

O'SMIRLARDA AGRESSIV XULQ-ATVOR NAMOYON BO'LISHINING IJTIMOYIY-PSIXOLOGIK XUSUSIYATLARINING KORREKSIYASI VA PROFLAKTIKASI

Suleymanova Toxtaxon Gainazarovna

Psixologiya fanlari bo'yicha falsafa doktori(PhD), dotsent

Isroilov Akromjon Ikromjon o'g'li

*Andijon davlat universiteti Pedagogika-psixologiya
yo'nalishi 4-bosqich talabasi*

Annotatsiya: Ushbu maqolada o'smirlarda agressiv xulq-atvor namoyon bo'lishining ijtimoiy-psixologik xususiyatlarining korreksiyasi va proflaktikasi haqida ma'lumotlar berib o'tilgan. Hamda o'smirlar bilan kommunikativ muloqot jarayonini tashkil etishda va bilan ota-onalar o'rtasida ijobiy munosabatni shakllantirish uchun yordam beradigan tavsiyalar hamda mutaxassislar uchun guruhviy korreksion dastur berib o'tilgan

kalit so'zlar : *O'smirlik inqirozi, agressiya, korreksiya, profilaktika, psixoterapevtik, stress, disstruktiv, artterapiya, musiqaterapiya, animalterapiya.*

Introduction.

Hozirgi kunda davlatimizda olib borilayotgan barcha islohotlarning maqsadi kelajak uchun mustahkam poydevor qurishdan iborat. Va ushbu poydevorni biz fardandlarimizning ta'lim-tarbiyasi orqali qo'yamiz. Bu poydevor sog'lom, yetuk va barkamol shaxslarni tarbiyalab voyaga yetkazish natijasida yaratamiz va yuksaltiramiz. Inson shaxs bo'lib shakllanar ekan u hayoti davomidagi bir qancha psixologik yosh davrlarni o'tgazadi. Mana shu davrlardan be talofat o'tshi kelajakdagi muvaffaqiyatlarning garovi bo'lib xizmat qiladi.

MUHOKAMA VA NATIJA. Bola dundaga kelar ekan yosh davrlarni bosib o'tadi. Manashu yosh davrlarining o'ziga xos xususiyatlari, yetakchi faoliyatlari hamda yosh inqirozi qiyinchiliklariga ro'baro keladi. Natijada uning xatti-harakatlarida bir qancha salbiy hamda ijobiy harakterlar shakllanadi. Mana shunday yosh davrlaridan biri eng muhim bo'lgan yosh davrdagi inqirozlardan biri bu "O'smirlik inqirozi" hisoblanadi. Bu davrda o'smirning hulq-atvorida birqancha salbiy harakterlar yuzaga keladi, manashu salbiy harakterlardan biri agressiyaning vujudga kelishi hisoblanadi. Odatda, agressiya bu davrda kuchayadi chunki o'smirlik davrining buzulishlari ya'ni garmonal o'zgarishlar asosiy o'ringa ko'tariladi. Bu esa to'g'ridan-to'g'ri o'smirda agresiv xulq – atvorni vujudga keltiradi. Ushbu davrda o'smirda kuzatiladigan hissiy buzulishlarga tushkunlik, siqilish holatlariga kattalar tomonidan yetarlicha e'tibor qaratilmaydi. Bu esa o'smirdagi agressiv xuqlning yanada kuchliroq shakllanishiga makon yaratadi. Aslida bunday holat o'smirda chuqur taassurot qoldirib, o'tishi qiyin kechadi. Yuqoridagi holatlardan ma'lum bo'ladiki, aksariyat hollarda o'smirlardagi agressiyaning sababi oilaviy munosabatlar sanaladi. Agar o'smirning oilada ota-ona bolaga qiyinchiliklarni yengishga yordam



bersa, bolani tinchlantira olsa, muloqotga mehribonlik, g'amxo'rligni kiritsa, shu asosida undagi agressivlikni yengib o'tishga imkoniyat yaratiladi.

Agressiv o'smirning ota-onasi bilan ishlash qiyin jarayon. Sababi ularga avvalo agressiya keltirib chiqargan yoki oilada soglom muhitni shakllantira olmagan, yoki bolaning stress olishi mumkin bo'lgan holatlardan himoya qila olmaganligini tushuntirish juda ham qiyin jarayon hisoblanadi va bu jayanomda ota va onaga ham alohida yordam kerak bo'ladi. Shuning uchun ham psixolog iloji boricha ota-onalar bilan psixoterapevtik ishlarni olib borishi maqsadga muvofiq sanaladi. Agressivlikdan qutulish uchun eng avval prafaktik chora-tadbirlarni ota-onadan boshlash kerak.

Xulq-atvorida o'zgarishlar kuzatilgan o'smirlar bilan ishlash jarayoni o'ziga xos tarzda amalga oshiriladi. Yani boshqa yosh toifasida bo'ladigan jarayonlardek emas o'ziga hos xususiyatlar va yondashishlar bilan kechadi. Agressiv o'smirlar bilan ishlashda qo'llaniladigan usul –hozirgi kunda eng ommalashgan psixoterapevtik ishlarning guruhii usulidir.

O'smirlardagi agressivlikni bartaraf etishni, ya'ni korreksiya va proflaktika qilishni, uning sabablarini, kelib chiqishini aniqlashdan boshlash maqsadga muvofiq. Korreksion ishlar va uslublar har bir o'smir uchun alohida yo'naltirilgan bo'lishi maqsadga muvofiq. Bunga quyidagilarni misollarni keltirishimiz mumkin:

- Agressiyani bartaraf etishda turli harakatli va rolli o'yinlardan foydalanish, yangi ijtimoiy yondashishni tatbiq qilish;

- O'smirning agressiv harakatlarini ta'qiqlash etishiga yo'l qo'ymaslik va ush bu davrda ular bilan kommunikativ a'loqani yana rivojlantirish.

Olib boriladiga korreksion ishlar faqat o'smir bilan emas, balki parallel ravishda uning ota-onalar va o'qituvchilar bilan hamkorlikda olib borilishi lozim. Farzandlar har doim uni yaxshi ko'rishlarini sezishi va tushunishi lozim. Farzand ota-onasiga kerakligini hamisha his qilib turishi zarur. Agressiv o'smirlar bilan olib boriladigan psixo-korreksion va psixo-prafaktika ishlarning asosiy vazifalarini anglab yetishimiz darkor. O'smirlardagi agressivlikni bartaraf qilish uchun ularga quyidagilarni mashiq va holatlarni ya'ni o'zidagi agressiv holatlarda halos bo'lishi uchun oddiy holatlarni bajarishni tavsiya qilinadi:

- yostiq bilan kurashish;

- jismoniy harakatli o'yinlardan doimiy foydalanish;

- qog'oz yirtish yoki yuqori ovozda ovoz chiqarish;

- urishgisi kelayotgan odam rasmini chizish va yirtib tashlash;

- psixo-gimnastika bilan doimiy shug'ullanish;

- tarapiyalar bilan ishlash (ertakterapiya, izoterapiya (loy, suv bilan ishlash), artterapiya, musiqaterapiya, animalterapiya –uy hayvonlarini boqish).

Yuqorida keltirilgan mashqlar va faoliyatlarni o'smirning xarakter xususiyatidan hamda vaziyatidan kelib chiqib tavsiya etilishi juda muhim.

Agressiv xulq-atvorning kelib chiqishi va namoyon bo'lishida oila va oilaviy o'zaro munosabatlar, tenqurlar guruhi hamda ommaviy axborot vositarining roli katta ekanligi, ayniqsa, birinchi omil ta'sirchan ekanligi fikri yangi tadqiqotlarda alohida o'rin tutadi. O'tkazilayotgan tadqiqotlar hamda tajribalardan ma'lum bo'ladiki, ota-ona o'rtasida tez-tez nizolar, kelishmovchiliklar chiqib turadigan, oiladagi bolalar o'rtasidagi nizolar odatiy bo'lgan oilada tarbiyalangan bolada agressiyaga moyillik darajasi yuqori bo'lishi kuzatiladi.

Ayniqsa kichik yoshli bola o'zgaralar o'rtasida sodir bo'layotgan nizolar va janjallarga o'ta sezgir va kuzatuvchan bo'ladi, bu esa uning ong ostida saqlanadi. Vaqti kelganda ong ostidagi ma'lumotlar tashqariga intiladi. Shuning uchun ham oiladagi muomala madaniyati, bola ongiga ilk yoshlikdan singdiriladigan muloqatga oid qadriyatlar uning kelajakda o'zgaralar bilan bo'ladigan munosabatlarini ijobiylashtiradi.

Agressiv xulq-atvorli o'smirlar bilan olib boriladigan psixokorreksion ishlar:

- o'ziga ijobiy baho berishga o'tish, xavfsizlikni tekshirish;



- o'zining va o'zgalarning emotsiya va tuyg'ularini anglashga, o'rgatishga, diskruktiv emotsiyalarni nazorat qilishni yaxshilash;
- o'ziga va atrofdagilarga ziyon yetmaydigan g'azabni tuzatish usullarga o'rgatish, muammoli vaziyatda o'smir xulq-atvorida konstruktiv reaksiyalarga o'rgatish va disstruktiv vositalarni bartaraf etish;
- ota-onalar hamda pedagoglar bilan konsultatsiyalar o'rnatish;

Agressiv o'smirlar bilan olib boriladigan psixo-korreksion ishlarda quyidagi guruhiiy korreksiyon dasturdan foydalandim. Ushbu guruhiiy korreksion dasturdagi o'yinlar, metodikalar hamda terapiyalar orqali o'smirlardagi agressiv xulq-atvorni tuzatishda foydalanish juda yaxshi samara beradi. Namuna:

UMUMIY XULOSA VA TAVSIYALAR

Xulosa o'rnida shuni ta'kidlash joizki, [psixologik adabiyot](#)larni o'rganish va tahlil qilishda quyidagi xulosalar chiqarishga imkon beradi. Agressiya deganda boshqa shaxsga zarar yetkazishga qaratilgan harakat yoki faoliyat tushuniladi. Har bir shaxsda tajovuzkorlikning o'ziga xos funktsiyalar va xususiyatlari mavjud.

Asosan shaxsdagi agressivlik psixoanalitiklar tajovuzni tug'ma instinkt sifatida talqin qilishidi. Haqiqatda ham bialogik turga mavjud mavjudod borki unda agressivlikka hos xususiyat mavjud. Va yana frustratsiya nazariyasida esa uni umidsizlik reaksiyasi sifatida izohlaydi. Ijtimoiy ta'lim nazariyasida tajovuzkorlik ni ya'ni agressiyani kuzatuv jarayonida shaxsning xatti-harakatlarini o'zlashtirish natijasi sifatida qaraladi.

Agressiv reaksiyalar shakllari orasida quyidagilar ajralib turadi: jismoniy tajovuz; bilvosita tajovuz; og'zaki tajovuz; tirnash xususiyati moyilligi; negativizm; shubha, xafagarchilik va boshqa shakllari mavjud.

Agressiv xulq-atvorni shakllantirish va tartibga solishda shaxsning vaziyatni idrok etishi va baholashi alohida rol o'ynaydi, ya'ni shaxsning vaziyatga va boshqa shaxslarga bo'lgan havotirlanish darajalari orqali hamda boshqa shaxsga nisbatan niyatlari, tajovuzkor xatti-harakatlari uchun qasos olish, o'zidagi salbiy holatni chiqarib yuborish paytida yuzaga keladi.

Agressiya ijtimoiy muhit ta'sirida yuzaga keladi. Subyekt joylashgan muhit vositachi omilning roli va ahamiyatiga ega bo'lib, u shaxslar bilan o'zaro aloqada bo'lib, ularni tajovuzkor harakatlarga undaydi (yoki cheklaydi).

Shunday qilib, agressiv xulq-atvor bola va o'smir yoshi uchun odatiy hodisa bo'lib qolgan. Bundan tashqari, agressiv xulq-atvor shaxsning ijtimoyilashish jarayonida bir qator asosiy funksiyalarni bajaradi. Agressiya shaxs uchun hamisha ham salbiy bo'lavermaydi. Me'yorga muvofiq, u qo'rquvdan qutqaradi, o'z qiziqishlarini himoya qilishga ko'maklashadi, tashqi xavfdan himoya qiladi, adaptatsiyaga ko'maklashadi. Bu borada agressiyaning ikkita turi haqida fikr yuritish mumkin: yaxshi sifatli adaptiv va destruktiv - dezadaptiv.

Umuman olganda, bola va o'smir shaxsining rivojlanishi uchun agressiv namoyishlarning o'zi unchalik xavfli emas, balki ularning natijalari va atrofdagilarning noto'g'ri reaksiyasi xavflidir. Agar zo'ravonlik – e'tibor, hukmronlik, tan olish, pul, boshqa huquqlarni bersa, bolalarda va o'smirlarda kuch ustivorligiga asoslangan xulq-atvor shakllanishi mumkin, bu esa katta insonlarning ham ijtimoiy faoliyat asosini tashkil etishi mumkin (masalan, kriminal guruhlarda).

Atrofdagilarning agressiyani kuch bilan bosishga intilishi kutilgan natijaga emas, balki qarama-qarshi natijaga olib kelishi mumkin.



O'smirlardagi agressiv xulq-atvorni bartaraf etish uchun

GURUHIY PSIXOKORREKSION DASTUR						
Guruh ro'yxati va ular haqida (psixolog uchun kerakli) qisqacha ma'lumot:						
Ularda psixokorreksiya qilinishi hamda rivojlantirilishi kerak bo'lgan sohalar:		Diagnostika jarayonida tanlab olingan o'smirlarda agressivlikning bir qancha turlari aniqlandi jumladan tajavuskorlik, verbal agressiya va jismoniy agressiya hamda o'z-o'ziga bo'lgan agressiya ko'rsatgichlarini pasaytirish.				
1-uchrashuv sanasi:		1-Salomlashish rituli: "Aloqa bog'laymiz" tanushuv o'yini. 2-Chigal yozdi mashqlar: "Mevali salat" trening mashg'uloti. 3-O'tgan mashg'ulot refleksiyasi: "Ertak terapiyasi" 4-Asosiy mashg'ulot psixokorreksiya: "Mixlar haqidagi rivoyat" 5-Shu(asosiy mashg'ulot) mashg'ulot refleksiyasi: 6-Xayrlashuv rituali: "Kaftdagi tilaklar" trening mashg'uloti.				
2-uchrashuv sanasi:		1-Salomlashish rituli: "Qog'oz koptok" mashg'uloti. 2-Chigal yozdi mashqlar: "Impuls" trening mashg'uloti. 3-O'tgan mashg'ulot refleksiyasi: "Raqs terapiyasi" 4-Asosiy mashg'ulot psixokorreksiya: "Mening hayotimdagi shiorim" trening mashg'uloti. 5-Shu(asosiy mashg'ulot) mashg'ulot refleksiyasi: "Mehr maktubi".....! 6-Xayrlashuv rituali: "Kaftdagi tilaklar" trening mashg'uloti.				
3-uchrashuv sanasi:		1-Salomlashish rituli: "Samimiy salomlashish" trening mashg'uloti. 2-Chigal yozdi mashqlar: "Joy almashish"o'yini. 3-O'tgan mashg'ulot refleksiyasi: "Psixodramma". 4-Asosiy mashg'ulot psixokorreksiya: "Mening hayotimdagi shiorim" trening mashg'uloti. 5-Shu(asosiy mashg'ulot) mashg'ulot refleksiyasi: "Mening hayotimdagi shiorim".....! 6-Xayrlashuv rituali: "Xotira uchun elektron al'bom" trening mashg'uloti.				
Umumiy vaqt:70 min	1.Salomlashish 5 min	2.Chigal yozdi mashq 10 min	3.Asosiy mashg'ulot 20 min	Psixo korreksiya 15 min	Qaytarma mashg'ilot 10 min	Xayrlashuv 10 min

ota-onalariga tavsiyalar:

- oiladagi agressiv munosabatlarni sodir bo'lishiga yo'l qo'ymang;
- farzandingizni yaxshi ko'rishingizni aytib turing, mehrligizni, shirin so'zlaringizni ayamang;
- hamish farzandingiz bilan birga vaqt o'tkazing, farzandingizdagi negativ hissiyotlarini kommunikatsiya orqali chiqarib yuborishga harakat qiling;
- bolaga agressiv harakatlarining oqibatlarini bosiqlik bilan tushuntiring va agressiv harakatlariga nisbatan javobgarlikni sezishga ko'maklashing va salbiy oqibatlari haqida ko'nikmalar berib boring;
- farzandingizni kamsitmang, haqorat qilmang eng muhimi boshqalar oliada uni hech ham kamsitmang va boshqalar bilan taqqoslamang;



- uning yutuqlarini, ijobiy xislatlarini ayting va uning qo'lidan bundanda ko'proq ishlar kelishi hamda yuksakroq yutuqlarni egallashi haqida unga hamida turtki bering;
 - o'smirlarga haddan tashqari ko'p to'siqlar qo'ymang, ovozingizni balandlatmang;
 - vaziyatni nazorat qilishga harakat qiling, vaziyatni tinch ohang bilan tushuntiring va ushbu tushuntirishlarni yoshligidan boshlang
 - jismoniy jazo qo'llamang o'smir bunga o'rganib qoladi;
 - atrofda qilishga g'amxo'rlik qilishga imkon yaratib bering uni mustaqil faoliyatlari cheklang ammo nazoratsiz qo'ymang;
 - bolangizga e'tiborliroq bo'ling, undai emotsional to'yinishni hosil qiling;
 - farzandingizni eshitishni o'rganing, uni qiziqtirgan savollarga javob bering va ushbu savoliga o'zining bo'lgan fikrini hamda qarashini so'ran va tinglang.
- Xulosa qilib aytganda “Qush uyasida ko'rganini qiladi”, deb bejiz aytishmagan, farzand oiladagi munosabatlarning aksidir. Qachonki ota-ona o'z hatti harakati va munosabatlarini to'g'ri yo'lga qo'ya olsagina bolalardagi agressiv xulq-atvor yaxshi tomonga o'zgaradi. Ota-onalar bilan ishlash, ularga ezgu maqsadimizni qay tarzda yoritib berish esa psixogoning mahoratiga bog'liq

Adabiyotlar:

1. L.YA.Olimov, A.M.Nazarov “Xulqi og'ishgan bolalar psixologiyasi”:. Toshkent «Tafakkur avlodi» nashriyoti 2020 y.
2. L.M.Semenyuk “O'smirlarning tajovuzkor xatti-harakatlarining psixologik xususiyatlari va uni tuzatish shartlari” - M.: INFRA-M 2011 y.
3. N.Ismoilova D.Abdullayeva “Ijtimoiy psixologiya”:. O'zbekiston faylasuflari milliy jamiyati nashriyoti Toshkent 2013 y.
4. V.A.Averin “Bolalar va o'smirlar psixologiyasi” - SPb.: Mixaylov V.A. nashriyoti. 2013 y.
5. Vasila Karimova Oila psixologiyasi (darslik) – Toshkent: 2007.

