

SUITSIDAL XULQ PROFILAKTIKASI

Nazarova Zarnigor Raxmatjon qizi

Toshkent tibbiyot akademiyasi

Pedagogika va psixologiya kafedrasida o'qituvchisi.

Annotatsiya: *Mazkur maqola suitsidal xulq atvor profilaktikasiga bag'ishlangan bo'lib, maqolada suitsid turlari, namoyon bo'lish bosqichlariga keltirilgan.*

Tayanch tushunchalar: *suitsid, namoishkarona, yashirin, psixik jarayonlar, individual psixologik hususiyatlar, psixosotsial hodisa, shaxslararo munosabatlar, ijtimoiy, psixik holatlar.*

Аннотация: *Данная статья посвящена профилактике суицидального поведения, в статье описаны виды суицида и стадии его проявления.*

Ключевые слова: *суицидальные, демонстративные, скрытые, психические процессы, индивидуально психологические особенности, психосоциальное явление, межличностные отношения, социальные, психические состояния.*

Annotation: *This article is dedicated to the prevention of suicidal behavior, and the article describes the types of suicide and the stages of its manifestation.*

Key words: *suicide, demonstrative, latent, psychic processes, individual psychological characteristics, psychosocial phenomenon, interpersonal relationships, social, psychic States.*

Suitsid atamasini Italiyalik psixolog G.Dezen 1947 yilda taqdim etgan, buni "o'z joniga qasd qilishga urinish" deb ta'riflaydi. "Suitsid" lotincha "o'z joniga qasd qilish deb ataladi. 0247"O'z joniga qasd qilish" - bu ruhiy tizim kuchli stress yoki ruhiy holat kasallik ta'sirida o'z joniga qasd qilishga uringan. Bu xatti-harakat o'smirlik davrida 13 yoshdan boshlab kuzatiladi. Statistik ma'lumotlarga ko'ra, o'z joniga qasd qilish harakati 14 yoshdan 28 yoshgacha bo'lgan davrda 30%, o'smirlik davrida esa 6-10% ni tashkil qiladi. Suitsidal xulq-atvor profilaktikasi tuzilishi, birinchi, ikkinchi, uchinchi darajali profilaktika qilishni bir-biridan farqlash lozim. Dastlabki bo'g'in jamiyatga yo'naltirilgan bo'lib, suitsidal xavf omillarini profilaktika qilish maqsadini o'z ichiga oladi. Ikkinchi bo'g'in bevosita suitsidentga yordamni o'z ichiga oladi. Uchinchi profilaktika – bu suitsidentning tanqidiy holatdan chiqqandan keyingi rehabilitatsiyasi, shuningdek, suitsidentning suitsidal xavf guruhidagi yaqinlari va qarindoshlariga yordam hisoblanadi.

O'z joniga qasd qilish turlari: aniq, yashirin, namoyishkorona

Aniq, bu holatda hayotga qiziqish yo'qolgan odam o'zini uzoq vaqt davomida o'limga tayyorlaydi. Haqiqiy o'z joniga qasd qilish har doim Depressiya - inqirozli vaziyat yoki hayotdan voz kechish, hayotning ma'nosi haqida o'ylash, stress va o'z joniga qasd qilishni orzu qilish. Haqiqiy o'z joniga qasd qilish uzoq vaqt talab etadi.

Yashirin - oldindan aytib bo'lmaydigan, to'satdan paydo bo'ladi. Inson o'zini o'limga tayyorlamaydi. Faqat ongli ravishda tavakkal qilish kutilmagan o'limga olib keladi. Bu to'satdan kuchli psixotravma tufayli yuzaga keladi.

Nomoyishkorona- o'lim orzusi emas, balki o'z muammosiga e'tiborni qaratish, yordamga chaqirishdir. Kimgadir biror narsani isbotlash uchun o'z joniga qasd qilish. Nomoyishkorona - O'z joniga qasd qilish - ishontirish harakati (o'ziga achinish, bahsli vaziyatni yaxshi tomonga o'zgartirish uchun o'z hayotining qiymatini saqlab qolish) muammodan qutulish).

Suitsidal hulq – ancha kengroq tushuncha bo'lib, suitsiddan tashqari o'z ichiga quyidagilarni oladi: Suitsidal fikrlar, suitsidal niyatlar, maqsadlar, suitsidal suiqaqsdlar va urinishlar, amalga oshirilgan suitsid.

Suitsidal hulq – bu suitsidal faollikning namoyon bo'lishi – fikrlar, niyatlar, izhorlar, po'pisalar, urinishlar, suiqaqsdlardir. Yuzaga kelayotgan suitsidal aktga nisbatan o'zining hatti-xarakatlarini namoyon etishda atrofdagi odamlarni rahmini kelitirish. Shu bilan bir qatorda o'zini to'g'ri qilayotganligini isbotlash holati bo'lib, u bir necha minutdan, xaftadan va oygacha bo'lishi mumkin.

Suitsidal hulqning namoyon bo'lishi: O'z qobig'iga o'ralib qolishi, injiqlik, noziktabiyatlik, depressiya, hulq-atvordagi o'zgarishlar, ochiq do'q-po'pisa, oldindan faol tayyorgarchilik ko'rib qo'yilishi (o'lim haqidagi ma'lumotlar); Atrofdagilarga sovg'alar (shaxsiy narsalarni) tarqatish.

Suitsid holatini yuzaga keltiruvchi sabablar:

1. Yo'qotishlar: Romantik munosabatlarning uzilishi, yaqin inson o'limi, ish joyidan maxrum bo'lish, o'z mavqei va obro'sidan ayrilish, ajrim.

2. Bosimlar: Ish joyidagi turli hil ta'ziqlar, oiladagi ta'ziq, qarindosh urug'lari tomonidan ta'ziqlar

3. O'z-o'zini past baholash: Tashqi ko'rinishining jozibali emasligi, o'zini kerakmas shaxs deb his etish, faoliyatidan qoniqmaslik.

O'z joniga qasd qilishga tayyorgarchilik ko'rish belgilari: O'z ishlarini tartibga solishi, vidolashuv choralari, tashqi qiyofasida mamnunlik quvvatga to'lish, yozma ko'rsatmalar (xatlarda, kundaliklarda), og'zaki ko'rsatmalar yoki po'pisa qilish.

Suitsid holatining yuzaga kelish bosqichlari

I.Fikrlash jarayoni, psixodinamik omillar, tajovuskorlik xuruji, ijtimoiy ajralib qolish (yakkalanib qolish).

II.Ambivalentlik/ikkiyuzlamalik, ta'sir o'tkazish onlari, yaqin qurshab turgan muhitda va oiladagi suitsid holatlari, matbuotdagi xabarlar, adabiyotlar, kino va boshqalar.

III.Yechim suitsid to'g'risida qisman e'lon qilish, tayyorgarlik ishlari (“bo'ron oldi sukunat”)

O'z joniga qasd qilish har bir yosh guruhiga xosdir.

Bolalik - 12 yoshgacha

O'smirlik - 12-17 yosh

Yoshlar - 17-29 yosh

Kattalar - 30-35 yosh

Qarilik - 55-70 yosh

Suitsid holatining psixofiziologik namoyon bo'lishi.

Bosh miya faoliyati, tashqi muhitga munosabat, temperament, xarakter, individual xususiyat, ijtimoiy xususiyat, psixologik xolatlar, etnopsixologik xususiyatlar.

O'z joniga qasd qilishning oldini olish bo'yicha asosiy tadbirlar: psixologlar, ijtimoiy pedagoglar va talabalar o'rtasida ishonchni shakllantirish o'quvchining oilasi bilan yaqin aloqada bo'lish, bolalarni himoya qilish jarayonlarini boshlash, talabaga shaxsiy yordam (maxfiy) berish, oilada sog'lom psixologik muhitni yaratish, irodaviy siftlarni mustaxkamlash, emotsional xis-hayajonlardan holi bo'lish va yengillashish uchun AT-autogen mashqlarni qo'llash.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR RO'YXATI:

1. Sh.Mirziyoevning O'zbekiston Respublikasi Prezidenti 2017 yil 5-iyuldagi PF-5106-sonli "Yoshlarga oid davlat siyosati samaradorligini oshirish va O'zbekiston yoshlar ittifoqining faoliyatini qo'llab quvvatlash to'g'risidagi" farmoni.

2. Starshenbaum.G.V "Klinicheskaya psixologiya" Suitsidologiya i krizisnaya psixoterapiya iz-2005

3. Avdeeva N.N., Elagina M.G., Mesheryakova S.YU. Razvitie lichnosti na rannix etapax detstva //Sb. Psixologiya lichnosti. -SPb., 2000. – S.213-222.

4. Bodalev A.A., Stolin V.V. Semya v psixologicheskoy konsultatsii. M.: Pedagogika, 1989. – 206 s.

5. Vinnikott D.V. Razgovor s roditelyami. – M.: Klass, 1995. – 92 s.

6. Zaxarova E.I., Burmenskaya G.V. i dr. Vozrastno-psixologicheskiy podxod v konsultirovanii detey i podrostkov. – M.: 2002.S.262-287.

7. Isaev D.N., Kagan V.E. Polovoe vospitanie i psixogigiena pola u detey.- L.: Nauka, 1990. – 366 s.

8. Umarov B.M. O'zbekistonda voyaga yetmaganlar jinoyatchiligining ijtimoiy-psixologik muammolari. Monografiya. – Toshkent, "Fan" nashriyoti – 2008, 314 bet.

9. G'oziev E.G'. Umumiy psixologiya.–Toshkent: "O'zbekiston faylasuflari milliy jamiyati", 2010. – 544b

10. Zarnigor, N. (2022). TIBBIY PSIXODIAGNOSTIKADA KOGNITIV FUNKSIYALAR DIAGNOSTIKASI MUAMMOSI. THE THEORY OF RECENT SCIENTIFIC RESEARCH IN THE FIELD OF PEDAGOGY, 1(3), 43-46.

11. Raxmatjonqizi, N. (2023). KASALLIKKAMUNOSABATTIPLARIVAULARNINGTAHLILI. Scientific Impulse, 1(6), 439-443.

12. Raxmatjonqizi, N. (2023). PSIXOLOGIKYETUKLIKNINGIJTIMOIY-PSIXOLOGIKOMILLARI. Scientific Impulse, 1(6), 436-438.

13. Нарметова, Ю. (2022). Психосоматик беморларда эмоционал–невротик бузилишлари ва уларга психологик ёрдам кўрсатишнинг ўзига хослиги. Общество и инновации, 3(2/S), 64-71.
14. Нарметова, Ю. (2016). Тиббиёт муассасаларида психологик диагностика ишларини ташкил этишга тизимли ёндашув. Scienceweb academic papers collection.
15. Нарметова, Ю. (2014). Бемор аёлларда депрессия ҳолатининг психопрофилактикаси. Таълим тизимида ижтимоий-гуманитар фанлар.
16. Нарметова, Ю. К. (2022). Психосоматик беморларнинг психоэмоционал хусусиятлари. Integration of science, education and practice. scientific-methodical journal, 3(2), 21-28.
17. Назарова, З. (2023). ПСИХОСОМАТИК КАСАЛЛИКЛАРДА ПСИХОКОРРЕКЦИЯ ВА ПСИХОПРОФИЛАКТИКА УСУЛЛАРИ. Новости образования: исследование в XXI веке, 1(6), 268-272.
18. Бекмиров, Т. (2021). Психологические особенности невротиков у подростков. Общество и инновации, 2(10/S), 541-547.
19. Bekmirov, T. (2021). НЕВРОЗ-ЗАБОЛЕВАНИЕ? ЧТО НАМ НУЖНО ЗНАТЬ О НЕМ.
20. Бекмиров, Т. Р. (2021). Формирование эмоциональная устойчивость личности. Интернаука, (1-2), 26-27.
21. Якубова, Г. А., & Олимжонова, З. Б. Қ. (2022). МАКТАБГАЧА ЁШДАГИ БОЛАЛАРНИНГ ПСИХОФИЗИОЛОГИК РИВОЖЛАНИШИ. Central Asian Academic Journal of Scientific Research, 2(5), 681-689.
22. Olimjonova, Z. B. Q. (2022). МАКТАБГАЧА ТА’ЛИМ YOSHIDAGI BOLALAR EMOTSIONAL SOHASI PSIXOFIZIOLOGIYASINING ASOSIY XUSUSIYATLARI. Oriental renaissance: Innovative, educational, natural and social sciences, 2(5), 311-315.
23. Boysoatovna, R. R. (2022). KASB TANLASH MOTIVATSIYASI NAMOYON BO’LISHIDA PSIXOLOGIK OMILLAR. FORMATION OF PSYCHOLOGY AND PEDAGOGY AS INTERDISCIPLINARY SCIENCES, 1(11), 65-69
24. Boysoatovna, R. R., & Muxayyo, A. (2023). TIBBIYOT XODIMLARI O’RTASIDAGI IJOBIY MUHITNI YARATISHGA QARATILGAN PSIXOLOGIK TAVSIYALAR. Scientific Impulse, 1(6), 424-429.
25. Boysoatovna, R. R. (2023). ABU ALI IBN SINO ASARLARIDA PEDAGOGIK-PSIXOLOGIK YONDOSHUVNING O’ZIGA HOS JIHATLARI. Scientific Impulse, 1(6), 419-423
26. Boysoatovna, R. R. (2023). TALIM DARAJASI SAMARADORLIGINI OSHIRISHDA XORIJIY DAVLATLAR TAJRIBALARDAN FOYDALANISH. Новости образования: исследование в XXI веке, 1(6), 490-496.
27. Boysoatovna, R. R. (2022). O’RTA ASR SHARQ OLAMI YETUK MUTAFFAKKIRI ABU NASR FAROBIY ASARLARIDAGI PEDAGOGIK–PSIXOLOGIK QARASHLAR. Scientific Impulse, 1(4), 737-739.