

O‘QUVCHILAR O‘RTASIDA ADDIKTIV XULQ-ATVORGA QARAMLIKNI KORREKSIYA QILISHNING PSIXOLOGIK VAZIFALARI

Ibragimova Dilafruz Ibragimovna

Usarova Laylo Tirkash qizi

*Jizzax viloyati Paxtakor tumani MMTB ga qarashli 2-umumta'lim maktabi
psixologlari*

Annotatsiya: Ushbu ilmiy maqola addiktiv xulq-atvorning yuzaga kelish sabablari, oqibatlarini hamda addiktiv xulq-atvor korreksiyasi to'g'risida yoritib berilgan.

Kalit so'zlar: tobeklik, xulqi og'ishganlik, devyatsiya, addiktiv xulq-atvor.

KIRISH

Addiktiv (tobelik) xulq-atvor – bu shaxs xulqining, biror narsaga berilgaligi bilan bog'liq (ingliz tilidan, addiction — moyillik, yomon odat) xulqiy og'ish shakllaridan biri. Bunda odam qanday obyektga qaram bo'lib qolganligi, unga juda ham bog'lanib qolganligi, bu obyektidan lazzat olishligi tushuniladi. Bunday obyekt qaram bo'lib qolgan odam ustidan hukmron bo'lib qoladi. Agar biror obyektga bog'liqlik juda kuchli bo'lmasa, shaxs sog'ligi va ijtimoiy mavqeiga katta xavf solmasa, uning me'yoriy xulqini buzmasa, buni oddiy yomon odat deb atash mumkin.

Tobelik (addiktiv) xulqi qaysi obyektga berilganligiga bog'lik holda ko'plab turlarga bo'linadi. Hayotda eng ko'p tarqalgan qaramlik obyektlari bu psixoaktiv moddalardir (yashirin va yashirin bo'lmagan giyohvandlik moddalari), qimor o'yinlari, shirinliklar, shahvoniylik, diniy guruhlar hisoblanadi.



Keyingi vaqtlarda kompyuterga qaramlik ham juda tez tarqalmokda. Har qanday bog‘liqlikda odamning tabiiy ehtiyojlari yotadi. Lekin, muayyan sharoitlarda ba’zi obyektlar shaxs uchun hayotiy muhim obyektlarga aylanishi, ularga bo‘lgan ehtiyoj esa kuchayib nazoratdan chiqib ketishi mumkin.

Tobelik xulqining turli shakllari bir-biri bilan tutashishi yoki biri-biriga o‘tishi mumkin, chunki o‘z faoliyati umumiy mexanizmiga ega bo‘ladi. Masalan, o‘taketgan kashanda, sigaretlardan voz kechsa, doimiy ravishda ovqat yegisi keladi. Geroinga qaram bo‘lgan odam, uni qabul qilishni to‘xtatsa, alkogolli ichimliklarga berilib ketishi mumkin. Tobelikning psixologik mexanizmlarining o‘xshashligi shundaki, ularda o‘z ruhiy va jismoniy holatini suniy ravishda o‘zgartirib, real hayotdan qochishga intilish holatlari yuzaga keladi.

Tanlangan vositadan qat’iy nazar addiktiv xulqning maqsadi, bu oddiy hayotdan, zerikishdan, yolg‘izlikdan, hayot qiyinchiliklaridan qochishdir. Bu bo‘shashish va kuchli ijobiy hissiyotlarni boshdan kechirish holatida ifodalanadi. Barcha qaramlilik vositalari, ayniqsa, giyohvandlik moddalari, muayyan vaqtga ijobiy hissiyotlarni paydo qilish (hursandchilik, baxtiyorlik, rohat, ruhiy va jismoniy qulaylikni sezish) yoki salbiy hissiyotlarni bartaraf etish (xavotirni, xafalikni, aybdorlik hissini, zerikishni, yetishmovchilikni unutish) xususiyatiga ega. Tobelik xulqi deb, shunday holatda aytiladiki, unda odam qayta-qayta qandaydir qoniqishni kutib, bir xil usul tutadi.

Addiktiv xulq birdaniga paydo bo‘lmaydi. U qaramlikni beto‘xtov shakllantirish va rivojlantirish jarayonidir. Bu giyohvandlik misolida juda yaxshi kuzatiladi. U ruhiy (psixologik) holatni yaxshilaydigan giyohvandlik moda bilan tanishishdan boshlanadi. Ijobiy hissiyotlarni olish, kelgusi giyohvandlik moddalariga qaramlilik obyekti bilan qayta uchrashishga undaydi, ular tez-tez qaytariladi va oxir oqibat muntazam faoliyatga aylanadi. Bu mazkur giyohvandlik moddasini nihoyatda qadrlash munosabatini paydo qiladi. U esa uy-fikrlar, esdaliklar, xayollar o‘rnini egallaydi, mumkin bo‘lgan salbiy oqibatlarga tanqidiy qarash munosabatni kamaytiradi. Odam o‘zining bog‘liqligini oqlash va himoyalashni boshlaydi, bu moddani ortiqcha ishlatish zarari to‘g‘risidagi axborotga ishonchsizlik bilan qaraydi. Oldingi qadriyatlar va qiziqishlar o‘z ahamiyatini yo‘qotadi. Giyohvandlik moddaga intilishi shunchalik kuchli bo‘ladiki, odam bu yo‘lda har qanday to‘siqlarni yengishga qodir bo‘ladi. Shu bilan birga, u o‘z qaramligini tan olgisi kelmaydi, bu esa unga yordam berishni qiyinlashtiradi va atrofdagilar bilan munosabatlarni murakkablashtiradi. Ijtimoiy moslanishdan chiqish belgilari ko‘payib boradi.

Addiktiv xulq rivojlanishining quyidagicha izchil zanjirini tuzish mumkin: tatib ko‘rish (o‘z tajribasida sinab ko‘rish) - goh-goh iste‘mol qilish – muntazam iste‘mol qilish (ortiqcha berilish) – ruhiy qaramlik -jismoniy qaramlik. Bunday xulq yaqqol o‘zini buzib boruvchi xarakterga ega. Zero, u so‘zsiz organizm va shaxs buzilishiga olib keladi. Uning shakllanishiga qator psixologik va ijtimoiy omillar ta’sir

etadi. "Shaxsning og'ishgan xulqi" o'ta murakkab va ko'p obrazli kategoriyasi ichida tobe axloq yoki bog'lanib qolgan deb nomlanuvchi guruhcha ajratiladi. Shaxsning tobe axloqi ozida jiddiy ijtimoiy muammoni aks ettiradi, chunki aniq korinib turgan shaklda ishga layoqatini yoqotish, atrofdagilar bilan janjallar, jinoyat sodir etish kabi salbiy oqibatlarga olib kelishi mumkin. Bundan tashqari, bu deviatsiyaning u yoki bu tarzda istalgan oilaga tegishli bolgan birmuncha keng tarqalgan turi.

Zarar (arabcha yomon ta'sir yoki ziyon, shikast, zahmat) – bir shaxsga yoki davlatga, jamiyatga, jamoaga va boshqaga ikkinchi shaxs tomonidan yetkaziladigan ziyonni anglatuvchi tushuncha. Zarar ikki xil tarzda yetkazilishi mumkin: moddiy va ma'naviy. Moddiy zarar – mol-mulkka yetkazilgan ziyon bo'lsa, ma'naviy zarar esa shaxsning hayoti va sog'lig'iga, obro'siga putur yetkazishdir. Shaxsga yetkazilgan ma'naviy zarar uning jamiyatdagi mavqei, jamoatchilik o'rtasidagi obro'yi, hurmat-e'tiboriga salbiy ta'sir etadi. Kek saqlaydigan, faqat o'ch olish niyati bilan yashaydigan dili qora, hamisha qalbida boshqalarga zarar yetkazishni o'ylaydigan kishilar oxir-oqibat bunday hodisalarning sababchisidir.

Boshqalarga zarar yetkazadigan kishilar qalbi pok, oqko'ngil insonning qo'yniga kirib olib, so'ngra ularga zarar yetkazishga harakat qilishadi. El nazariga tushgan boobro' odamga hasad qilib, unga zarar yetkazishga intiladigan kishi nodonni eslatadi. Bunda ular o'zlariga ig'vogarlikni qurol qilib olishadi. Ig'vogarlar hamma yerda va har qanday vaziyatda o'zgalarga ziyon yetkazishga harakat qilishadi. Yaxshilikni yomonlikdan ajrata olmaydigan kishilarning foydasidan ko'ra zarari ko'proqdir. Bilimli, tarbiyali kishi boshqalarga zarar yetkazmaydi. Chunki ular yaxshilik va yomonlikni farqlay bilishadi. Har qanday zararli ishni ko'ra bila turib, uning oldini olish o'rniga, uni qo'llab-quvvatlab turadiganlar jamiyat uchun eng zararli kishilardir. Oqil kishi nodon bilan vaqtini bekorga o'tkazmaydi, chunki nodonning ishi ham, so'zi ham zararli ekanini yaxshi biladi.

Zararli odatlar – shaxs yoki butun bir millat, jamiyatga tegishli ma'naviy, madaniy, moddiy o'zaro munosabatlar, dunyoqarash va hokazo nuqtai nazaridan g'ayriinsoniy yoki g'ayriodatiy deb bilinadigan xususiyatlarni ifodalovchi tushuncha. Zararli odatlar insonning ma'naviyat talablarini yaxshi anglamagani, ma'naviy tamoyillarga rioya qilmagani, noto'g'ri tarbiyalangani oqibatida kelib chiqadi. Inson bilim olar ekan, o'rgangan bilimlarining bir qismi butun hayoti davomida uning doimiy amaliy ko'nikmalariga aylana boradi. Shunga ko'ra, zararli odatlar inson hayotining xohlagan vaqtida shakllanishini kuzatish mumkin. Biroq inson umri bolalik va o'smirlik, yoshlik, o'rta yoshlik va keksalikdan iborat to'rt qismga bo'linib (Forobiy, Yusuf Xos Hojib, Navoiy), uning birinchi ikki qismida ko'nikmalarning hosil bo'lishi ko'proq jismoniy va kamroq aqliy xarakterga ega bo'ladi. Uchinchi va to'rtinchi qismida esa ko'proq aqliy va kamroq jismoniy mohiyat kasb etadi. Shunga qaramay,

inson ongining faollashuvi zararli odatlarning yo‘qolishi yoki aksincha, mukammallashuvini keltirib chiqaradi.

Shu jihatga ko‘ra, inson umrining dastlabki ikki qismida uning tarbiyasiga katta ahamiyat qaratiladi. Muayyan shaxsga tegishli zararli odatlar individual yoki ijtimoiy tarzda namoyon bo‘lishi mumkin. Bunda shaxsning zararli odatlari uning ijtimoiy hayotda tutgan o‘rni bilan bog‘liq bo‘ladi. Masalan, shaxsning ijtimoiy hayotdagi o‘rni past darajada bo‘lsa, loqaydlik, dangasalik, o‘g‘irlik kabi zararli odatlar individual xususiyatga ega bo‘ladi, aksincha, baland darajada bo‘lsa, zararli odatlarning ijtimoiy xarakter kasb etishiga olib kelishi mumkin. Ana shu jihatlariga ko‘ra, zararli odatlar milliy, ijtimoiy, mintaqaviy yoki umuminsoniy ko‘rinishga ega bo‘ladi. Zararli odatlarning shakllanishiga turli omillar sabab bo‘ladi, biroq uning ijtimoiy darajada ildiz otishida insonning iqtisodiy, siyosiy, huquqiy, madaniy, ma‘naviy-ruhiy mavqei muhim o‘rin tutadi.

Shuningdek, zararli odatlar jins, irq, tabiat, an‘analarga munosabatlarda ham namoyon bo‘lishi mumkin. Masalan, "Avesto"da suv, tuproq, havoni ifloslantirish, hayvonlarni qirish, o‘simliklarni yo‘q qilish zararliligi qayd etilgan. Zararli odatlar ba‘zan jamiyat taraqqiyotiga, insoniy munosabatlarga salbiy ta‘sir ko‘rsatadigan xatti-harakatlar, ko‘nikmalar majmui tarzida ham namoyon bo‘ladi.

Azal-azaldan tobe axloqning turli shakllarini piyonistalik, ortiqcha yeyish, azart o‘yinlar va boshqai shqibozlikni nazarda tutgancha zararli yoki yakson etuvchi odatlar deb ataganlar. Zamonaviy tibbiy adabiyotlarda patologik odatlar degan atama keng ishlatiladi. Bog‘lanib qolish tushunchasi tibbiyotdan o‘zlashtirilgan, hozirgi vaqtda nisbatan yangi va ommaviy atama hisoblanadi.

XULOSA

Shuni aytishimiz mumkinki, gedonistik psixologiya - mol – dunyo, pul va mansabparastlikka tobelik kabi illatlar yoshlarimiz ongida paydo bo‘lmasligi, ochiq axborot makonida bemalol turli ma‘lumotlarni qabul qilish imkoniyati paydo bo‘lgan hozirgi sharoitda ularni ezgu maqsadlarga yo‘naltirish, ularda sog‘lom dunyoqarashni shakllantirish eng dolzarb masalalardan biri bo‘lib qolmoqda.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR:

1. Rozikova M., Aliyeva K. Psixologik tashxis metodikalari . – T., 2013. – B. 16
2. Umarov B.M. Muloqot va shaxslararo munosabatlar psixologiyasi. //uslubiy qo‘llanma. – T. – 1998, 46-bet.
3. Umarov B.M. Tarbiyasi qiyin bolalar bilan ishlashda psixologik xizmatning o‘rni. //uslubiy qo‘llanma. – T. – 2008, 86-bet.
4. www.expert.psychology.ru
5. www.psycho.all.ru