

**O'SMIRLARDA GIYOHVANDLIKKA NISBATAN QARAMLIKNI
OLDINI OLISSHA PSIXOLOGIK IMMUNITETNI
SHAKLLANTIRISH**

Isomidinova Dilrabo Murtazayevna

Samarqand viloyati Toyloq tumani MMTB tasarrufidagi

37-umumta'lim maktabi psixologi

Annotatsiya: Mazkur maqolada o'smirlar orasida giyohvandlikka nisbatan qaramlikni oldini olishda psixologik immunitetni shakllantirishning ahamiyati, uning psixologik asoslari hamda profilaktik yo'llari yoritiladi. O'smirlik davrida tashqi salbiy ta'sirlarga beriluvchanlik yuqori bo'lgani sababli, to'g'ri psixologik yondashuv muhim o'rin tutadi.

Kalit so'zlar: o'smir, giyohvandlik, psixologik immunitet, profilaktika, motivatsiya, ijtimoiy muhit, stressga bardoshlilik, tarbiya.

KIRISH

O'smirlik davri shaxsning psixologik shakllanishida eng muhim va shu bilan birga eng xavfli bosqichlardan biri hisoblanadi. Bu davrda yoshlar o'zligini anglash, mustaqil qaror qabul qilish jarayonida turli tashqi ta'sirlarga tez beriluvchan bo'ladi. Ayniqsa, giyohvandlik kabi salbiy illatlarga qarshi psixologik immunitetni shakllantirish dolzarb vazifalardan biridir.

Psixologik immunitet — bu shaxsning salbiy ijtimoiy ta'sirlarga qarshi tura olish, to'g'ri qaror qabul qilish va o'z xulqini nazorat qila olish qobiliyatidir. Bu ko'nikma o'smirni zararli odatlardan himoya qiluvchi ichki psixologik himoya tizimi hisoblanadi.

Giyohvandlikka nisbatan immunitetni shakllantirishda eng muhim omillardan biri — sog'lom qadriyatlar tizimini rivojlantirishdir. O'smirda hayotga ijobiy qarash, maqsad qo'yish va kelajakka intilish hissi kuchli bo'lsa, u salbiy ta'sirlarga kamroq beriladi. Oila muhiti bu jarayonda asosiy rol o'ynaydi. Ota-onaning farzand bilan ochiq muloqoti, nazorati va mehr-muhabbati o'smirning ruhiy barqarorligini ta'minlaydi. Oiladagi beqarorlik esa aksincha xavf omilini kuchaytiradi.

Maktab va psixologik xizmatlar ham profilaktik ishlarni olib borishi zarur. O'quvchilar bilan suhbatlar, treninglar, ijtimoiy reklama va tushuntirish ishlari orqali giyohvandlikning zararli oqibatlarini haqida bilim beriladi.

Tengdoshlar ta'siri ham muhim omildir. Shuning uchun ijobiy do'stlar muhitini shakllantirish va sog'lom jamoaviy faoliyatlarni tashkil etish o'smirlarni salbiy guruhlardan himoya qiladi.

Psixologik jihatdan o'ziga ishonchni oshirish, stressni boshqarish va mustaqil

fikrlashni rivojlantirish o‘smirni tashqi bosimlardan himoya qiladi. Kuchli ichki motivatsiya va maqsadga intilish giyohvandlikka qarshi eng samarali himoya vositasidir.

Giyohvandlik organizm somatik va ruhiy holatining chuqur o‘zgarishiga sabab bo‘ladi va giyohvandni tanazzulga olib boradi. Natijada bu moddani iste‘mol qilgan sari yoshlar bora bora mukkasidan ketadi. Giyohvandlik bu ijtimoiy ildizlarga ega bo‘lgan kasallikdir va har qanday deviant xatti-harakatlar ijtimoiy va shaxsiy rejani buzilishining natijasidir. Giyohvandlik – bu giyohvand moddalarni iste‘mol qilish bilan bog‘liq sabablar va oqibatlar majmuasining umumiy nomi. Giyohvand moddalarni qabul qilish bilan tibbiyotda og‘riq qoldiruvchi moddalar o‘rtasida farq mavjud, bunda Sog‘liqni saqlash sohasida, bizda giyohvandlik bilan og‘riq qoldiruvchi deb ataladigan dorilar mavjud, ularning asosiy maqsadi bemorda kuchli og‘riqlarni engillashtirishdir. Morfin, kodein yoki gidromorfon bu dorilarning ayrimlari bo‘lib, ularning barchasi, shu qatorda, ketma-ket to‘rt oy davomida qabul qilinmaslik tavsiya etiladi. Giyohvand moddalarga asab tizimining maxsus holatini keltirib chiqaradigan moddalar kiradi – giyohvand moddalar bilan zaharlanish. Ular orasida eng mashhurlari: afyun, morfin, gashish, og‘riq qoldiruvchi dorilar. Giyohvandlik – bu asrning kasalligi. O‘n yil oldin, bo‘sh kasal yoshlarning ozgina qismi ushbu kasallikdan aziyat chekdi. Bugungi kunda band va kamtarin o‘spirinlar giyohvandlikka qarshi emaslar.

Jamiyat rivojlanishining zamonaviy bosqichining o‘ziga xos shartlari, yoshlarning katta qismini ijtimoiy yo‘qotish giyohvand moddalarni iste‘mol qilish dinamikasining o‘shishiga olib keladi. Turli sabablarga ko‘ra giyohvandlikka qarshi kurash chora-tadbirlarining mavjud tizimi barqaror emas va ishlarning haqiqiy holatiga mos kelmaydi. Vaziyatning asosiy xususiyati shundaki, giyohvandlik muammosi yosh avlod orasida tobora keng tarqalmoqda. Umumiy qabul qilingan ijtimoiy me‘yorlardan chetga chiqish deviant xattiharakatlar deb ta‘riflanadi.

Giyohvandlik ham deviant xatti-harakatning turi. Ushbu hodisaning ko‘plab misollari mavjud. Giyohvandlar va alkogolizm nafaqat ba‘zi moddalardan foydalanishga bog‘liqligi sababli deviant sifatida tan olinadi. Mast holatda ular boshqalarga haqiqiy jismoniy tahdid solishi mumkin. Shu bilan birga, turli sohalar mutaxassislari deviant xulq-atvorni o‘zlariga xos tarzda belgilaydilar: Sotsiologiya nuqtai nazaridan shuni aytishimiz mumkinki, bu yoshlarning jamiyatda omon qolishiga real xavf tug‘diradigan hodisa. Bunday holda, biz deviantning o‘zi va uning muhiti haqida gapiramiz. Bundan tashqari, axborotni assimilyatsiya qilish, umume‘tirof etilgan qadriyatlarni ko‘paytirish, shuningdek o‘zo‘zini rivojlantirish va o‘zini anglash jarayonlarining buzilishi mavjud.

- Tibbiyot nuqtai nazaridan, yoshlararo o‘zaro ta‘sirlarning buzilishi va xattiharakatlarning og‘ishi turli xil og‘irlikdagi neyropsikik patologiyalar mavjudligidan kelib chiqadi.

▪ Psixologiya nuqtai nazaridan deviant xatti-harakatlar ziddiyatli vaziyatlarni hal qilishning antisotsial usuli hisoblanadi. Shu bilan birga, o'zlarining va jamoat farovonligiga zarar yetkazish istagi mavjud bo'ladi.

Giyohvandlik iste'mol qilishining bosh sababi Psixologik qaramlik mavjud, yoshlar o'zini bu narsadan qutuli keta olmayaman deb o'ylaydi. Bu boshqalarning fikriga, shuningdek, boshqa odamga og'riqli e'tiborga qarab o'zini namoyon qiladi. Bu yerda juda ko'p hayotiylikni talab qiladigan talab qilinmaydigan sevgi mavjud. Bunday odam o'zini ham yo'q qiladi: cheksiz tajribalar sog'liq va kuch qo'shmaydi.

Ko'pincha yashash, maqsadlar qo'yish va ularga erishishga intilish istagi yo'qoladi. Deviant xatti-harakatlarning diagnostikasi patologik belgilarni o'z vaqtida aniqlash va ularning rivojlanishining oldini olishni o'z ichiga oladi. Deviant xulqning namoyon bo'lishi har doim, barcha holatlarda, istisnosiz, tuzatilishi kerak. Giyohvandlik - bu odamni ertami-kechmi butunlay yo'q qilishga olib keladigan buzuq xatti-harakatlarning bir turi

Giyohvandlikning shakllanishining yana bir sababi bor. Agar bolalik davrida bolani doimiy ravishda biron narsa uchun ayblashsa, u holda o'zini o'zi tushkunlikka tushish kutish ko'p vaqt talab qilmaydi. Bu o'z-o'zidan shubhalanishga, tanqidga nisbatan sezgirlikning oshishiga, hissiy va aqliy beqarorlikka olib keladi. Doimiy tanqid oxir-oqibatda har qanday shakldagi va deviant xulq-atvor turiga olib kelishi mumkin. Deviant xatti-harakatlarning barcha turlari, ifoda shaklidan qat'iy nazar, yaxshilanish va hayotning har qanday sohasida: shaxsiy hayotda, kasbda, ijodda o'zini namoyon qilish uchun barcha urinishlarni bekor qiladi. Shunchaki bir odam ma'lum bir vaqtda o'ziga va uning qobiliyatlariga ishonishni to'xtatadi. U o'z holatining sabablarini tushunmaydi, lekin tashqaridagi salbiy namoyonlarning tasdig'ini qidiradi. Deviant xatti-harakatlarning diagnostikasi mutaxassislar tomonidan olib borilishi kerak bo'lgan juda murakkab va ko'p vaqt talab qiladigan jarayondir. Ularning orzularini buzmaslik, o'zlariga va o'zlarining istiqbollarga bo'lgan ishonchni buzmaslik uchun siz bolalar va o'smirlar bilan juda ehtiyot bo'lishingiz kerak.

Giyohvandlikning avj olishining yana bir sababi yoshlar hayotida haddan tashqari salbiy vayron qiluvchi omillar mavjudligi. Deviant xatti-harakatlar, shubhasiz, biron bir sababga ko'ra o'z-o'zidan paydo bo'lmaydi. Zaharli moddalar bizning ongimizga salbiy ta'sir qiladi, degan fikrga qo'shilamiz. Giyohvand moddalarni iste'mol qiladigan kishi ertami-kechmi yomonlasha boshlaydi. Giyohvand o'zini tuta olmaydi, odamlarda yaxshilikni ko'rish qobiliyatini yo'qotadi, o'ziga bo'lgan ishonchni yo'qotadi, boshqalarga qaratilgan tajovuzkorlikni namoyon qiladi. Hatto maxsus ma'lumotga ega bo'lmagan odam ham bunday buzuq xatti-harakatlarga tashxis qo'yishi mumkin. Zaiflashtiradigan odam yorqin teskari taassurot qoldiradi. Atrofdagi odamlar, qoida tariqasida, salbiy mavzulardan qo'rqib va shunchaki hayotlari haqida tashvishlanib, bunday mavzular bilan uchrashishdan qochishadi. Ba'zida odamning

nomaqbul xatti-harakatlarining sababini aniqlash uchun unga qarash kifoya.

O'smirlarning giyohvand moddalarga qo'shilishining keng tarqalgan sabablari quyidagilar:

- Qo'shimcha vaqt ishlab chiqarish ishlariga jalb qilinmaydi;
- Oilada bolalarning qilayotgan ishlari ustidan nazoratning yo'qligi;
- Oiladagi nizo muhiti va shu asosda yuzaga kelgan bolalarning xavotirlari va keskinliklari;
- Ota-onalar, boshqa oila a'zolari tomonidan giyohvand moddalarni iste'mol qilish;
- Uyda giyohvand moddalarni saqlash;
- Giyohvandlik irsiyatda bo'lishi.

Ko'pgina o'spirinlarni giyohvand moddalar bilan birinchi tanishtirish 15 yoshdan oldin sodir bo'ladi. Giyohvandlik yil sayin yoshlanib bormoqda, deb taxmin qilish mumkin, bu o'smirlik davriga kirib boradigan o'smirlarning tezlashishi va tezlashishi bilan bog'liq

XULOSA

Xulosa qilib aytganda, o'smirlarda giyohvandlikka nisbatan psixologik immunitetni shakllantirish kompleks yondashuvni talab qiladi. Oila, maktab va psixolog hamkorligi orqali sog'lom, ongli va mas'uliyatli avlodni tarbiyalash mumkin.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR RO'YXATI:

1. Первичная профилактика наркомании в молодежной среде на основе формирования физической культуры личности тема диссертации и автореферата по ВАК РФ 13.00.04, кандидат педагогических наук Антипов, Вячеслав Александрович.
2. PULATOV SH.N. XIX asr oxiri - XX asr boshlarida Hindistondagi ijtimoiysiyosiy vaziyat. Academic Research In Educational Sciences. Volume 1. 2020 468-474 P.
3. Po'latov, Sh.N., Rabindranat Tagorning Hindiston ilm-ma'rifatga qo'shgan xissasi. // "SCIENCE AND EDUCATION" Scientific journal Volume 1, Special issue 2020 136-144 P. 5. Po'latov, Sh.N., Hindistonda pedagogik ta'limning rivojlanish bosqichlari. // "SCIENCE AND EDUCATION" Scientific journal Volume 1, Special issue 2020 21-27 P.
4. Ziyo.net