

**SUITSID MUAMOSINIG BA'ZI PSIXOLOGIK TAHLILI****Esnazarova Miyrigul Paraxatdinovna***Nukus shaxri, 48-sonli maktab psixologi*

Barchamizga ma'lum bo'lganidek, dunyoda va mamlakatda sodir bo'layotgan kuchli ijtimoiy-siyosiy o'zgarishlar, ishlab chiqarish munosabatlarining rivojlanishi, fan-texnika taraqqiyoti, ularni inson hayotiga jadallik bilan kirib kelishi insonning emostional-ruhiy holatiga o'z ta'sirini o'tkazmoqda, chunki bu jarayonlar ham jismoniy ham ruhiy zo'riqishlar (stress) bilan bog'liq. Shunday muhit va sharoitlarga bardosh bera olmagan shaxslarda stress, krizis (yoki depressiya) holati yuzaga kelib o'z joniga qasd qilish holatlariga sabab bo'lmoqda.

Suitsid –bu odamgagina xos bo'lgan o'zini-o'zi o'ldirish hodisasi bo'lib, insonning o'zi mansub bo'lgan ijtimoiy guruhdagi ijtimoiy-ruhiy o'zgarish-ziddiyatlarga moslasha olmasligi oqibatida kelib chiqadi [3].

Hayot ma'nosini yo'qotish bilan bog'liq ijtimoiy xulqning eng fojiali ko'rinishlaridan biri – o'z joniga qasd qilishdir. Hayot ma'nosini yo'qotish, hayot ma'nosini anglash. Bu masalalar bo'yicha psixologiyaning alohida yo'nalishi mavjud bo'lib, bu "Ekzistensial" psixologiya hisoblanadi.

Psixologiyada ekzistensial yo'nalish XX asrning birinchi yarmida Evropada ikkita g'oyaning chegarasida vujudga keldi. Ekzistensial psixologiya vakillari Karl Yaspers, Lyudvig Binsvanger, Medard Boss, Viktor Frankl kabilar tomonidan taqdim etilgan. Ekzistensial psixologiya quyidagilarni o'rganadi:

1. o'lim, hayot va vaqt muammolarini;
2. tanlash va javobgarlik erkinligi muammolarini;
3. yolg'izlik, sevgi va muloqot muammolarini;
4. mavjudlikning mazmunini qidirish muammolarini [1].

Ekzistensial psixologiyaning asosiy predmeti– odamzod hayotining mazmuni, uni yo'qotish, o'zgartirish va erishishning shart-sharoitlari.

Ko'pchilik insonlar orasida suitsid holatiga olib keluvchi omillardan biri bu, hayotining ma'nosini yo'qolishi uni anglay olmasligidadir. Ushbu masalalarga psixolog V.Franklning yondashuvi alohida ahamiyatga ega.

Psixolog Franklning nazariyasi uch asosiy qismga bo'linadi: mazmunga intilish haqidagi ta'limot, hayot mazmuni haqidagi ta'limot va erkinlik irodasi haqidagi ta'limot. Mazmunga intilishni va odam o'z hayotining mazmunini anglashini V.Frankl barcha insonlarda mavjud bo'lgan va shaxs rivoji va fe'l-atvorini harakatga keltiruvchi asosiy kuch bo'lgan tug'ma motivatsion g'oya sifatida ko'rib chiqadi. V.Franklning fikricha, hayotiy kuzatuvlar, klinik amaliyotlar va empirik ma'lumotlar shuni o'z ichiga oladiki, odam yashashi va faol harakat qilishi uchun o'zining qilmishlari ega bo'lgan mazmunga ishonishi kerak.

Biroq sevgi ham hayotni anglashning zarur sharti yoki eng yaxshi variant hisoblanmaydi. Hech qachon sevmagan va sevilgan individ ham o'z hayotini ancha

ma'no-mazmunli etib tashkil qilishi mumkin. Inson o'zgartirishga qodir bo'lmagan sharoitlar iskanjasida qolganda munosabatlar qadriyatiga murojaat qiladi. Ammo har qanday shart-sharoitda insonda ularga nisbatan ongli pozitsiyaga ega bo'lish va o'z uqubatlariga chuqur hayotiy ma'no berish erki mavjud [1].

O'z asarlarida Frankl butun hayotning ma'nosi emas, balki muayyan insonning muayyan momentdagi hayotining ma'nosi masalasi muhim ekanligini ta'kidlaydi. Insonning qanday qilib o'z mohiyatini anglashini logoterapiya amaliyotida hal qiluvchi masaladir. Ma'nolar bizga berilmagan, biz o'zimizga ma'nolarni tanlab ololmaymiz, biz faqatgina ma'noni anglab etishga zamin yaratuvchi chorlovni tanlashimiz mumkin. Biroq, ma'noni toppish bu yarim ish; uni amalga ohirish ham kerak. Inson o'z hayotining unikal ma'nosini amalga oshirishga ma'sul. Shunday ekan har bir insonning hayoti o'zining qo'lidadir [2].

Afsuski, suitsid hodisasi bizning davlatimiz O'zbekiston Respublikasiga ham begona emas. Suitsidni o'rganish juda ko'p zamonlardan bu'yon olimlarning diqqatini o'ziga tortib keladi. Uni jiddiy ilmiy tadqiqotlar asosida o'rganishga kirishilganligiga yuz yildan ko'p bo'ldi. O'zbekistonda suitsid muammosining ijtimoiy-psixologik jihatlarini ilmiy tadqiq etish o'tgan asrning so'ngi o'n yilliklarida boshlandi. O'sha davrda Nizomiy nomidagi Toshkent Davlat Pedagogika institutining "Umumiy psixologiya" kafedrasida O'zbekiston Respublikasida ayollarning o'z-o'zini yondirishning ijtimoiy-psixologik sabablarini o'rganish bo'yicha ilmiy tadqiqot guruhi tuzilgan (1989 y). Mazkur guruh a'zolari psixologiya fanlari doktori, professorlar M.G.Davletshin va G.B.Shoumarovlar rahbarligida ilmiy-tadqiqot ishlarini olib borilgan. Bu guruh 1991 yilgacha faoliyat ko'rsatgan va keyinchalik, 1994 yil ushbu guruh o'z faoliyatini davom ettirgan, ish natijalari bo'yicha turli ilmiy xulosalarga kelishgan, jamiyatda va xususan ayollar o'rtasida suitsidni oldini olishga qaratilgan chora-tadbirlar ishlab chiqilgan.

Xulosa qilib aytganda, ko'pchilik insonlarda suitsidga sabab bo'luvchi psixologik jarayonlardan biri bu irodaning zaifligidir, ularning ko'pchiligi o'z muammolarini yechishdan ko'ra undan qutilishga harakat qiladilar. Ya'ni, irodaviy zaiflik qiladilar. Aynan odamlarda irodaviy sifatlarni rivojlantirish natijasida ularning hayoti mobaynida duch keladigan to'siqlarni yengib o'tishlari mumkin. Bugungi kunda psixologlarning oldida turgan eng mas'uliyatli ishlardan biri bu suitsidni oldini olish bo'yicha psixologik tadbirlarni o'tkazish va suitsidga urinish holatini boshdan kechirgan insonlarni hayotga qaytarishdan iborat.

#### **FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR:**

1. Клонингер С. Теория личности: познание человека. -СПб.: Питер. 2003. -720 с.
2. Мухamedova D.G., Mullabaeva H.M., Rasulov A.I. Umumiy psixologiya. Darslik. -Toshkent, "Mumtoz so'z" 2018.-2876 b.

3. Nasriddinov Ch.R. Suitsid: muammo va echimlar. O'quv-uslubiy qo'llanma. Sharq nashriyoti, Toshkent 2005 y.