

## O'QUVCHILARDA SUITSIDAL XULQ-ATVORNING NAMOYON BO'LISHIGA TA'SIR ETUVCHI STRESSOGEN OMILLAR TAHLILI

Qodirova Shoxidabonu Sobirjon qizi

Toshkent amaliy fanlar universiteti Psixologiya yo'nalishi magistranti Yunusobod tumani 53-maktab  
psixologi bonukodirova6@gmail.com

**Annotatsiya:** Mazkur maqolada o'quvchilarda suitsidal xulq-atvorning shakllanishiga ta'sir etuvchi stressogen omillar ijtimoiy-psixologik jihatdan tahlil qilingan. Tadqiqotda o'smirlik davrining psixologik xususiyatlari, oilaviy va maktab muhitining ta'siri, tengdoshlar bilan munosabatlar hamda zamonaviy axborot muhitining stress hosil qiluvchi omillari ko'rib chiqildi. Stressogen omillarning o'quvchilarda emotsional beqarorlik, depressiv holatlar va o'z-o'zini baholashning pasayishiga olib kelishi ilmiy asoslandi. Maqolada suitsidal xulq-atvorning oldini olishda psixologik profilaktika va erta diagnostikaning ahamiyati yoritilgan.

**Kalit so'zlar:** suitsidal xulq-atvor, stressogen omillar, o'smirlik davri, psixologik stress, depressiya, oilaviy muhit, maktab muhiti, ijtimoiy omillar, psixoprofilaktika.

**Abstract:** This article analyzes the socio-psychological factors influencing the manifestation of suicidal behavior among students. The study examines psychological characteristics of adolescence, the impact of family and school environments, peer relationships, and stress-inducing factors of the modern information space. It is scientifically substantiated that stressogenic factors lead to emotional instability, depressive states, and a decrease in self-esteem among students. The article highlights the importance of psychological prevention and early diagnosis in preventing suicidal behavior.

**Keywords:** suicidal behavior, stressogenic factors, adolescence, psychological stress, depression, family environment, school environment, social factors, psychoprophylaxis.

**Аннотация:** В данной статье проводится социально-психологический анализ факторов, влияющих на формирование суицидального поведения у учащихся. Рассматриваются психологические особенности подросткового возраста, влияние семейной и школьной среды, отношения со сверстниками, а также стрессогенные факторы современной информационной среды. Научно обосновано, что стрессогенные факторы приводят к эмоциональной нестабильности, депрессивным состояниям и снижению самооценки у учащихся. В статье подчеркивается важность психологической профилактики и ранней диагностики в предупреждении суицидального поведения.



**Ключевые слова:** *суицидальное поведение, стрессогенные факторы, подростковый возраст, психологический стресс, депрессия, семейная среда, школьная среда, социальные факторы, психопрофилактика.*

## KIRISH

Hozirgi kunda yoshlar, xususan, o'smirlar orasida ruhiy salomatlik bilan bog'liq muammolar, jumladan suitsidal xulq-atvor xavfi global miqyosda dolzarb ijtimoiy-psixologik masalalardan biri bo'lib qolmoqda. O'smirlilik davri shaxs rivojlanishining eng murakkab va sezgir bosqichi hisoblanib, bu davrda emotsional barqarorlikning pastligi, ijtimoiy moslashuv jarayonlarining murakkabligi hamda shaxsiy identifikatsiya jarayonining shakllanishi bilan bog'liq ichki ziddiyatlar kuchayadi. Aynan shu holatlar stressogen omillarga nisbatan sezgirlikni oshirib, ayrim hollarda suitsidal fikr va xulq-atvorning shakllanishiga zamin yaratishi mumkin.

Suitsidal xulq-atvorning yuzaga kelishi ko'p omilli murakkab jarayon bo'lib, uning asosida biologik, psixologik va ijtimoiy omillarning o'zaro ta'siri yotadi. Xususan, oilaviy muhitdagi nizolar, ota-ona va farzand o'rtasidagi emotsional uzilish, maktab muhitdagi psixologik bosim, tengdoshlar bilan munosabatlardagi qiyinchiliklar hamda zamonaviy axborot makonining salbiy ta'siri o'smirlarning ruhiy holatiga jiddiy ta'sir ko'rsatadi. Ushbu stressogen omillar o'zaro birikib, shaxsda emotsional zo'riqish, tushkunlik va o'z-o'zini past baholash holatlarini kuchaytiradi.

Ilmiy adabiyotlarda suitsidal xulq-atvor muammosi turli nazariy yondashuvlar asosida o'rganilgan. Ijtimoiy yondashuv vakillari suitsidni jamiyatdagi integratsiya va nazorat darajasi bilan bog'liq hodisa sifatida talqin qilsa, psixoanalitik va kognitiv yo'nalish vakillari uni ichki psixologik konfliktlar, salbiy fikrlash stereotiplari va emotsional beqarorlik bilan izohlaydi. Zamonaviy tadqiqotlar esa suitsidal xavfning shakllanishida stressogen omillarning hal qiluvchi rolini alohida ta'kidlaydi.


Mazkur maqolaning dolzarbligini shundaki, o'quvchilarda suitsidal xulq-atvorning shakllanishiga ta'sir etuvchi stressogen omillarni ilmiy asosda tahlil qilish, ularning psixologik mexanizmlarini aniqlash hamda profilaktik choralarni ishlab chiqish zarurati ortib bormoqda. Tadqiqotning maqsadi o'quvchilarda suitsidal xulq-atvor rivojlanishiga ta'sir etuvchi asosiy stressogen omillarni ijtimoiy-psixologik jihatdan tahlil qilishdan iborat.

Shu nuqtai nazardan, mazkur ishda o'smirlar psixologiyasiga ta'sir etuvchi asosiy stress omillari, ularning emotsional va xulq-atvoriy oqibatlarini hamda suitsidal xavfni kamaytirishga qaratilgan psixoprofilaktik yondashuvlar ilmiy jihatdan ko'rib chiqiladi.

### Adabiyotlar tahlili

O'quvchilarda suitsidal xulq-atvorning shakllanishi va unga ta'sir etuvchi stressogen omillar muammosi psixologiya, sotsiologiya va pedagogika fanlarida keng o'rganilgan





murakkab ilmiy yoʻnalishlardan biri hisoblanadi. Mazkur muammo boʻyicha olib borilgan tadqiqotlar shuni koʻrsatadiki, suitsidal xulq-atvor koʻp omilli psixologik hodisa boʻlib, uning shakllanishida shaxsning ichki psixologik xususiyatlari, ijtimoiy muhit hamda stressga javob reaksiyalari muhim rol oʻynaydi.

Ilmiy adabiyotlarda suitsidal xulq-atvorni oʻrganishda turli nazariy yondashuvlar shakllangan. Émile Durkheim suitsidni ijtimoiy hodisa sifatida talqin qilib, uning asosiy sababi sifatida jamiyatdagi integratsiya va ijtimoiy nazorat darajasining pasayishini koʻrsatadi. Uning fikricha, ijtimoiy aloqalarning zaiflashuvi individda yolgʻizlik, begonalashuv va maʼnaviy boʻshliq hissini kuchaytiradi, bu esa suitsidal xulq-atvor uchun sharoit yaratadi.

Psixoanalitik yondashuv vakili Sigmund Freud suitsidal xulq-atvorni shaxsning ichki psixologik konfliktlari, bostirilgan agressiya va destruktiv instinktlar bilan izohlaydi. Freyd konsepsiyasiga koʻra, “oʻlim instinkti” (Thanatos) kuchaygan holatda individ oʻziga yoʻnaltirilgan agressiv xulq-atvorni namoyon qilishi mumkin.

Kognitiv psixologiya yoʻnalishida Aaron Beck tomonidan ishlab chiqilgan nazariya muhim oʻrin tutadi. Uning fikricha, suitsidal fikrlar salbiy kognitiv sxemalar, umidsizlik, oʻzini past baholash va kelajakka pessimistik qarashlar natijasida shakllanadi. Beckning depressiya va kognitiv buzilishlar haqidagi ishlari suitsidal xavfni tushuntirishda ilmiy asos boʻlib xizmat qiladi.

Zamonaviy tadqiqotlarda stress tushunchasi suitsidal xulq-atvor bilan chambarchas bogʻliq holda oʻrganiladi. Stressogen omillar shaxsning emotsional barqarorligini buzib, adaptatsion imkoniyatlarni kamaytiradi. Bu jarayonda oilaviy muhit, maktabdagi psixologik bosim, tengdoshlar bilan munosabatlar hamda raqamli muhitning salbiy taʼsiri asosiy risk omillari sifatida ajratiladi.

Mahalliy olimlar tomonidan ham ushbu yoʻnalishda muhim tadqiqotlar amalga oshirilgan. Oʻzbekiston psixologiya maktabi vakillari O.E. Xaitov, E.N. Sattarov, Gʻ.Sh. Salomova va boshqalar oʻsmirlar psixologiyasi, deviant xulq-atvor hamda psixologik profilaktika masalalarini oʻrganib, stress omillarining shaxs rivojlanishiga salbiy taʼsirini ilmiy asoslab berganlar. Ularning ishlarida oʻsmirlik davrida emotsional barqarorlikni shakllantirish va psixologik yordam tizimini takomillashtirish muhim yoʻnalish sifatida koʻrsatilgan.

Adabiyotlar tahlili shuni koʻrsatadiki, suitsidal xulq-atvorning shakllanishi koʻp omilli jarayon boʻlib, stressogen omillar uning asosiy psixologik triggeri hisoblanadi. Ushbu omillar oʻzaro bir-biri bilan bogʻliq holda shaxsda emotsional zoʻriqish, depressiv holatlar va ijtimoiy moslashuv qiyinchiliklarini kuchaytiradi. Shu sababli suitsidal xulq-atvorning oldini olishda kompleks psixoprofilaktik va psixokorreksion yondashuvlarni qoʻllash zarur hisoblanadi.



Stressogen omillar tahlili O'quvchilarda suitsidal xulq-atvor shakllanishiga ta'sir etuvchi stressogen omillar zamonaviy psixologik tadqiqotlarda alohida risk faktorlar tizimi sifatida o'rganiladi. Stressogen omillar deganda shaxsning psixologik moslashuv imkoniyatlarini pasaytiruvchi, emotsional zo'riqishni kuchaytiruvchi hamda ichki psixik barqarorlikni buzuvchi tashqi va ichki ta'sirlar majmuasi tushuniladi. Ushbu omillar o'smirlik davrida yanada kuchliroq namoyon bo'lib, shaxsning xulq-atvor modeli va emotsional reaksiyalariga bevosita ta'sir ko'rsatadi.

Tahlillar shuni ko'rsatadiki, stressogen omillarni shartli ravishda bir necha asosiy guruhlariga ajratish mumkin: oilaviy, ta'limiy, ijtimoiy va individual-psixologik omillar.

Oilaviy stressogen omillar- Oilaviy muhit o'quvchining psixologik rivojlanishida asosiy tayanch tizim hisoblanadi. Oilada nizoli vaziyatlarning tez-tez takrorlanishi, ota-ona tomonidan emotsional qo'llab-quvvatlashning yetishmasligi, haddan tashqari nazorat yoki aksincha befarqlik holatlari o'smirda ichki psixologik beqarorlikni yuzaga keltiradi. Bunday sharoitda o'quvchi o'zini yolg'iz his qilishga moyil bo'lib, stressga nisbatan chidamlilik darajasi pasayadi.

Ta'limiy stressogen omillar- Maktab muhiti o'quvchining kundalik psixologik yuklamasini belgilovchi muhim omildir. Akademik bosim, yuqori talablar, o'qituvchi bilan munosabatlardagi keskinlik, baholashdan qo'rquv va muvaffaqiyatsizlikka nisbatan sezgirlik stress darajasini oshiradi. Ayniqsa, raqobat kuchli bo'lgan sinflarda o'quvchilar o'z imkoniyatlarini past baholashga moyil bo'lib qoladilar.

Ijtimoiy stressogen omillar- Tengdoshlar bilan munosabatlar o'smir psixologiyasida yetakchi o'rin tutadi. Ijtimoiy rad etilish, kamsitilish, kiberbulling va guruh ichida moslashishdagi qiyinchiliklar o'quvchida emotsional zo'riqish va o'zini inkor etish holatlarini kuchaytiradi. Shuningdek, ijtimoiy tarmoqlarda ideal hayot obrazlari bilan doimiy taqqoslash ham psixologik stressni kuchaytiruvchi omil hisoblanadi.

Individual-psixologik omillar- Shaxsning ichki psixologik xususiyatlari ham stressni qabul qilish darajasini belgilaydi. Past o'z-o'zini baholash, emotsional beqarorlik, impulsivlik, frustratsiyaga chidamlilikning pastligi va salbiy kognitiv fikrlash uslubi suitsidal xavfning kuchayishiga olib keladi. Bunday holatda shaxs stressni konstruktiv emas, destruktiv yo'l bilan hal qilishga moyil bo'ladi.

Tahliliy xulosa- Umumiy tahlil shuni ko'rsatadiki, stressogen omillar alohida emas, balki o'zaro kompleks tizim sifatida ta'sir ko'rsatadi. Oilaviy muhitdagi muammolar maktabdagi stressni kuchaytirishi, ijtimoiy bosim esa individual psixologik zaifliklarni faollashtirishi mumkin. Natijada o'quvchida emotsional resurslarning kamayishi, psixologik charchoq va suitsidal fikrlarga moyillik ortadi.



Shu bois stressogen omillarni erta aniqlash va ularning ta'sirini kamaytirishga qaratilgan psixoprofilaktik ishlar o'quvchilarda suitsidal xulq-atvorning oldini olishda muhim ilmiy-amaliy ahamiyatga ega hisoblanadi.

#### Xulosa

Mazkur ilmiy tadqiqot o'quvchilarda suitsidal xulq-atvorning shakllanishiga ta'sir etuvchi stressogen omillarni tizimli, ijtimoiy-psixologik va klinik-psixologik yondashuvlar asosida tahlil qilishga qaratildi. O'tkazilgan nazariy tahlil va empirik kuzatishlar natijasida shuni qayd etish mumkinki, suitsidal xulq-atvor bir martalik yoki yagona omil bilan izohlanmaydigan, balki shaxsning ichki psixik holati va tashqi ijtimoiy muhit o'rtasidagi murakkab o'zaro ta'sir natijasida shakllanadigan ko'p omilli psixologik fenomen hisoblanadi.

Tadqiqot jarayonida aniqlangan asosiy xulosalardan biri shuki, stressogen omillar o'smirlik davrida yanada kuchliroq ta'sir ko'rsatadi, chunki bu davrda shaxsning emotsional barqarorligi to'liq shakllanmagan, identifikatsiya jarayonlari esa faol bosqichda bo'ladi. Natijada tashqi muhitdan kelayotgan salbiy signallar (oilaviy konfliktlar, maktabdagi bosim, tengdoshlar tomonidan rad etilish, ijtimoiy taqqoslash) ichki psixologik resurslar bilan yetarlicha kompensatsiya qilinmaydi.

Olingan natijalar shuni ko'rsatadiki, oilaviy muhitdagi disfunktsionallik — ya'ni emotsional sovuqlik, nazoratning haddan tashqari kuchayishi yoki aksincha befarqlik — o'quvchida xavfsizlik hissining pasayishiga olib keladi. Bu holat esa bazaviy psixologik ehtiyojlar (e'tibor, qo'llab-quvvatlash, qabul qilinish)ning qondirilmasligi orqali stress darajasini kuchaytiradi.

Shuningdek, ta'lim jarayonidagi akademik stress va doimiy baholash tizimi o'quvchilarda muvaffaqiyatsizlikdan qo'rqish, o'zini past baholash va o'z imkoniyatlariga nisbatan ishonchsizlikni shakllantiradi. Bu esa kognitiv darajada salbiy avtomatik fikrlarning kuchayishiga olib keladi va depressiv simptomatika rivojlanishiga zamin yaratadi.

Ijtimoiy muhit omillari tahlili shuni ko'rsatdiki, tengdoshlar bilan munosabatlardagi konfliktlar, ijtimoiy rad etilish va kiberbulling o'smir psixikasida kuchli stressor sifatida namoyon bo'ladi. Ayniqsa, zamonaviy raqamli muhitda ijtimoiy taqqoslashning kuchayishi o'z-o'zini qadrlash tizimining buzilishiga olib kelishi mumkin.

Individual-psixologik omillar esa ushbu jarayonni yanada chuqurlashtiruvchi ichki determinant sifatida xizmat qiladi. Emotsional regulyatsiya mexanizmlarining zaifligi, impulsivlik, frustratsiyaga chidamlilikning pastligi va salbiy kognitiv sxemalar suitsidal fikrlarning shakllanish xavfini oshiradi.

Tadqiqot natijalarini umumlashtirgan holda aytish mumkinki, stressogen omillar o'zaro kumulyativ va sinergetik ta'sirga ega bo'lib, ular bir-birini kuchaytirgan holda



o'quvchining psixologik barqarorligini izdan chiqaradi. Shu sababli suitsidal xulq-atvorning oldini olishda faqat bir yo'nalishdagi emas, balki kompleks, tizimli va multidisipliner yondashuv zarur hisoblanadi.

Mazkur yondashuv doirasida quyidagi yo'nalishlar alohida ahamiyat kasb etadi: erta psixodiagnostika, maktab psixologik xizmati faoliyatini kuchaytirish, oila bilan ishlash tizimini takomillashtirish, o'quvchilarda stressga chidamlilik va emotsional intellektni rivojlantirish hamda ijtimoiy ko'nikmalarni shakllantirish.

Yakuniy xulosa sifatida ta'kidlash joizki, suitsidal xulq-atvorning oldini olish nafaqat psixologik, balki pedagogik va ijtimoiy darajadagi kompleks strategiyalarni talab etadi. Stressogen omillarni erta aniqlash va ularning ta'sirini kamaytirishga yo'naltirilgan ilmiy asoslangan psixoprofilaktik dasturlar o'quvchilarning ruhiy salomatligini saqlashda muhim ahamiyatga ega bo'lib, ularning ijtimoiy moslashuvi va shaxsiy rivojlanishini ta'minlashga xizmat qiladi.

#### FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR RO'YXATI:

1. Xaitov O.E. Psixologik kompetentlik asoslari. – Toshkent: Fan va texnologiya, 2020. – 112–118-b.
2. Sattarov E.N. Ijtimoiy psixologiya va deviant xulq. – Toshkent: O'zbekiston Milliy universiteti nashriyoti, 2022. – 145–152-b.
3. G'oziyev E.G'. Yosh davrlari psixologiyasi. – Toshkent: O'qituvchi, 2019. – 201–210-b.
4. Émile Durkheim. Suicide: A Study in Sociology. – New York: Free Press, 1951. – 145–180 pp.
5. Sigmund Freud. Introduction to Psychoanalysis. – London: Penguin Books, 2001. – 75–89 pp.
6. Aaron Beck. Depression: Causes and Treatment. – Pennsylvania: University of Pennsylvania Press, 2006. – 55–73 pp.
7. World Health Organization (WHO). Suicide Prevention: Global Report. – Geneva: WHO Press, 2023. – 18–27 pp.
8. UNICEF. Adolescent Mental Health and Well-being Report. – New York, 2022. – 34–41 pp.

