

YOSHLAR-O'Z JONIGA QASD. QASD QILISHNING OLDINI OLISH BO'YICHA CHORA TADBIRLAR

Xaydarova Zuxra Choriyevna

Renessans ta'lim universiteti, Toshkent qizlar

***Annotatsiya:** Ushbu maqolada o'z joniga qasd qilish, uning asosiy sabablari, ruhiy zo'riqishlar, buning kelib chiqishi kabi savollarga javob olamiz.*

***Kalit so'zlar:** Ruhiy, sog'lom, sabab, yoshlar, psixologiya.*

Keyingi paytlarda ijtimoiy tarmoqlar, internet saytlarida o'z joniga qasd qilish haqidagi xabarlar ko'payib qoldi. Nega? Bundan 20—30 yil avval bunday hodisalar sodir bo'lmaganmi? Buni ikki talqinda izohlash mumkin: yo ilgari bunday hodisalar rostdan ham kam bo'lgan yo bugungidek tezkor axborot texnologiyalari bo'lmagani uchun o'sha davrlarda bunday xabarlar ommalashmagan. Har ikki holatda ham bu masalaga aslo loqaydlik bilan qarab bo'lmaydi. Zero, insonning hayotdan bezib, o'z joniga qasd qilishi bitta bo'lsa ham katta ijtimoiy fojiaadir.



O'z joniga qasd qilish azaldan har qanday jamiyat va tuzumda yuz berib kelayotgan voqelik. Ammo ilgari asosan katta yoshlilar orasida uchraydigan bu holat, keyingi paytlarda tobora "yosharib" borayotgani kishini tashvishga soladi...Bu xususda psixolog, pedagog, shifokor, sotsiolog, suitsidolog kabi turli sohalarning mutaxassis va ekspertlarigina to'laqonli izohlay oladigan bir necha omillarni sanab o'tish mumkin. Menimcha, o'smirlar o'rtasida o'z joniga qasd qilish holatlari ildizini, avvalo, oiladan qidirish kerak. Bola go'daklik chog'ida ruhiy jarohat olsa, vaqt o'tib u albatta o'zining salbiy ta'sirini namoyon etadi. Ruhiy jarohat deganda nimani tushunishimiz mumkin? Masalan, haddan tashqari qattiq ovoz yoki shovqin. Bu nafaqat oilada er-xotinning baland ovozda janjallashishi, balki muntazam ravishda televizor yoki radioni baland ovozda qo'yish, turli shovqinli dastgohlarni ishlatishni ham shunday omillar sirasiga qo'shish mumkin. Bunday tashqi ta'sirlar uch yoshgacha bo'lgan bolaning ongosti qatlamlarida o'ziga ishonchsizlik, qo'rquv hissiyoti ko'rinishida saqlanib qoladi. Bola jismonan va aqlan voyaga yeta boshlagach, shu "jarohat" o'zini "eslata boshlaydi". Ulg'ayganda to'satdan turli kasalliklarga chalinib qolishiga chaqaloqligida boshiga olgan zarba sabab bo'lgani kabi oila muhitidagi notinchlik endi tahlil qila olish qobiliyatiga ega o'smirni muammoning yechimi sifatida turli keskin xatti-harakatlarga, jumladan, o'z joniga qasd qilishga ham undashi mumkin. Bu eng oddiy omillardan birgina misol, xolos. Yuqorida aytganimizdek, insonni affekt holatiga solib qo'yadigan sabablar juda ko'p va ular asosan oilada shakllanadi. Yuqori sinf o'quvchilari orasida o'z joniga qasd qilingan holatlar bo'yicha o'rganishlar natijasi o'smirning, masalan, o'zini osishiga hech qanday jiddiy asos yo'qligini ko'rsatadi. Ya'ni o'sha o'smir yoki qiz o'zining xulq-atvori, o'qishdagi yutuqlari bilan maktabning ibratli o'quvchilaridan, oilasi ham mahalladagi namunali oilalardan bo'lib chiqadi. Moddiy jihatdan hech qanday kamchilik yo'q, na uy, na mahalla va na maktabda birov bilan ziddiyatga bormagani aytiladi. Xullas, o'z joniga qasd qilish siri uning o'zi bilan ketib, bu yoqda faqat taxminlar qoladi. Ha, bu eng tashvishlanarli hol va buning sabablarini ham bir necha umumiy va xususiy omillar bilan izohlash kerak bo'ladi. Masalan, menimcha suitsid haqidagi ma'lumotlar ommaviy oshkor etilishi, uning

sabab va oqibatlarini muhokama qilinishini ham shunday omillar sirasiga qo'shish mumkin. Biror o'smirning o'z joniga qasd qilgani haqidagi xabar internet tarmoqlari orqali bir zumda butun dunyoga tarqatilmoqda. U o'zini qayerda, qanday o'sgani yoki zaharlagani tafsiloti mish-mishlar asosida qo'shib-chatib izohlab berilmoqda. "Maktabda bo'ladigan tadbirga onasi pul bermagani uchun...", "Otasi kompyuter yoki qo'l telefoni olib bermagani sababli...", tengdoshlarining "U sening onang emas, onang sizlarni tashlab boshqasi bilan ketib qolgan", deb ko'pchilik orasida malomat qilingani uchun kabi ko'plab sabab va taxminlar "urchitilmoqda". Bunga asosan shov-shuv ko'tarish, o'quvchini ko'paytirish vositasida daromad topishni maqsad qilgan ijtimoiy tarmoqlar, saytlarning "munosib hissa qo'shayotgani"ni aslo inkor etib bo'lmaydi. Motiv, tafsilot, "qo'llanma" sifatidagi bunday ma'lumotlarga ega, aqldan ko'ra hissiyotga erk berishga moyil ayrim yoshlar maqsadiga erishish uchun oqibati o'lim bilan tugashini hisobga olmay ota-onasini bir "qo'rqitib" qo'ymoqchi bo'ladi. Oiladagi og'ir muhit, ota-onasining o'zaro munosabati, oila a'zolari yoki atrofida qilarning o'ziga nisbatan tahqirlovchi, johilona, zulmkor munosabati zamirida yuzaga kelgan tushkun vaziyatdan chiqib ketishning eng qulay yechimini o'z joniga qasd qilishda ko'radi. Yoki internet tarmog'idagi, qo'l telefoni, kompyuterda o'ynaladigan turli o'yinlar, televideniye orqali namoyish etilayotgan ayrim filmlar ham axborot xurujining bir yo'nalishi sifatida keng tarqalganki, ularning inson ruhiyatiga, ayniqsa, hali shaxs sifatida to'liq shakllanib ulgurmagani, mustaqil fikriga ega bo'lmagan yoshlar ongiga salbiy ta'siri suitsid holatlari ko'payishiga sabab bo'lmoqda. Jangarilik, qotillik, oxir zamon, turli tabiiy falokatlar, jamiyatdagi boshqa ko'plab salbiy holatlar mavzusidagi filmlarni muntazam ko'radigan bola kelajakka ishonchini yo'qotib boradi va uning miyasida shunday holatlarni boshdan kechirmaslik uchun chora izlash bo'yicha psixologik jarayonlar uyg'ona boshlaydi. Buni bir misolda ko'rish mumkin: agar bugun bir guruh o'quvchini to'plab rasm chizish bo'yicha tanlov o'tkazsangiz yoki shunday topshiriq bersangiz ularning aksariyati jangari film qahramonlari, odam savdosi, giyohvandlik, yong'in, o'rgimchak to'ri elementlari mavjud suratlar chizib, yorqin ranglardan foydalanmayapti. Bu ularning ongida ezgulikdan ko'ra yovuzlik

haqidagi axborotlar ustunlik qilayotgani, jamiyat va tabiat salbiy hodisalari oldida o'ziga nisbatan qo'rquv va kelajakka umidsizlik shakllanayotganidan dalolat beradi. Bu bizning uch bosqichli – 0-3, 3-7, 7-18 yoshli ta'lim-tarbiya tizimida bolada immunitetni shakllantirish borasida yo'l qo'yayotgan xatolarimiz borligini ko'rsatadi. Eng ayanchlisi, hatto 8-10 yoshli bolalar o'z joniga qasd qilgan holatlar ham uchramoqda. Vaholanki, bu yoshda bola o'lim haqida nimani biladi, hayot haqida-chi? Hali hayot, o'lim haqida aniq bir tasavvur ham, fikr ham bo'lmaydi-ku, bu yoshda!?

Yana bir omil, ota-ona farzandini moddiy tomondan bekamu-ko'st ta'minlab qo'yishi, chiroyli kiyintirishi, telefon, kompyuter olib berishi, cho'ntagiga katta-katta pul solib qo'yishi mumkin va hokazo. Lekin bularning birortasi bolaga berish kerak bo'lgan haqiqiy mehr va ajratilishi kerak bo'lgan vaqtning o'rnini bosa olmaydi. Bola bilan uch yoshgacha podshoh, o'n yoshgacha qul, o'n yoshdan keyin do'st sifatida munosabatda bo'lish kerak, degan gap bor. Aksariyat hollarda farzandi orzu qilgan barcha sharoitlarni muhayyo qilgan ota-ona bolasining ayni damdagi o'y-xayoli, rejasi, muammosi haqida u bilan bir kunda yarim soatgina samimiy suhbatlashishni ortiqcha deb biladi. O'z uyida topa olmagan e'tiborni bola ko'chadan, begonalardan topishi ham qiyin bo'ladi. Oilada va jamiyatda yolg'izlanib qolgan o'smirda hayotda o'z o'rnini borligini ko'rsatib qo'yish istagi tug'iladi, ongida hayot ziddiyatlariga qarshi kurash boshlanadi va bu kurash jarayoni bolada asabiylik, ruhiy zo'riqish holatlarini rivojlantirib, affekt holatigacha olib boradi hamda, afsuski, ayrim hollarda bu o'z joniga qasd qilish bilan tugaydi. Yana bir omil – bolaning atrof-muhit bilan bog'liq ekani. Bolaning tashqi ko'rinishi, kiyinishi, o'zini tutishiga yondashuvda ajratib ko'rsatish, tabaqalash natijasida unda diviant xulq-atvor hosil bo'ladi. Diviant xulq-atvor o'zi nima? Bu jamiyatda umume'tirof etilgan qoidalarga zid xatti-harakatlarni amalga oshirishdir. Misol uchun, maktab va kollejlarda o'quvchilarni tenglashtirish maqsadida o'quvchi formasi degan masala bor. Bu masala bizda hali to'liq tartibga solingan, deya olmaymiz. Bugungi kunda ta'lim muassasasiga o'quvchi o'z tanloviga ko'ra, biri jinsi shim, boshqasi krossovka kiyib borayapti va bu yerda bolaga birinchi erkinlik

berib, diviant xulq-atvorga o'tish yo'lidagi dastlabki qadamga ruxsat berilyapti. O'quvchi, "demak shunday qilsam bo'laverar ekan", degan xulosada ikkinchi umume'tirof etilgan qoidani buzadi. Uchinchisidan keyin esa unga tanbeh berish, cheklash kabi choralar ko'riladi. Erkinlikka o'rganib qolgan o'quvchi buni huquq va erkiga tajovuz qilish, deb o'ylaydi. Ayniqsa, ko'pchilik orasida muhokama qilish, shaxsiyatiga tegish unga og'ir botadi. Demak, ko'p muhokamaga sabab bo'layotgan soqol, kalta yubka va boshqalar to'g'risida bolada diviant xulq-atvor paydo bo'lmasdan oldin tushuntirish ishlari olib borish zarur. Biz esa diviant xulq-atvor eng yuqori darajasiga yetganda yoshlarga tazyiq o'tkazishni boshlaymiz. Bu – bizning tarbiyadagi katta xatomiz bo'ladi. Bunday xatolarni tuzatish uchun nimalarga e'tibor qaratish kerak, deb hisoblaysiz? Bizda pedagog va psixologlarga suitsidologiya fanini o'qitish tizimi yaxshi yo'lga qo'yilmagan. To'g'ri, bu fan psixologlarga qisman o'qitiladi, lekin pedagoglar ham ma'lum ma'noda psixolog bo'lishi kerak. Shu nuqtai nazardan, rivojlangan davlatlarda chuqur o'qitiladigan suitsidologiya fanini bizning pedagog va psixologlar tayyorlashga ixtisoslashgan oliy ta'lim muassasalarida ham qat'iy o'qitish, malaka oshirish, qayta tayyorlash tizimini yo'lga qo'yish kerak. Zero, qo'limizda suitsidga qarshi kurashish uchun qurol bo'lishi lozim. Shuningdek, ota-onalar uchun ham bu masalada qandaydir bilim berish yo'llarini o'ylab ko'rish kerak. Bolaning kun tartibidagi bir xillikni yo'qotish zarur. Nevrasteniya kasalligiga sabab bo'ladigan bir xillik tibbiy nuqtai nazardan bolada tushkunlik holatini keltirib chiqaradi va bu ham o'z joniga qasd qilishgacha olib borishi mumkin. Ba'zan farzandimizning yaxshi kelajagini ta'minlash maqsadida uni majburiy ravishda turli mashg'ulotlarga chambarchas bog'lab tashlaymiz. U ertalab maktabga, darsdan keyin sport seksiyasiga, keyin til o'rganish markaziga boradi, uyda yarim tungacha uyga berilgan vazifalarni bajarishi kerak. Yil bo'yi davom etadigan bunday bir xillilik, boz ustiga zo'riqish bolani zeriktirishi va bezdirib qo'yishi mumkin. Bolada yangiliklarni qabul qilish darajasi pasayib, tushkunlik kayfiyatiga berilib ketadi va unda bu holatdan chiqish uchun "shunday qil", degan ichki ovoz paydo bo'la boshlaydi. Bundan tashqari, bugun ko'p muhokamalarga sabab bo'layotgan o'zini osish, zahar ichish kabi ochiq sahnalar

ko'rsatilayotgan teleseriallar, milliy mentalitetimizga yot turli reklama roliklari, kliplar kabi ommaviy targ'ibot vositalari orqali tarqatilayotgan mahsulotlarning mazmun-mohiyati, g'oyaviy-badiiy qiymati, ularning ongga ta'siri darajasini aniq bilmay turib ommalashmaslik choralari ko'rish kerak. G'arb davlatlarida bunday masalalar bilan ilmiy muassasalar, laboratoriyalar, markazlar shug'ullanadi.

Xulosa qilib aytganda, suitsid – ijtimoiy kasallik, uni davolash uchun jamiyatning har bir a'zosi, oila, maktab, mahalla, ta'lim muassasasi, davlat va jamoat tashkilotlarining uyg'unlikdagi faoliyati konsepsiyasini ishlab chiqish va hayotga tatbiq etish lozim.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR

1.Jalilov J.J., Ibragimov A.U. Aholisi salomatligiga Tojikiston alyuminiy zavodi zaharli gazlarining ta'siri (Curxondaryo viloyatining shimoliy tumanlari misolida) // Toshkent tibbiyot akademiyasi axborotnomasi. Toshkent-2021 yil. 32-35 b.

2.Jalilov J.J., Tojiev Z.G'. Talabalar o'rtasida sog'lom turmush tarzini shakllantirish // Toshkent tibbiyot akademiyasi axborotnomasi. Toshkent-2021 yil. konf. 147-148 b