

SUITSID KELIB CHIQISH SABABLARI VA PROFILAKTIKASI

Mamadaliyeva Sevara Rustamaliyevna

*Namangan viloyati Pop tumani Maktabgacha va maktab ta'limi bo'limiga
qarashli 69-sonli umumta'lim maktabi amaliyotchi psixologi*

***Annotatsiya:** mazkur maqolada suidsid, suidsid turlari va suidsidal holatlarni oldini olishdagi muammolar hamda ularni bartaraf etish yo'llari haqida fikr va mulohazalar keltirib o'tilgan.*

***Kalit so'zlar:** suidsit, suidsit turlari, suidsir davrlari, suidsidal holatlarni oldini olishdagi muammolar, ijobiy yechim, ota-ona ko'magi, pedagogik-psixologik tavsiyalar, maktab bitiruvchisi.*

O'z joniga bilib turib qasd qilishga suidsid (*lot. sui caedere – o'zini o'ldirmoq*) deb aytiladi. Suitsid barcha davlatlarda global ijtimoiy-psixologik muammoga aylangan. Ayniqsa, uning bolalar va o'smirlar orasida ko'p uchrayotgani jamoatchilikni qattiq xavotirga solmoqda. O'z joniga qasd qilishga uringan, biroq tirik qolganlarga nisbatan "*suitsidga urinish*" iborasi qo'llaniladi. Suitsidga urinish suidsidga qaraganda 20 barobar ko'p uchraydi.

Dunyo bo'ylab har yili 1 mln. odam suidsid orqali hayotdan ko'z yumadi (JSST, 2016 yil). Bu ko'rsatkich 100 000 aholiga o'rtacha 16 kishini tashkil qiladi. Dunyo miqyosida suidsid bo'yicha eng oldinda borayotgan davlatlar – Rossiya (26,5), Litva (25,7) va Qozog'iston (22,8). Taqqoslash uchun Janubiy Koreyada 20,2, Belgiyada 15,7, Yaponiyada 14,3, AQShda 13,7, Frantsiyada 12,1, Shveysariyada 11,3, Germaniyada 9,1, Isroilda 5,2 suidsid kuzatiladi. Ushbu ko'rsatkichlar har yili o'zgarib turadi. Masalan, 2012 yili Janubiy Koreyada suidsid darajasi 28,9 ni tashkil qilgan. E'tibor qilinadigan bo'lsa, darajasi yuqori bo'lgan davlatlarda suidsid sodir etilishi ham yuqori bo'lib qolmoqda.

Musulmon davlatlarida suidsid darajasi ancha past (Qozig'iston bundan istisno). Masalan, 100 000 aholiga Qirg'izistonda 9,1; O'zbekistonda 7,4; Turkiyada 7,2; Turkmanistonda 7,2; Baxreynda 5,7; Saudiya Arabistonida 3,4; Tojikistonda 3,3;

Birlashgan Arab Amirliklarida 2,7; Ozarbayjonda 2,6; Quveytda 2,2 suitsid ro'y beradi (JSST, 2016 yil). Yillab urush girdobida qolgan davlatlarda suitsid kam uchrashi e'tiborni tortadi. Masalan, Afg'onistonda bu ko'rsatkich 6,4; Iroqda 4,1; Livanda 3,2; Suriyada 2,4 ga teng. Karib dengizi davlatlari va Bagam orollarida suitsid juda kam uchraydi.

Suitsidologlar fikricha, ushbu ko'rsatkichlar turli davlatlarda rasmiy statistikada ko'rsatilgan ma'lumotlardan ancha yuqori bo'lishi mumkin. Chunki baxtsiz hodisa bilan suitsidni har doim ham farqlash oson emas va ba'zi davlatlarda suitsidning haqiqiy ko'rsatkichi yashiriladi.

Inson hayotida suitsid ko'p uchraydigan davrlarni shartli ravishda 3 ga bo'lish mumkin: 1-davr – 14–24 yosh; 2-davr – 35–55 yosh; 3-davr – 70–80 yosh oralig'i. Birinchi davrda "Men" ongi shakllanishi bilan bog'liq muammolar suitsidga asosiy sabab bo'lsa, ikkinchi davrda ish bilan bog'liq muvaffaqiyatsizlik va oilaviy mojarolar, uchinchi davrda esa yolg'izlik va kasallik bilan bog'liq tashvishlar asosiy omil sifatida ko'rsatiladi. Suitsid o'rta yoshga qaraganda o'smirlik va keksalik davrlarida ko'p uchraydi.

O'smirlik davrida, ya'ni 14-19 yosh oralig'ida suitsid sodir etish ehtimoli yuqori bo'ladi. Bunda "Men" ongi shakllanishi bilan bog'liq krizis holatlarni alohida ko'rsatib o'tish lozim. Xulq-atvordagi tajovuzkorlik, hissiy portlashlar, ota-ona bilan kelishmaslik va sevgi-muhabbatda muvaffaqiyatsizliklar suitsidga turtki bo'luvchi asosiy omillardir. Bularning negizida, albatta, neyroqumoral holatlar, disgormonal o'zgarishlar va erta namoyon bo'luvchi psixopatizatsiya yotadi. Bu davrda giyohvandlikka ruju qo'yishni ham alohida ko'rsatib o'tish lozim. O'smirlik davrida fanatizmning har qanday ko'rinishi ham suitsidga undovchi xatarli omil bo'lib xizmat qilishi mumkin. Masalan, futbol jamoasining yutqazib qo'yishi ba'zan fanat o'smirning suitsid sodir etishiga sabab bo'ladi. O'smirlar orasida suitsid ko'p uchrashi aksariyat hollarda oilada isterik tipdagi shaxs voyaga etayotgani bilan bog'liq. Nima uchun to'q oila farzandlari suitsidga ko'proq qo'l urishadi? Uning negizida qanday omillar yotadi? Bolalik davridanoq farzandni mehrga burkab o'stirish yaxshi. Biroq uni parallel tarzda mehnat va mas'uliyatga o'rgatib bormaslik

oqibatida bola ulg'aygan sayin ota-onadan mehrni yana va yana istayveradi. Biroq 3-5 yoshligidan mehnatga o'rgatilmagan bola 12-15 yoshdan so'ng uning uchun yot bo'lgan faoliyat turiga, ya'ni mehnatga qo'l urgisi kelmay qoladi. Buning oqibatida, tabiiyki, ota-ona bilan farzand o'rtasida nizo paydo bo'ladi. Mehnat nimaligini bilmay ulg'aygan bola, unga mehr nimaga berilayotganini ham anglab etmaydi. U farzandlik burchini unutib qo'yadi. Bunday bola ota-onaga xuddi shu tarzda javob qaytara olmaydi. Farzandning ong ostiga ota-onaga nisbatan "Faqat ular menga e'tibor qaratishi kerak, men emas" degan aqida o'tirib qoladi. Natijada ota-ona o'zi bilmagan va xohlamagan holda isterik va egoist shaxsni tarbiyalab qo'yadi. Isteriya esa suitsidning asosiy sabablaridan biri. Demak, bolaga ortiqcha mehr va uni mehnatga o'rgatmaslik oxir-oqibat suyukli farzandidan judo bo'lish bilan tugallanishi mumkin. Ta'lim va tarbiya birgalikda olib borilishi har doim ta'kidlanadi. Biroq bu erga mehnatni ham qo'shish kerak. "Ta'lim, tarbiya va mehnat" uchligi bolaning to'g'ri kamol topishida eng kuchli shior bo'lib qolmog'i kerak. Kitob bolani ilmli qilsa, mehnat uni tarbiyalaydi, ota-onaga oqibatli qiladi va uni hayot mashaqqatlariga tayyorlaydi. Tabiiyki, bunday o'smirning xayoliga o'z joniga qasd qilish kelmaydi, aksincha, u hayotdan zavqlanib yashaydi.

Homiladorlik suitsidga qarshi eng kuchli omildir. Emizikli ayollarda ham suitsid deyarli uchramaydi. Shuningdek, dinga kuchli e'tiqod qilish ham suitsidni yo'qqa chiqaradi. Bu toifaga olimlar, ixtirochilar, yirik loyiha ustida ishlayotgan mutaxassislar va katta ijodiy rejalar bilan yashayotgan kasb egalari ham kiradi. Xavotirli-fobik sindromning o'limdan qo'rqish bilan kechuvchi turi ham o'z joniga qasd qilishdan saqlovchi omildir.

Iqtisodiy tomondan yaxshi ta'minlangan, ijtimoiy himoyaga ega mustahkam oilalarda ham suitsid uchramaydi. Agar har bir ota-ona farzandlariga kuniga bir soat vaqt ajratib, ularni tinglasa va muammolariga sherik bo'lib, echimini topishga ko'maklashsa, o'smirlar orasida suitsid darajasi keskin pasayadi yoki kuzatilmaydi. Albatta, buning uchun bola ishonchini qozonsh kerak. Aks holda ko'zlangan natijaga erishib bo'lmaydi.

Shuningdek, qadimiy qo'l mehnati vakillari, ya'ni duradgorlar, o'ymakor

ustalar va kosiblar orasida ham suitsid kam uchraydi. Chunki ular ilk bolalikdan mehnatga va hayot mashaqqatlariga o'rganib borishadi. Bunday kasb egalarining ustaxonalari ko'pincha o'z uyida bo'ladi va tabiiyki ularning farzandlari ham 3-5 yoshligidan og'ir mehnatni o'z ko'zi bilan ko'rib boradi va o'zi ham ishtirok etadi. Og'ir bolalik davrini boshidan kechirib, hayotda o'z o'rnini topganlarda ham suitsid kam kuzatiladi. Masalan, Ikkinchi jahon urushi davrida front ortida og'ir sharoitlarda yashagan va mehnat qilganlar orasida suitsid juda kam bo'lgan yoki uchramagan.

Suitsidning yashirish va tantanavor turlari farqlanadi. Hech kimga bildirmay o'z joniga qasd qilishga yashirin suitsid deb aytiladi. Bunday shaxs niyatini qattiq sir tutadi. Kerak bo'lsa, o'sha kuni oila a'zolari bilan "dildan" suhbatlashib o'tiradi, teatr va kinolarga borib keladi, do'stining tug'ilgan kuniga sovg'a-salom bilan tashrif buyuradi yoki kursdoshining nikoh to'yida ishtirok etadi, hatto raqsga tushadi va uyga qaytgach, hammani arosatda qoldirib, shu kechasiyoq qabih niyatini amalga oshiradi.

O'z joniga qasd qilishni oshkor aytib yurib, so'ngra uni amalga oshirsa, bunga tantanavor suitsid deyiladi. Bunday suitsid, odatda, o'smirlar uchun xos. O'smir nimadandir qoniqmasa, sevgisiga etolmasa, qaysidir talabi bajarilmasa yoki unga nisbatan zug'um o'tkazilsa, suitsidal xayollarga boradi va tantanavor suitsidga qo'l urishi mumkin. Ularning aksariyati xat yozib qoldirishadi. Tantanavor suitsidni amalga oshirmoqchi bo'lgan shaxs o'z maqsadini yaqinlariga bildiradi, ularga qattiq talab qo'yadi, hayotdan noroziligi uning xatti-harakatlaridan, nutqidan bilinib turadi. Uning nega shu fikrga kelgani aniqlanib, talablari qondirilsa, suitsidni bartaraf etish mumkin. Ba'zida ota-onalar uning gapiga e'tibor qilishmaydi, bunday bema'ni gaplaringni yig'ishtir, deb koyib berishadi, uni bafurja tinglashmaydi. Natijada suitsidning oldi olinmay qoladi.

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. Shunday bo'lsa-da, hech bir davlat suitsid muammosi bilan shug'ullanishni bir muddatga ham to'xtagan emas. O'zbekistonning barcha shaharlarida suitsid profilaktikasi bo'yicha tunu kun faoliyat ko'rsatadigan "Krizis markazlari" tashkil etilgan. Bu masalada eng katta yuk tibbiy psixolog va psixoterapevtlar, psixiatrlar va suitsidologlarga zimmasiga tushadi.

Xulosa o'rnida suitsid bugungi rivojlangan davrdagi global ijtimoiy-psixologik muammolardan biri hisoblanadi va har bir ta'lim tashkilotlarida shu jumladan maktablarda suitsidal holatlarni uchramasligi uchun har bir pedagog xodim shu jumladan respublikamizning barcha umum ta'lim maktablarida ishlayotgan amaliyotchi psixologlar zimmasiga ulkan mas'uliyat yuklaydi va bir yoqadan bosh chiqargan holatda bunday noxush vaziyatlar respublikamizdagi biron bir oilada, mahallayu guzarlarda uchramasligi uchun ko'rashishimiz va psixologik-profilaktikasini yanada ko'p, kengroq amalga oshirishimiz kerak.

Adabiyotlar:

1. Maxkamov U.I, Ismoilova D.M Tarbiya - yuksak ma'naviyat beshigi ACADEMIC RESEARCH IN EDUCATIONAL SCIENCES VOLUME 1 | ISSUE 4 | 2020
2. Umarov B.M. O'zbekistonda voyaga yetmaganlar jinoyatchiligining ijtimoiy-psixologik muammolari. Monografiya. – Toshkent, "Fan" nashriyoti – 2008, 314 bet.
3. G'oziev E.G.,. Umumiy psixologiya.–Toshkent: "O'zbekiston faylasuflari milliy jamiyati", 2010. – 544b
4. 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.
5. Maxkamov U.I, Ismoilova D.M Tarbiya – yuksak ma'naviyat beshigi. ACADEMIC RESEARCH IN EDUCATIONAL SCIENCES VOLUME 1 | ISSUE 4 | 2020 ISSN: 2181-1385 Scientific Journal Impact Factor (SJIF) 2020: 4.804
6. Maxkamov U.I, Ismoilova D.M Tarbiya- shaxs kamolotida eng katta kuch.

Ta'limning zamonaviy transformatsiyasi

Ta'lim tizimida ijtimoiy-gumanitar fanlar 5-son ISSN 2181-7286 2020 yil dekabr.
7. Maxkamov U.I, Ismoilova D.M Allomalar merosi – milliy tarbiya asosi “Xalq ta'limi” O,,zbekiston Respublikasi xalq ta'limi vazirligining ilmiy-metodik jurnali ISSN 2181-7839 1-son, 2021 yil yanvar-fevral.