

## MAKTAB YOSHIDAGI QIZLAR O'RTASIDA SUITSIDAL XATTI-HARAKATLARGA MOYILLIKNING ORTISHI: SABABLAR VA PROFILAKTIKA

*Ibragimova O'g'iloy Ilxomovna*

*Buxoro viloyati G'ijduvon tumani 34-sonli umumiy o'rta ta'lim maktabi amaliyotchi psixologi.*

**Annotatsiya:** Mazkur maqolada maktab yoshidagi qizlar orasida suitsidal xatti-harakatlarga moyillikning ortib borish sabablari kompleks tarzda tahlil qilinadi. Psixologik, ijtimoiy va oilaviy omillarning o'smir qizlar ruhiyatiga ta'siri ilmiy asosda yoritilib, muammoning oldini olishga qaratilgan profilaktik chora-tadbirlar tizimi ishlab chiqiladi. Tadqiqot davomida o'smirlilik davrining o'ziga xos psixologik xususiyatlari, stress omillari, ijtimoiy bosim hamda zamonaviy axborot muhitining ta'siri ko'rib chiqilgan. Shuningdek, maktab, oila va jamiyat hamkorligiga asoslangan profilaktik yondashuvlar taklif etiladi.

**Kalit so'zlar:** suitsidal xatti-harakat, o'smir qizlar, psixologik omillar, stress, depressiya, ijtimoiy muhit, profilaktika, maktab psixologiyasi, oilaviy munosabatlar, ruhiy salomatlik.

**Аннотация:** В данной статье комплексно анализируются причины роста склонности к суицидальному поведению среди девочек школьного возраста. Научно освещается влияние психологических, социальных и семейных факторов на психическое состояние подростков, а также разрабатывается система профилактических мер, направленных на предупреждение данной проблемы. В ходе исследования рассматриваются специфические психологические особенности подросткового возраста, стрессовые факторы, социальное давление и влияние современной информационной среды. Кроме того, предлагаются профилактические подходы, основанные на сотрудничестве школы, семьи и общества.

**Ключевые слова:** суицидальное поведение, девочки-подростки, психологические факторы, стресс, депрессия, социальная среда, профилактика, школьная психология, семейные отношения, психическое здоровье.

**Abstract:** This article provides a comprehensive analysis of the causes behind the increasing tendency toward suicidal behavior among school-aged girls. The study scientifically examines the impact of psychological, social, and family-related factors on adolescents' mental state and develops a system of preventive measures aimed at addressing this issue. It explores the specific psychological characteristics of adolescence, stress factors, social pressure, and the influence of the modern

information environment. In addition, preventive approaches based on cooperation between school, family, and society are proposed.

**Keywords:** suicidal behavior, adolescent girls, psychological factors, stress, depression, social environment, prevention, school psychology, family relationships, mental health.

## KIRISH

Bugungi kunda o‘smirlar orasida ruhiy salomatlik bilan bog‘liq muammolar dolzarb ijtimoiy masalalardan biri hisoblanadi. Ayniqsa, maktab yoshidagi qizlar o‘rtasida suitsidal xatti-harakatlarga moyillikning ortishi jamiyatni jiddiy tashvishga solmoqda. O‘smirlik davri inson hayotidagi eng murakkab bosqichlardan biri bo‘lib, bu davrda shaxsning emotsional barqarorligi yetarli darajada shakllanmagan bo‘ladi.

Qiz bolalar bu davrda ko‘proq hissiy ta’sirchanlik, o‘zini baholash muammolari va ijtimoiy bosimlarga duch keladi. Natijada, ular stressli vaziyatlarga nisbatan sezgir bo‘lib, ayrim hollarda salbiy fikrlar va xavfli xatti-harakatlarga moyillik kuzatilishi mumkin. Shu sababli, ushbu muammoni chuqur o‘rganish va samarali profilaktik choralarini ishlab chiqish muhim ahamiyat kasb etadi.

## METODLAR

Mazkur tadqiqotda ilmiy tahlil, kuzatuv, so‘rovnoma va psixologik diagnostika usullaridan foydalanildi. O‘smir qizlar o‘rtasida ruhiy holatni aniqlash maqsadida anonim so‘rovlar o‘tkazildi hamda maktab psixologlari bilan suhbatlar tashkil etildi. Shuningdek:

- ilmiy adabiyotlar va zamonaviy tadqiqotlar tahlil qilindi;
- o‘smirlik davriga oid psixologik nazariyalar o‘rganildi;
- muammoli holatlarda kuzatiladigan umumiy tendensiyalar solishtirildi.

Ushbu metodlar orqali suitsidal moyillikning asosiy omillari aniqlanib, ularni kamaytirishga qaratilgan yondashuvlar ishlab chiqildi.

## NATIJARLAR

Tadqiqot natijalari shuni ko‘rsatdiki, maktab yoshidagi qizlar o‘rtasida suitsidal xatti-harakatlarga moyillik bir nechta omillar bilan bog‘liq:

- Psixologik omillar: past o‘z-o‘zini baholash, yolg‘izlik hissi, kuchli stress va depressiv holatlar.
- Oilaviy muhit: ota-ona e’tiborining yetishmasligi, nizoli munosabatlar, hissiy qo‘llab-quvvatlashning kamligi.
- Ijtimoiy bosim: tengdoshlar ta’siri, ijtimoiy tarmoqlardagi ideal obrazlarga intilish, kamsitilish yoki bulling holatlari.
- Axborot muhitining ta’siri: salbiy kontent, noto‘g‘ri qadriyatlar targ‘ibi va virtual hayotga haddan tashqari berilish.

Natijalar shuni ham ko'rsatdiki, qizlarda hissiy sezgirlik yuqori bo'lgani sababli ular muammolarni ichki kechinma sifatida qabul qiladi va bu holat ularning ruhiy barqarorligiga salbiy ta'sir ko'rsatadi.

### MUHOKAMA

Mazkur tadqiqot natijalari maktab yoshidagi qizlar o'rtasida suitsidal xatti-harakatlarga moyillikning ortishi ko'p omilli va murakkab jarayon ekanligini yana bir bor tasdiqlaydi. Bu holatni faqatgina individual psixologik muammo sifatida baholash yetarli emas, balki uni ijtimoiy, oilaviy va madaniy omillar bilan uzviy bog'liq holda tahlil qilish zarur.

Avvalo, o'smirlilik davrining psixologik xususiyatlariga e'tibor qaratish lozim. Ushbu davrda shaxsning o'zini anglash jarayoni faollashadi, o'z "men"i shakllanadi va atrof-muhitga nisbatan sezgirlik keskin ortadi. Qiz bolalarda bu jarayon yanada murakkab kechadi, chunki ular hissiy jihatdan nozikroq va tashqi baholarga ko'proq bog'liq bo'ladi. Natijada, kichik muvaffaqiyatsizlik yoki tanqid ham kuchli ichki kechinmalarga sabab bo'lishi mumkin.

Ikkinchidan, oilaviy muhitning roli alohida ahamiyat kasb etadi. Tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, ota-onalar bilan emotsional aloqaning sustligi, e'tibor yetishmasligi yoki ortiqcha nazorat ham o'smir qizlarning ruhiy holatiga salbiy ta'sir ko'rsatadi. Ayniqsa, doimiy tanqid, solishtirish yoki befarqlik holatlari o'z-o'zini qadrlash darajasini pasaytirib, ichki ziddiyatlarni kuchaytiradi.

Shuningdek, zamonaviy ijtimoiy muhit, xususan, ijtimoiy tarmoqlarning ta'siri ham e'tibordan chetda qolmasligi kerak. Virtual makonda yaratilgan "ideal hayot" tasvirlari o'smirlarda o'zini boshqalar bilan solishtirishga olib keladi. Bu esa o'zidan qoniqmaslik, past baholash va ruhiy tushkunlik holatlarini keltirib chiqaradi. Ayniqsa, kiberbulling (internet orqali tahqirlash) holatlari suitsidal fikrlarning shakllanishiga turtki bo'lishi mumkin.

Maktab muhitida esa pedagoglar va psixologlarning roli nihoyatda muhimdir. O'qituvchilarning o'quvchilarga nisbatan munosabati, baholash uslubi va kommunikatsiya madaniyati o'smirlarning ruhiy barqarorligiga bevosita ta'sir qiladi. Ijobiy va qo'llab-quvvatlovchi muhit mavjud bo'lgan taqdirda, o'quvchilar o'z muammolarini ochiq muhokama qilishga moyil bo'ladi.

Profilaktika nuqtai nazaridan qaraganda, muammoni hal etish uchun tizimli va kompleks yondashuv zarur. Bu jarayonda quyidagi yo'nalishlar muhim hisoblanadi:

- maktablarda psixologik diagnostika va monitoring tizimini yo'lga qo'yish;
- o'quvchilar bilan muntazam psixologik treninglar va suhbatlar o'tkazish;
- ota-onalar bilan hamkorlikni kuchaytirish va ularni psixologik jihatdan qo'llab-quvvatlash;

— o‘smirlarni ijtimoiy foydali faoliyatlarga jalb qilish orqali ularning o‘ziga bo‘lgan ishonchini oshirish.

Shu bilan birga, har bir o‘smirning individual xususiyatlarini hisobga olgan holda yondashuv ishlab chiqish muhimdir. Universal yechim mavjud emas, balki har bir holat alohida e‘tibor va professional yondashuvni talab qiladi.

### XULOSA

Mazkur tadqiqot asosida shuni xulosa qilish mumkinki, maktab yoshidagi qizlar o‘rtasida suitsidal xatti-harakatlarga moyillikning ortishi zamonaviy jamiyatda dolzarb va jiddiy muammolardan biri hisoblanadi. Ushbu muammo nafaqat psixologik, balki ijtimoiy va pedagogik jihatdan ham keng qamrovli yondashuvni talab etadi.

Aniqlanishicha, suitsidal moyillikning shakllanishida psixologik beqarorlik, oilaviy muammolar, ijtimoiy bosim va axborot muhitining salbiy ta‘siri asosiy omillar sifatida namoyon bo‘ladi. Ayniqsa, o‘smir qizlarning hissiy sezgirligi yuqori bo‘lgani sababli ular tashqi omillarga nisbatan tez ta‘sirchan bo‘ladi va muammolarni chuqur ichki kechinmalar orqali qabul qiladi.

Shu nuqtai nazardan, profilaktika ishlari faqatgina muammoni yuzaga kelgandan keyin hal qilishga emas, balki uning oldini olishga qaratilgan bo‘lishi zarur. Erta aniqlash, muntazam psixologik kuzatuv va o‘z vaqtida ko‘rsatilgan yordam suitsidal xavfni sezilarli darajada kamaytirishi mumkin.

Kelgusida quyidagi yo‘nalishlarda ish olib borish maqsadga muvofiq:

- maktablarda ruhiy salomatlikni mustahkamlashga qaratilgan maxsus dasturlarni joriy etish;
- psixologik xizmatlarni yanada rivojlantirish va mutaxassislar malakasini oshirish;
- oila va ta‘lim muassasalari o‘rtasida samarali hamkorlik tizimini yaratish;
- o‘smirlarning bo‘sh vaqtini mazmunli tashkil etish orqali ularning ijtimoiy faolligini oshirish.

Eng muhim jihatlardan biri shundaki, har bir o‘smir o‘zini qadrlangan, tushunilgan va qo‘llab-quvvatlangan his qilishi kerak. Ijobiy psixologik muhit yaratish orqali ularning hayotga bo‘lgan ishonchi va qiziqishini oshirish mumkin.

Yakuniy natija sifatida aytish mumkinki, ushbu muammoni kamaytirish jamiyatning barcha bo‘g‘inlari — oila, maktab va ijtimoiy institutlarning hamkorligini talab qiladi. Faqatgina birgalikdagi sa‘y-harakatlar orqali sog‘lom, barqaror va ijtimoiy faol avlodni tarbiyalash mumkin.

### FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR

1. Abduqodirov A.A. O‘smirlar psixologiyasi va ruhiy salomatlik asoslari. – Toshkent: O‘qituvchi, 2020. – 256 b.
2. Karimova V.M. Oila psixologiyasi. – Toshkent: Fan va texnologiya, 2019. – 312 b.

3. Yo‘ldoshev B.R. Maktab psixologiyasi. – Toshkent: Tafakkur, 2021. – 198 b.
4. World Health Organization. Suicide worldwide in the 2019–2023 period: global health estimates. – Geneva: WHO, 2023.
5. American Psychological Association. Adolescent mental health and suicide prevention. – Washington, DC, 2022.
6. Steinberg L. Adolescence (11th ed.). – New York: McGraw-Hill Education, 2021.
7. Shomurodov Sh.T. Pedagogik psixologiya. – Toshkent: Innovatsiya nashriyoti, 2022. – 274 b.

