'pincha oldindan rejalashtirilmagan bo'lib, qisqa vaqt oralig'ida yuzaga keladi va vaziyat oqibatlarini baholash imkoniyatini cheklaydi. Shu sababli o'smirlar orasida suitsidal urinishlar ko'pincha affektiv holat cho'qqisida, tashqi nazoratning vaqtincha yo'qolishi fonida sodir bo'ladi. Bu holat o'smirlik davrida prefrontal nazorat mexanizmlarining hali to'liq yetilmaganligi bilan izohlanadi. Shuningdek, o'smirlar suitsidal xulq-atvorini shakllantirishda kommunikativ kompetensiyaning pastligi ham muhim omil sifatida ajralib turadi. Ko'plab empirik kuzatuvlarga ko'ra, suitsidal xavfi yuqori bo'lgan o'smirlar o'z muammolari va ichki kechinmalarini so'z orqali ifodalashda qiyinchilikka duch keladilar. Hissiyotlarni verbalizatsiya qilish imkoniyatining cheklanganligi emotsional zo'riqishni ichki bosim sifatida jamlanishiga olib keladi va autoagressiv xatti-harakatlar orqali "chiqish" yo'lini shakllantiradi.

O'zbekiston sharoitida bu holat madaniy omillar bilan ham kuchayadi. O'smirlardan "sabirli bo'lish", "katta gapirmaslik", "o'z muammosini ichida saqlash" kutilishi ularning psixologik yordamga murojaat qilish ehtimolini pasaytiradi. Natijada suitsidal fikrlar uzoq vaqt davomida yashirin shaklda saqlanib, faqat keskin affektiv vaziyatlarda ochiq xatti-harakatga aylanadi. Shu jihatdan, suitsidal urinishlar ko'pincha kutilmagan va atrofdagilar uchun tushunarsiz bo'lib ko'rinadi. O'smirlar suitsidal xulq-atvorida identifikatsiya jarayonidagi uzilishlar ham muhim rol o'ynaydi. O'smir o'zini

muayyan ijtimoiy guruhga tegishli his qila olmaganda, o'zining ahamiyatini shubha ostiga qo'yadi. Bu holat ayniqsa maktab jamoasida rad etilish, tengdoshlar tomonidan masxara qilinish yoki ijtimoiy taqqoslashning salbiy natijalari fonida kuchayadi. O'zini "keraksiz" yoki "ortiqcha" deb his etish suitsidal fikrlarning shakllanishida kuchli psixologik determinantga aylanadi.

Suitsidal xulqning yana bir muhim jihati — o'smirlar uchun xos bo'lgan ambivalentlikdir. Ko'plab hollarda o'smir bir vaqtning o'zida ham yashashni istaydi, ham og'riqli vaziyatdan qutulishni xohlaydi. Ushbu ichki qarama-qarshilik suitsidal urinishlarning namoyishkorona yoki noaniq xarakter kasb etishiga olib keladi. Biroq ambivalentlik suitsidal xavfni kamaytirmaydi, aksincha, vaziyat to'g'ri baholanmasa, real suitsid ehtimolini oshiruvchi omil sifatida namoyon bo'ladi.

Profilaktika nuqtai nazaridan, yuqorida qayd etilgan mexanizmlar o'smirlar bilan olib boriladigan psixologik ishlarning mazmunini aniqlab beradi. Suitsidal xavfni kamaytirishda faqat krizisga javob berish emas, balki emotsional regulyatsiya ko'nikmalarini rivojlantirish, kommunikativ malakalarni mustahkamlash, muammoli vaziyatlarda muqobil yechimlarni ko'ra olish qobiliyatini shakllantirish muhim hisoblanadi. Ayniqsa, o'smirda vaqt istiqbolini kengaytirish va kelajakni qayta konstruktsiya qilishga qaratilgan psixologik yordam suitsidal fikrlarning barqarorlashib qolishining oldini oladi.

Xulosa. Yuqorida bayon etilgan nazariy va empirik yondashuvlarning davomiy tahlili shuni ko'rsatadiki, o'smirlar suitsidal xulq-atvori bir martalik hodisa emas, balki emotsional, kognitiv va ijtimoiy jarayonlarning murakkab o'zaro ta'siri natijasidir. Ushbu jarayonlarni tizimli tarzda tushunish o'smirlar suitsidining oldini olishga qaratilgan ilmiy asoslangan, ko'p bosqichli va madaniy jihatdan mos psixologik-pedagogik dasturlarni ishlab chiqish uchun mustahkam nazariy poydevor yaratadi.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR RO'YXATI:

1. Амбрумова А.Г. Суицидальное поведение личности: психологические аспекты. — М.: МГУ, 1985.
2. Умаров Б.М., Ахунджанова С.А. Ўсмирлар хулқ-атворидаги девиация ва суицид муаммолари. — Тошкент: Фан, 2002.
3. Қодирова З.Р. Ўсмирлар суицидал хулқ-атворининг когнитив омиллари. — Тошкент: Ўқитувчи, 2010.
4. Ходжаева Н.М. Ўсмирларда суицидал хавф: клиник ва психологик ёндашув. — Тошкент: Медицина, 2014.
5. Оила илмий-амалий маркази. Оилавий муносабатлар ва психологик хавф омиллари. — Тошкент, 2000.
6. World Health Organization. Preventing suicide: A global imperative. — Geneva: WHO, 2014.