SUITSIDNI OLDINI OLISHDA OILANING ROLI VA AHAMIYATI

Sirdaryo viloyati Xovos tumani 1-sonli maktab amaliyotchi psixologi

Ahadov Nurbekjon Oybek o'g'li

Annotatsiya: O’z joniga qasd qilish holatlari asosan o’spirinlik davriga to’g’ri kelishining asosiy sabablaridan biri – bu, bolaning ongi ota-onaning o’gitlari bilan “parvarish” qilinganligida. Ota-onalar bunda maktab va kasb hunar maktablarini ko’p holda aybdor deb bilishsa-da, o’quv yurtidagi sabablar faqat so’nggi qadamlarni ishga solish mehanizmi xolos. Suiqasd bolaning yoshligiga borib taqalishi ota-onalarning xayollariga ham kelmaydi. Odatda bola “meni hech kim yaxshi ko’rmaydi” deganda birinchi navbatda u ota-ona mehriga zorligini bildiradi! Ota-onalar farzandlariga tanbeh berishda, xatti-harakatlarini baholashda qanday gapirish kerakligiga e’tiborliroq bo’lishlari kerak. Maqolada mavzu haqida batafsil yoritilgan.

Kalit so’zlar: Suitsid, suiqasd, dolzarb, muommo, mehr, mojoro, mehanizm, ruhiy holat…

“Bolani yaxshi ko’rish bu-uni har qanday vaziyatda, har qanday omadsizlikda umidini yo’qotmasligiga, yorug’likni ko’ra bilishiga o’rgatish” degani. Ota-ona uchun bola bir qarashda boshqarib bo’lmayotgandek, ularning fikri, ahamiyati ikkinchi darajaga o’tib qolgandek tuyulsa ham o’spirinning shaxs sifatida shakllanishida, jamiyatda o’z o’rnini topa olishida oilaning roli juda muhim ahamiyatga ega. Agar o’spirindagi yoshiga xos o’zgarishlarni oiladagilari tushungan holda qabul qilsalar, unga bo’lgan mehrlarini ko’rsata olsalar bola ko’chadan mehr, e’tibor qidirmaydi. Ming afsuski, bugungi kundagi ko’plab o’spirinlarning o’z jonlariga qasd qilishlarida oilaviy mojorolar eng asosiy sabablardan biri bo’lib kelmoqda. O’z joniga qasd qilishning sabablari juda ham ko’p va murakkabdir. O’spirinlar aksariyat hollarda

suiqasdni ekstremal sharoitlarda (hamma oldida kamsitilish, o'qishdagi muammolar, sotqinlik, yakkalanib qolish, omma oldida begunoh aylanish) amalga oshirishlariga qaramasdan mutaxassislar bular faqat bahona ekanligini, sababini chuqurroqdan izlash kerakligini ta'kidlaydilar. Uzoq yillar davomida olimlar tomonidan olib borilgan izlanishlar o'spirinlar o'rtasida o'z joniga qilish holati to'g'risida turli fikr va qarashlarni keltirib o'tdilar. Suitsid bo'yicha olimlarning fikri turlicha. Masalan; E. Shneydman bo'yicha, o'z joniga qasd qiluvchilarning umumiy belgilari:

-Barcha o'z joniga qasd qiluvchilarning umumiy maqsadi – o'ta kuchli hayajonlarni tug'dirayotgan vaziyatdan chiqib ketish uchun yechim yo'lini topish.
- Suidsidga chidab bo'lmas ruhiy iztirob asosiy turtki bo'lib xizmat qiladi. Hech kim o'z joniga xursandchilikdan qasd qilmaydi.
- Umumiy kayfiyat – nochorlik. Bu holatda inson umidsizlik, kuchsizlik, tushkunlik holatlarini boshdan kechiradi.

- Suitsidga bo'lgan umumiy munosabat – ambivalentlik (ikki xillik). B unda inson birdaniga ikkita qarama-qarshi hissiyotni boshdan kechiradi (muhabbat va nafrat). Har bir o'z joniga qasd qilmoqchi bo'lgan odam o'lishni istashi bilan birga uni qutqarib qolishlariga ham umid qiladi. -
Asosiy harakat – bu qochish yoki tajovuzkorlik (agressiya). O'z joniga qasd qilish biron nimadan qochishdir. Bu orqali odam o'z hayotini tubdan o'zgartirib yuboradi. I.Kononchukka ko'ra suitsidning 3 ta asosiy vazifasi.

-Murojaat, o'ziga hos "yordam haqidagi hayqiriq". -
Mummolar yechimidan qochish, "chidab bo'lmas hayotdan voz kechish".
-Munosabat bildirish, emotsional zo'riqishdan qutulish yo'li.
-G. Seyrga ko'ra o'z joniga qasd qilishning 4 ta sababi mavjud: -
Yakkalanib qolish (hech kim tushunmasligi, hech kimni qiziqtirmaslik hissi).

- Nochorlik (hayotini idora b eta olmaslik, hamma narsa senga bog'liq emasligi hissi).

-Umidsizlik (bunda kelajak hech qanday yaxshilik keltirmasligi hissi).
- O'z shaxsining ahamyatsizligi (toptalgan g'urur, past baxo berish, bilimi yetarli emasligidan qayg'urish, o'zidan uyalish va h.k). Suiqsad o'z-o'zidan sodir bo'lmaydi, bunga qulay sharoit yaratib bergan qator omillar sabab bo'ladi. Quyida ushbu omillar haqida qisqacha ma'lumot berilgan: 1. O'z joniga qasd qilishda oiladagi nosog'lom muhit asosiy turtki bo'ladi, uning kelib chiqishiga quyidagilar sabab bo'ladi:

a) Oiladagi uzoq davom etayotgan janjalli muhit yoki ota-onalarning ajralishi. Oilada ota-onaning ikkisi ham "o'zinikini o'tkazish" bilan ovora bo'lishi oqibatida o'rtada bola ruhiy ezilib boradi.

b) Bog'lanib qolgan kishisi yoki narsasidan ayrilishi (yaqin insonining vafoti, suyukli jonivorining o'limi va h.k.) vaziyatida bolaga kimdir yupanch bo'lishi kerak, chunki dardini yengillashtirish uchun qabul qilingan tezkor choralar natijasida bolani ruhiy inqiroz holatidan chiqarib olish nisbatan osonroq kechadi.

d) Oilada "ahamiyatli, hurmatli" katta insonning bo'lmasligi. Ota onasining ortidan, ona otaning ortidan yomonlasa, kattalar bir-birini behurmat qilib, obro'sini to'kib borishi, doimiy janjallar natijasida bolaning ko'z oldida "ideal oila" siymosi qulab tushadi.

2. Tarbiyadagi psixologik nomutanosiblik. Bu omil oiladagi tarbiyaviy muhitni ochib beradi.

3. Yolg'izlik. Oilada, do'stlar davrasida, tengdoshlar bilan munosabatda namoyon bo'ladi.

4. O'spirinlik qiyin kechayotgan rivojlanish davri. Bu omil bolaning tengdoshlariga

nisbatan rivojlanishdagi kamchiliklarni ko'rsatib beradi. 5. Beixtiyor ta'sirchanlik. O'spirinlarda omadsizlik, g'azab, qahramonlik, jamiyat, deviant (xulqda og'ish) harakatlarga nisbatan yuqori ta'sirchanlik kuzatiladi.

O'z joniga qasd qilish holatlari asosan o'spirinlik davriga to'g'ri kelishining asosiy sabablaridan biri – bu, bolaning ongi ota-onaning o'gitlari bilan "parvarish" qilinganligida. Ota-onalar bunda maktab va kasb hunar maktablarini ko'p holda aybdor deb bilishsa-da, o'quv yurtidagi sabablar faqat so'nggi qadamlarni ishga solish mehanizmi xolos. Suiqasd bolaning yoshligiga borib taqalishi ota-onalarning xayollariga ham kelmaydi. Odatda bola "meni hech kim yaxshi ko'rmaydi" deganda birinchi navbatda u ota-ona mehriga zorligini bildiradi! Ota-onalar farzandlariga tanbeh berishda, xatti-harakatlarini baholashda qanday gapirish kerakligiga e'tiborliroq bo'lishlari kerak, zero keyinchalik bu gaplar bolaning ong ostiga joylashib qoladi va uning xatti-harakatlariga salbiy ta'sir qila boshlaydi. "Noshudsan", "hech nimani eplay olmaysan", "odam bo'lmaysan", "bola emas balosan" kabi gaplarni bola tinmay eshitavergach, keyinchalik biror ishi yurishmay qolsa "otam onam aytgan edi, rostdan ham noshudman", "qo'limdan kelmaydi" degan fikr miyasiga o'rnashib qoladi va o'zini shunga yarasha tutadi. Suiqasd sodir etib bo'lingach esa "qaniydi o'z joniga qasd qilishini bilganimizda!" yoki "biz bunday baxtsizlik bo'ladi deb o'ylamagandik" deb kuyunishadi. Lekin o'ylab qaralsa, aynan ota-onalarning o'zlari bilib-bilmay aytgan gaplari, kesatishlari bolaning qalbiga suiqasd urug'ini solib qo'yadi. Ayrim ota-onalarimiz farzandlariga bu kabi gaplarni aytganlarini eshitganmiz.

-Hozir bandman, meni tinch qo'y…

- Nimalar qilib qo'yding, jinnimisan?!

- Buni boshqacha qilish kerak edi, ovsar! -

Senga necha marta aytish mumkin, ahmoq?!

-Meni jinni qilib qo'yasan, yo'qol ko'zimga ko'rinma!

Bunday gaplar ta’sirida bola sekin-asta oiladan uzoqlasha boshlaydi, sirlarini yashirishni o’rganadi, dangasa, o’ziga ishonmaydigan bo’lib qoladi. Eng yomon holatda esa “meni hech kimga keragim yo’q ekan, undan o’lganim yaxshi” deyishgacha borib yetadi. Oilaviy mojarolar tufayli oila va o’spirin o’rtasida o’zaro bog’liqlik zaiflashib qoladi, natijada har ikki taraf ham ishonchsizlik, tushunmovchilik, begonalashib borilayotganligidan aziyat chekadi. Ishonch yo’qotilgach, bola qiynalgan paytida ota-onasiga o’z vaqtida murojaat qilmaydi va natijada bolaga ham ular tomonidan vaqtida yordam qo’li cho’zilmaydi. Natijada, noxush holatlar yuzaga keladi.Hamma oilalar ham bolasini baxtiyor kamolga yetkazishni, orzu-havasini ko’rishni istashadi. Shunday ekan, ota-onalar farzandlariga nisbatan beparvo bo’lmasliklari, uning ishonchini qozonishi, do’stona munosabatda bo’lishi, maslaxatlashib u bilan birgalikda biror bir ishni qilishi, uning orzu-istaklari qanday ekanligi bilan qiziqishi, farzandiga vaqt ajratishi lozim. Farzand har qanday vaziyatda ham ota-onasiga suyanishi, oilasidan yordam olishi mumkinligini his etishi kerak. Yurtimiz tinch, imkoniyatlar esa cheksiz, shunday ekan har bir bola uchun eng kerakli insonlar bu uning oilasi, ota-onasidir. Chunki ular bolaga hech kim bera olmagan tuhfa – mehr-muhabbatlarini bera oladilar.

Foydalanilgan adabiyotlar ro’yxati

1. Akramova F.A “Oilada muomilani tashkil etish psixologiyasi”. T.:”SHAMS ASA” 2006.

2.“Xammasi sening qo’lingda”. Uslubiy tavsiya. Namangan, 2015.

3.“Psixologik konsultatsiya: nazariya va amaliyot”. Uslubiy qo’llanma. 2016.