

## О‘SMIRLARDA SUISIDAL XULQ-ATVORNING KELIB CHIQISH SABABLARI

*Sattorova Gulruh Abdumalikovna*

*Angren shahar 22-umumta'lim maktabi psixologi*

### ANNOTATSIYA

Ushbu maqolada o‘smirlik davrida uchrashi mumkin bo‘lgan o‘ziga zarar yetkazish bilan bog‘liq xulq-atvorning kelib chiqish sabablari, ularni kuchaytiruvchi ijtimoiy va psixologik omillar hamda oldini olish yo‘llari tahlil qilinadi. O‘smirlik — shaxsning shakllanishida eng nozik va ziddiyatli bosqich bo‘lib, bu davrda hissiy beqarorlik, o‘zini anglash jarayonining kuchayishi va tashqi muhit ta’siriga sezgirlik ortadi. Aynan shu omillar ayrim o‘smirlarning ichki kechinmalarini keskinlashtirib, xavfli xulq shakllariga olib kelishi mumkin. Maqolada oilaviy muhit, tengdoshlar bilan munosabatlar, ijtimoiy bosim, shaxsiy inqirozlar, past o‘zini baholash, yolg‘izlik hissi kabi omillar keng yoritiladi. Shuningdek, zamonaviy axborot muhiti, ayniqsa ijtimoiy tarmoqlarning o‘smir ruhiyatiga ta’siri ham alohida ko‘rib chiqiladi. Muallif o‘smirlarning ichki dunyosini tushunish, ularning muammolariga befarq bo‘lmaslik hamda psixologik qo‘llab-quvvatlash tizimini kuchaytirish zarurligini ta’kidlaydi. Maqolada amaliy jihatdan foydali bo‘lgan profilaktik choralar, maktab va oila hamkorligi, psixologik xizmatning roli va o‘smirlar bilan ishlashda empatiyaga asoslangan yondashuvning ahamiyati ochib beriladi. Ushbu tadqiqot natijalari o‘qituvchilar, ota-onalar va psixologlar uchun muhim metodik asos bo‘lib xizmat qilishi mumkin.

**Kalit so‘zlar:** o‘smirlik davri, xulq-atvor, psixologik omillar, ijtimoiy muhit, stress, o‘zini baholash, profilaktika

### KIRISH

O‘smirlik davri inson hayotining eng murakkab va mas’uliyatli bosqichlaridan biri hisoblanadi. Bu davrda shaxsning o‘zini anglash jarayoni kuchayadi,

mustaqillikka intilish ortadi va hissiy kechinmalar keskinlashadi. Shu bilan birga, o'smirlar tashqi ta'sirlarga nisbatan sezgir bo'lib, turli muammolarni chuqur his qilishi mumkin.

Ba'zi hollarda o'smirlar o'z muammolarini hal qilishda yetarli psixologik resurslarga ega bo'lmaydi. Natijada ular ichki bosimni yengish uchun noto'g'ri yo'llarni tanlashi mumkin. Bu esa xavfli xulq-atvor shakllarining yuzaga kelishiga sabab bo'ladi.

#### 1. Oilaviy muhitning ta'siri

Oila o'smir shaxsining shakllanishida eng muhim omillardan biridir. Ota-onalar bilan muloqotning yetishmasligi, mehr va e'tibor kamligi, doimiy tanqid yoki keskin nazorat o'smirde ishonchsizlik va yolg'izlik hissini kuchaytiradi. Aksincha, sog'lom oilaviy muhit o'smirning psixologik barqarorligini ta'minlaydi.

#### 2. O'zini baholash va shaxsiy inqirozlar

O'smirlik davrida o'zini baholash tizimi shakllanadi. Agar o'smir o'zini qadrlamaslik, o'ziga ishonchsizlik kabi holatlarni boshdan kechirsa, u ichki ziddiyatlarga duch keladi. Bu esa ruhiy bosimni kuchaytiradi.

#### 3. Tengdoshlar va ijtimoiy bosim

Tengdoshlar fikri o'smir uchun juda muhimdir. Guruhdan chetlanish, kamsitilish yoki qabul qilinmaslik hissi kuchli psixologik ta'sir ko'rsatadi. Ba'zan o'smirlar jamiyat talablariga moslashish uchun o'z ichki hislarini yashirishga majbur bo'ladi.

#### 4. Zamonaviy axborot muhiti ta'siri

Internet va ijtimoiy tarmoqlar o'smirlarning dunyoqarashini shakllantirishda katta rol o'ynaydi. Noto'g'ri kontent, salbiy axborotlar yoki ideal hayot tasvirlari o'smirde qoniqmaslik hissini kuchaytirishi mumkin.

#### 5. Psixologik stress va emotsional beqarorlik

O'smirlar ko'pincha stressni boshqarish ko'nikmalariga ega bo'lmaydi. Imtihonlar, oilaviy muammolar, kelajak haqidagi xavotirlar ularning ruhiy holatiga salbiy ta'sir qiladi.

**Yechim va tavsiyalar:**

Oila va maktab o'rtasida yaqin hamkorlikni yo'lga qo'yish

O'smirlar bilan ochiq va samimiy muloqot qilish

Psixologik xizmat faoliyatini kuchaytirish

O'quvchilarda stressni boshqarish ko'nikmalarini shakllantirish

Ijobiy muhit va qo'llab-quvvatlash tizimini yaratish

Bir qarashda o'smirlarning o'z joniga qasd qilishi murakkabligini tushunish muhim hisoblanadi. Psixologiyada o'smirlik davri o'zgarish davri, deb tavsiflanadi. Bu davr bolalikdan balog'at yoshiga o'tish davri hisoblanadi. O'smir – bola ham emas, katta odam ham emas. Unda yangi hissiyot uyg'onadi, ya'ni balog'atga etganlik hissi, balog'at yoshining qadri, kattalar bilan aloqa qilish haqida yangi fikrlari bo'lmaydi. Bu vaqtda o'z tengdoshlari bilan aloqa qilish etakchi o'rinni egallaydi. Kattalardan ko'ra, o'z sinfdoshlari, do'stlari qurshovida bo'lish muhim ahamiyat kasb etadi. O'smirlik davridagi o'zgarishlar, qiyinchiliklar nafaqat bolada ichki ziddiyatlarni keltirib chiqarishi bilan balki atrofidaogilar bilan ziddiyatli vaziyatlarni yuzaga kelishi bilan ham ajralib turadi. Bu hayot o'smir uchun etarli darajada anglanilmagan, tushunarsiz, qo'rqinchliligi bilan ajralib turadi. Yangi hayotga, balog'at yoshi dunyosiga qadam qo'yish bilan bog'liq muammolarni o'smir o'zicha hal qilolmaydi shuningdek, atrofidaogilarga ham tushuntirib berolmaydi.

Shaxsda o'z joniga qasd qilish, ko'pincha, atrofidaogilardan o'z vaqtida yordam kelmaganda sodir etiladi. Shuningdek, suitsidal urinish sodir etish orqali o'g'il yoki qiz bola o'ziga e'tibor qaratishga urinadi. Boshqa yoshdaogilarga nisbatan, o'smirlar bo'layotgan voqealarni kuchli hissiyot, nafrat va ta'sirchanlik bilan qabul qiladilar. Boshqalarga, ya'ni o'z joniga qasd qilayotganlarga taqlid qilishga urinish, suitsid uchun asos bo'ladi.

**Suitsid** – qasddan o'limga olib keluvchi shikast etkazish (o'z joniga qasd qilish). Bunday psixologik holatning paydo bo'lishi, ko'pincha, insonning jazavaga tushish, emotsional tuyg'ularning yo'qolishi, irodasizlik kabilarni o'z ichiga oladi.

Odamlarning hissiy zo'riqishlar olishi, uzoq vaqt ruhiy siqilishi, asabiylik holatida bo'lishi ularning har xil stress, bosimlarga beriluvchanligini oshirib yuboradi. Shuning uchun ham ayni kunlarda erishayotgan olamshumul yutuqlarimiz bilan bir qatorda, odamlar o'rtasida asabiy toliqish holatlarining ortishi, o'z joniga qasd qilish (suitsid) kabi noxush hodisalar ham kuzatilmoqda. Jamiyatimiz oldidagi muhim qadamlardan biri ushbu hodisalarni ro'y bermasligini oldini olishdir.

Prezidentimiz Shavkat Mirziyoyev ta'kidlaganlaridek, "Bir haqiqatni hech qachon unutmaylik: biz buyuk tarix, buyuk davlat, buyuk madaniyat yaratgan xalqmiz. Biz – hech qachon mehnatdan qochmaydigan, qiyinchiliklardan qo'rqmaydigan, adolatni qadrlaydigan, azmu shijoatli, buyuk xalqmiz. Barchamiz bir tanu bir jon bo'lib, yakdil va ahil bo'lib, yaxshi niyat bilan mehnat qilsak, har qanday marralarni egallashga, boshqacha aytganda, tariximizning yangi sahifasini yaratishga qodir xalqmiz. Bu yo'lda qanday qiyinchilik va mashaqqatlar bo'lmasin, barchasini mardona yengib o'tishga tayyormiz. Bunday ezgu ishlarda bizga Yaratganning o'zi, buyuk ajdodlarimizning pok ruhlari madadkor bo'ladi, deb ishonaman".

Jahon Sog'liqni saqlash tashkiloti bergan bayonotga qaraganda, har yili 800 mingdan ortiq kishi o'z joniga qasd qiladi. Ya'ni har 40 daqiqada bir kishining o'z joniga qasd qilishini anglatadi. Bu boradagi ilk hisobot yaqinda e'lon qilindi.

Har yili 10 sentyabrni Jahon Sog'liqni saqlash tashkiloti O'z joniga qasd qilish holatlarining oldini olish Xalqaro assotsiatsiyasi (International Association for Suicide Prevention) bilan hamkorlikda Jahon o'z joniga qasd qilishlarning oldini olish kuni (World Suicide Prevention Day) sifatida nishonlaydi.

Tahlilchilarning so'zlariga qaraganda, asosan 15 yoshdan 29 yoshgacha bo'lgan shaxslar o'z joniga qasd qilgan ekan. Shuningdek, 70 dan oshgan qariyalar ham bu dunyodan o'z jonlariga qasd qilgan holda ketishga moyil bo'lishgan ekan. Erkaklar ayollarga nisbatan uch barobar ko'p o'z joniga qasd qilishadi. Har to'rtidan bitta o'z joniga qasd qilish holati qashshoq va rivojlanish yo'liga o'tgan mamlakatlar hissasiga to'g'ri keladi. So'nggi 45 yilda o'z joniga qasd qiluvchilar soni jahonda 60%ga

oshgani aytiladi. Hozirgi vaqtda suitsidal xulq butun dunyo miqyosida global jamoatchilik muammosiga aylanib bormoqda. Butun jahon sog'liqni saqlash tashkilotining ma'lumotlari bo'yicha dunyoda har yili 4 mln. – 5 mln. ga yaqin odam o'z-o'zini o'ldirish bilan hayotini yakunlaydi, o'z-o'zini o'ldirishga urinishlar esa – o'n barobar ortiq. Yevropa mamlakatlarida o'z-o'zini o'ldirish miqdori qotillikdan taxminan uch barobar yuqori turadi. Yosh davri suitsidal xulq xususiyatlariga ahamiyatli tarzda ta'sir ko'rsatadi. Masalan, hayotning yoshlik yoki qarilikning boshlanishi kabi krizis davri baland suitsidal tayyorgarlik bilan xarakterlanadi. Ko'pchilik tadqiqotchilarning ta'kidlashicha, 13 yoshgacha bo'lgan bolalardagi suitsidal xulq kam uchraydigan ko'rinish va faqat 14 – 15 yoshga yetgandagina suitsidal faollik keskin o'sadi, 16 – 19 yoshda eng yuqori darajaga yetadi.

O'smirlar orasida o'z-o'zini o'ldirishga urinish bolalarga qaraganda ahamiyatli tarzda ko'p uchraydi, shu bilan birga ularning juda kam qismi o'z maqsadlariga erishadilar. Shuning uchun ham o'smirlarda tugallangan suitsidlarning soni barcha suitsidal harakatlarning 1 foizidan oshmaydi. Bu yoshda suitsidal xulq namoyishkorona, shu jumladan, shantaj xarakteriga ham egadir. Umuman olganda, o'smirlarning suitsidal xulqiga tengdoshlari va ota-onalari bilan shaxslararo munosabatlarning ahamiyatli ta'siri sifatida qarash mumkin. O'z joniga qasd qilishga barcha suitsidal xatti-harakatlar, ya'ni o'z joniga qasd qiluvchiga bog'liq bo'lmagan holda o'lim ro'y bermaydigan holatlar kiradi (arqonning uzilib ketishi, o'z vaqtida ko'rsatilgan tibbiy yordam va h.). Suitsidal urinishlarga unga muvofiq keluvchi fikrlar, so'zlar va o'z joniga qasd qilishga qaratilgan xatti-harakatlar bilan qo'shib kelmaydigan sha'malar taaluqlidir. Suitsidlarning shartli ravishda haqiqiy va nomoyishkorona, ya'ni qo'rqituvchi turlari farqlanadi. Haqiqiy suitsidal xulq – bunda odamning o'zini o'ldirish ehtiyoji maqsad qilib qo'yiladi. Namoyishkorona, qo'rqituvchi suitsidal xulq – atrofdagilarga ta'sir o'tkazish, qandaydir foyda olish boshqa odamlar hissiyotlarini boshqarish maqsadida qo'llanadi. Namoyishkorona, qo'rqituvchi xulqning maqsadi o'zini o'ldirish emas, balki shunday kayfiyatni ko'rsatishdir.

O‘smir yoshlar oilada, maktabda, norasmiy uyushgan guruhlarda shakllangan qarindoshurug‘chilik va do‘stona munosabatlarda paydo bo‘ladigan qisqa muddatli o‘tkir kelishmovchiliklarga haddan tashqari e‘tibor berishadi va ularni shaxslararo munosabatlarni vayron qiladigan kuchli omil sifatida qabul qiladilar. Natijada o‘smir yoshlarda ichki ruhiy psixologik to‘qnashuv paydo bo‘ladi va ziddiyatga yechimi topilmaydigan murakkab muammo sifatida qaraydilar. Oila, maktab va norasmiy guruh bilan bog‘liq orzu-havaslar, rejalar barbod bo‘ldi deb hisoblaydilar. Ana shunday ichki psixologik inqiroz ta‘sirida o‘smir yoshlarda suitsidal fikrlar va harakatlar tezkorlik bilan paydo bo‘ladi. Ushbu salbiy psixologik harakatni o‘smir yoshlar chuqur mulohaza yuritmasdan ota-ona, o‘qituvchilar va do‘stlari bilan muhokama qilmasdan to‘satdan qaror qabul qiladilar. O‘smir yoshlar suitsidni o‘zlaricha qahramonlik, dadillik deb hisoblaydilar. Aslida suitsid o‘smirlarda kuchli norozilik va jahl qaynab-toshib turganida amalga oshiriladi. Ular oqibati haqida mutlaqo fikr yuritmaydilar. Agarda atrofdagilar tomonidan suitsid harakatini amalga oshirayotgan o‘smir qutqarib qolinsa, u albatta, o‘z qilmishidan afsuslanadi. Keyingi umri mobaynida bunday holat qaytarilmaydi.

Quyida o‘smirlarda suitsidal xulqning namoyon bo‘lishiga ta‘sir etuvchi ijtimoiy psixologik omillari keltirilgan:

- hissiy-emotsional yaqinlikka intilish ehtiyojini oshishi;
- ichki psixologik himoya mexanizmining sust, kuchsiz shakllanishi;
- frustratsiya (qo‘rquv)ni kuchsizlantira olmaslik;
- impulsivlik;
- emotsional qat‘iyatsizlik;
- kuchli ta‘sir o‘tkazuvchanlik;
- hayotiy tajribaning yo‘qligi;
- o‘z-o‘zini baholashning pastligi;
- aybdorlik hissi bilan yashash;
- ziddiyatli vaziyatlarda hissiyotlarga o‘ta berilish;
- qadriyatlarni qayta tiklashdagi qiyinchilik;

– o'ziga ishonchning sustlashuvi, yo'qolishi; – yolg'izlik, nochorlik hissi;  
– umidsizlik xususiyatlari.

Suitsidal xulq-atvorning shakllanishiga ta'sir etuvchi omillar ko'pincha o'smirlarning ijtimoiy va emotsional ehtiyojlari qondirilmasligi bilan bog'liq bo'ladi. Avvalo, kattalar tomonidan o'smirlarga nisbatan samimiy, do'stona va qo'llab-quvvatlovchi munosabatning yetishmasligi ularning ruhiy holatiga salbiy ta'sir ko'rsatadi.

Shuningdek, jamiyat va oiladagi ijtimoiy-iqtisodiy muhitning murakkablashuvi, moddiy qiyinchiliklar ham o'smir psixikasida bosimni kuchaytiradi. Ota-onaning alkogolizm yoki giyohvandlikka ruju qo'yganligi esa oiladagi sog'lom muhitni izdan chiqarib, farzandlar ruhiyatiga salbiy ta'sir qiladi. O'smirlarga nisbatan qo'pol muomala qilish, ularni kamsitish yoki haqoratlash, shuningdek jismoniy va jinsiy zo'ravonlik holatlari ularning o'ziga bo'lgan ishonchini pasaytiradi va ruhiy jarohatlar keltirib chiqaradi. Bundan tashqari, ayrim o'smirlarning alkogol va narkotik moddalarni iste'mol qilishi, hayot mazmunini anglamaslik, maqsadsizlik hissi hamda javobsiz sevgi kabi omillar ham salbiy oqibatlariga olib kelishi mumkin. O'smir yoshlar orasida suitsidlarning oldini olish, ya'ni profilaktikasi ham muhim sanaladi. Eng muhimi, oilada, maktabda, norasmiy guruhda do'stona, samimiy munosabatlarni shakllantirish lozim. Bolalarning ichki kechinmalari, muammolari va do'stlari bilan munosabatlari haqida doimo qiziqish va so'rab-surishtirib turish kerak. O'smirlarni faqat urishish, kamsitish, imkoniyatlariga past baho berish ham yaramaydi. Ularni maqtab turish, rag'batlantirish ham kerak.

Dunyo amaliyoti uchun umumiy hisoblangan omil – suitsidni jinsga qarab taqsimlanishi hisoblanadi. Masalan, katta yoshli erkaklar ayollarga nisbatan suitsidal xulq-atvorga moyildirlar. Statistika ma'lumotlarga ko'ra, o'smir yoshda, ko'pincha, qizlar o'g'il bolalarga nisbatan suitsidal xulq-atvorlarini namoyish qiladilar. Suitsidal xulq-atvor 14 yoshdan keyin qizlarda ham o'g'il bolalarda ham bir xilda namoyon bo'ladi. Yoshlikda suitsidal xulq-atvor ko'p hollarda ishqiy-shaxsiy munosabatlar, masalan, omadsiz sevgi bilan bog'liqligi ehtimoli kuchli. Shuningdek, suitsid o'g'il

bolalarda katta yoshdagi erkaklarga nisbatan ko‘proq. Shaxsda suitsidni yuzaga kelishidagi muhim omillardan biri bu uning yoshi hisoblanadi. AQSh va Evropa mamlakatlarida suitsidning aniq bir avj yoshi mavjud bo‘lib – o‘smir yosh (15–19) va keksalik yoshi (60–75) ni tashkil qiladi. Bu shartli ravishda “yoshlikning avji” va “involyutsiya avji”ga mos keladi. Rossiyada esa 2 ta “avj” davri mavjud bo‘lib, parasuitsid – o‘smir va o‘spirinlik davriga xos tugallangan suitsid – yoshi qaytgan va keksa yoshlarga xosligi bilan tavsiflanadi.

Mamlakat uncha muhim bo‘lmagan omil. Ko‘pgina tadqiqotlarning ko‘rsatishicha, rivojlangan mamlakatlarda rivojlanayotgan mamlakatlarga nisbatan suitsidlar miqdori yuqori darajani qayd qiladi. Suitsidlar miqdori bo‘yicha eng achinarli holat peshqadamlik mamlakatlarning 100 000 aholisiga AQSh, Kanada, Hindiston, Evropa mamlakatlaridan – Vengriya, Shvetsiya, Shveysariya, Daniya kiradi.

I.E.Marina o‘z tadqiqotlarida ko‘rsatishicha, hozirgi vaqtda Rossiya Federatsiyasida baxtsiz voqealar va qotilliklardan keyin suitsid 3-o‘rinni egallaydi. Rossiyada o‘z joniga qasd qilishlar miqdori dunyo bo‘yicha 1-o‘rinda turadi. Butundunyo sog‘liqni saqlash tashkilotining aniqlashicha, bunda suitsid ko‘rsatkichlari ikki baravar ko‘p (100 ming aholiga 40 dan ortiq hodisalar to‘g‘ri keladi). Ko‘p sonli tadqiqotlarning ko‘rsatkichlari bo‘yicha tugallangan o‘z joniga qasd qilish 10 dan 20 gacha suitsidal urinish (tugallanmagan suitsid) xavfidan darak berib, ko‘ngilli ravishda hayotdan ko‘z yumish bilan bog‘liq. Shu bois, o‘smirning suitsidi alohida muammo hisoblanadi.

Suitsidal xavfning biologik (genetik), psixologik-psixiatrik va ijtimoiy-o‘rta omillari klassifikatsiyasi keng tarqalgan.

Suitsidal xulq-atvoriga olib keluvchi asosiy omillardan biri turli stressli hayotiy vaziyatlardir. Jumladan, yaqin insonning vafoti, sevgi munosabatlarining buzilishi, oilaviy nizolar, farzand bilan bog‘liq og‘ir holatlar, ishni yo‘qotish yoki bandlik muammolari inson ruhiyatiga kuchli ta’sir ko‘rsatadi. Tadqiqotlar shuni ko‘rsatadiki,

suitsid holatlarining katta qismi aynan shaxsiy va oilaviy muammolar bilan bog'liq. Yosh guruhlari kesimida qaralganda, o'smirlar va yoshlar orasida ko'proq sevgi bilan bog'liq omadsizliklar, o'rta yoshdagilarda oilaviy mojarolar, keksalarda esa yolg'izlik va yaqinlarini yo'qotish holatlari ustunlik qiladi.

Shuningdek, zo'ravonlik va tajovuzni boshdan kechirgan shaxslarda suitsidal xulq xavfi yuqoriroq bo'lishi aniqlangan. Xususan, o'smirlar orasida o'tkazilgan tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, bunday salbiy tajribaga ega bo'lganlarda depressiv holatlar va ruhiy buzilishlar ko'proq uchraydi. Ayrim klinik kuzatuvlar ham shuni tasdiqlaydiki, o'ziga zarar yetkazishga uringan shaxslar orasida avval zo'ravonlik qurboni bo'lganlar salmog'i yuqori.

Diniy e'tiqod ham muhim himoya omillaridan biri sifatida namoyon bo'ladi. E'tiqodli insonlarda suitsid darajasi odatda pastroq bo'lishi kuzatiladi. Turli mamlakatlar va madaniyatlar kesimida olib borilgan tadqiqotlar ham diniy qadriyatlar kuchli bo'lgan jamiyatlarda bunday holatlar kamroq uchrashini ko'rsatadi. Islom dini manbalarida ham o'z joniga qasd qilish qat'iy qoralanadi va inson hayotining muqaddasligi alohida ta'kidlanadi.

Suitsidal xulqning oldini olishda oila, maktab va jamiyatning o'zaro hamkorligi juda muhimdir. O'smirlar bilan ochiq, samimiy va ishonchli muloqot o'rnatish, ularning fikr va his-tuyg'ulariga hurmat bilan yondashish, orzu va maqsadlarini qo'llab-quvvatlash muhim profilaktik choralar hisoblanadi. Ijobiy psixologik muhitni shakllantirish orqali xavf omillarini sezilarli darajada kamaytirish mumkin.

Profilaktika ishlarini samarali tashkil etishda bir qator tamoyillarga amal qilish zarur. Jumladan, barcha mutaxassislar tomonidan psixologik-pedagogik etikaga rioya etilishi, yosh xususiyatlarini hisobga olgan holda individual yondashuvni qo'llash, xavf guruhiga kiruvchi bolalarni erta aniqlash va ular bilan tizimli ishlash muhim ahamiyatga ega. Oila bilan hamkorlikni yo'lga qo'yish, ota-onalarga maslahat berish va zarur hollarda psixologik yordam ko'rsatish ham muhim yo'nalishlardan biridir.

Bundan tashqari, o'smirlarda hayot qadri, yashash maqsadi, qiyinchiliklarga bardoshlilik kabi psixologik sifatlarni shakllantirish zarur. Ularni turli hayotiy

vaziyatlarga tayyorlash, stressga chidamliligini oshirish va muammolarni konstruktiv hal qilish ko‘nikmalarini rivojlantirish profilaktikaning muhim tarkibiy qismidir.

Mazkur yo‘nalishda samaradorlikka erishish uchun pedagoglar, psixologlar va ota-onalarning psixologik savodxonligini oshirish, ta‘lim muassasalarida malakali mutaxassislar sonini ko‘paytirish, shuningdek, maktabdan tashqari psixologik yordam xizmatlarini rivojlantirish zarur. Bunday xizmatlarga inqiroz markazlari, anonim maslahat liniyalari va turli mutaxassislar hamkorligidagi qo‘llab-quvvatlash tizimlari kiradi.

### **XULOSA**

O‘smirlarda xavfli xulq-atvorning kelib chiqishi ko‘p omilli jarayon bo‘lib, u shaxsiy, oilaviy va ijtimoiy omillar bilan bog‘liq. Ushbu muammoni hal etishda kompleks yondashuv zarur. Eng muhimi — o‘smirni tushunish, uni qo‘llab-quvvatlash va uning his-tuyg‘ulariga befarq bo‘lmaslikdir.

### **FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR RO‘YXATI:**

1. O‘zbekiston Respublikasi Prezidenti Shavkat Mirziyoevning Oliy Majlis Senatiga murojaatnomasi. 2020-yil 25-yanvar.
2. Shoumarov G.B., Sog‘inov N.A., Qodirov U.D., Paluanova Z.D., “Suisitsid holatlarini tadqiq etish: muammo va yechim” uslubiy qo‘lanma Toshkent 2020.
3. G‘oziyev E. “Ontogenez psixologiyasi” darslik Toshkent 2010.
4. Abdurasulov R.A., To‘laganova N.I. “O‘zligingni angla!”: uslubiy qo‘llanma
5. Karimova V.M. Oila psixologiyasi: Darslik. Pedagogika oliygohlari talabalari uchun. – T.: Fan va texnologiyalar, 2008. – 170 b.