

**SHAXS XULQ ATVORDA SUITSIDGA UNDOVCHI MEXANIZM
SIFATIDA XARAKTER AKSENTUATSIYASI VA TENGDOSHLARINING
TUTGAN O'RNI**

University of business and science

Psixologiya yo'nalishi 23-33 guruh talabasi

Egamnazarov Diyorbek Rustamjon o'gli

Ilmiy raxbar: Jurayev Xaydarjon Odilboyevich

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-2585-8439>

Abstract: This article examines the internal mechanisms of suicidal situations that arise in society in interpersonal relationships, and the determinants that cause their occurrence in the circle of family and peers.

Keywords: personality, determinant, suicidal behavior, family and peers, macro and micro environment, emancipation process.

Аннотация: В этой статье рассматриваются внутренние механизмы суицидальных ситуаций, возникающих в обществе в межличностных отношениях, и детерминанты, вызывающие их возникновение в кругу семьи и сверстников.

Ключевые слова: личность и среда, детерминант, суицидальное поведение, семья и сверстники, макро-и микросреда, процесс эмансипации.

Annotatsiya: Ushbu maqolada jamiyatda shaxslararo munosabatlarda yoshlar ruxiyatida yuzaga keladigan suitsid xolatlarini ichki mexanizmlari va unga sababchi bo'ladigan detirminantlarni oila va tengqurlari davrasida yuzaga kelishi yoritilgan.

Kalit so'zlar: shaxs va muxit, determinant, suitsid xulq-atvor, oila va tengdoshlari, makro va mikro muxit, emansipatsiya jarayoni.

KIRISH

Bugungi kunda shaxs xulq-atvorida suitsidal xavfning shakllanishi murakkab psixologik va ijtimoiy omillar bilan bog'liq holda o'rganilmoqda. Ushbu jarayonda individual-psixologik xususiyatlar, xususan, xarakter aksentuatsiyasi hamda tengdoshlar muhitining ta'siri muhim determinantlar sifatida namoyon bo'ladi. Suitsidal xatti-harakatlar odatda bir omil ta'sirida emas, balki shaxsning ichki psixologik zaifligi va tashqi ijtimoiy bosimlar o'zaro uyg'unlashuvi natijasida yuzaga keladi.

ADABIYOTLAR TAHLILI VA METODOLOGIYA

Olib borilgan o'rganishlar olimlarning nazariy izlanishlari shun narsa ayon bo'ldiki jamiyatimizda bugungi kunda zamonaviy dunyoda stress bizning ajralmas qismimizdir, turli xil odamlar stressga turli xil qarshiliklarga ega. Taxlil qilingan adabiyotlarda O. B. ШИЛОВА, Н. В. ХМАРА, Н. П. ШИЛОВА “ПРОФИЛАКТИКА СТРЕССОВ, СЕМЕЙНОЙ АГРЕССИИ И СУИЦИДОВ”, Олимов Л.Я., Махмудова З.М. “Психологические механизмы девиантного поведения.” Психология XXI века. Ярославль., 2020. –С. 125-127., N. Tayloqov, M. Xoliqova, Sh. Tayloqova «Voyaga yetmaganlar o'rtasida suitsid holatlarning oldini olish – Toshkent : «Kamalak» nashriyoti Ta'lim muassasalari pedagog va psixologlari uchun metodik qo'llanma, 2017. Adabiyotlarda keltirilishicha shaxsda yoki o'smir yoshidagi yigit va qizlarda uzoq muddatli ta'sir qilish asab tizimining haddan tashqari kuchlanishiga va rivojlanishiga olib keladi stress va depresiya bilan bog'liq bir qator kasalliklar mavjud bo'lib unda shaxs yoki o'smir suitsidga qo'l urishi mumkun. Jamiyatda shunday vaziyatlarda va tezlashtirish hayot sur'ati va munosabatlar tizimining murakkablashishi, odatdagi turmush tarzining o'zgarishi, turmush darajasining oshishi (yoki pasayishi), eski qadriyatlarning yo'qolishi va qurilmalar. Xarakter aksentuatsiyasi shaxs xarakterining ayrim jihatlarini me'yor doirasida, biroq kuchaygan holda namoyon bo'lishi bilan tavsiflanadi. Ayrim aksentuatsiya tiplari emotsional beqarorlik, affektiv reaksiyalarning kuchliligi va stressga past bardoshlilik bilan ajralib

turadi. Aynan ushbu xususiyatlar shaxsni psixologik krizis holatlariga nisbatan sezgirroq qiladi.

Ilmiy tadqiqotlarda suitsidal xavf ko'proq quyidagi aksentuatsiya tiplari bilan bog'liqligi qayd etiladi:

Tashvishli (anksioz) tip doimiy xavotir, o'ziga ishonchsizlik va kelajakdan qo'rquv kuchli bo'lib, psixologik bosim paytida umidsizlik hissi chuqurlashadi.

Emotiv tip yuqori sezgirlik va ta'sirchanlik sababli hissiy jarohatlar chuqur kechadi.

Tsikloid tip depressiv fazalarda hayotiy ma'noni yo'qotish hissi kuchayadi.

Shizoid tip ijtimoiy chekinish va yolg'izlik suitsidal fikrlarning ichki shakllanishiga zamin yaratadi.

Beqaror (nestabil) tip impulsivlik va o'zini nazorat qilishning pastligi xavfli xatti-harakatlarni kuchaytiradi. Muhim jihat shundaki, xarakter aksentuatsiyasi o'z-o'zicha suitsidga olib kelmaydi, biroq noqulay ijtimoiy sharoitlarda xavf omiliga aylanishi mumkin.

Zamonaviy ommaviy axborot vositalarining kuchli rivojlanishi tufayli odamlar har kuni shaxsga qarshi jinoyatlar, turli xil zo'ravonlik va shafqatsizlik, eng kuchli falokatlarga duch kelishadi, minglab odamlarning hayotiga zomin bo'lgan tabiiy ofatlar. Bu tegishli alomatlar bilan keskinlikning katta o'sishiga olib keladi, umumiy tashvish darajasining oshishi, kayfiyatning pasayishi, yolg'izlik, foydasizlik, mavjudlikning ma'nosizligi, kelajak uchun qo'rquv kabi tajribalarning ko'payishi. Ruhiy kasalliklarning kelib chiqishining biopsixososyal modeli bu bir nechta omillar guruhlarining ta'sirini hisobga olishni o'z ichiga oladi. Bu biologik irsiy moyillik ko'rinishidagi xususiyatlar, psixologik (shaxsiy tuzilish xususiyatlari shaklida, asosan oilada shakllanadigan psixologik himoyalarning tuzilishi bilan belgilanadi 5 yoshgacha, bu "stress diatezi" deb ataladi), shuningdek ijtimoiy omillar-individual tarixning stressli hodisalari va atrof-muhit ta'siri.

Tengdoshlar muhiti, ayniqsa o'smirlik va yoshlik davrida shaxs xulq-atvoriga kuchli ta'sir ko'rsatadi. Qabul qilinmaslik, masxara, kiberbulling, ijtimoiy rad etilish yoki salbiy guruh bosimi shaxsning psixologik barqarorligini izdan chiqaradi.

Aksentuatsiyalangan xarakterga ega shaxslar bunday ta'sirlarga nisbatan sezgirroq bo'lib, salbiy baholashni shaxsiy fojia sifatida qabul qiladilar.

Tengdoshlar tomonidan beriladigan baho shaxsning o'z-qadrini belgilashda asosiy manbaga aylanganda, rad etilish suitsidal fikrlarning shakllanishiga psixologik zamin yaratadi. Ayniqsa, yolg'izlik, ijtimoiy ajralish va qo'llab-quvvatlovchi munosabatlarning yetishmasligi xavfni yanada kuchaytiradi.

SHaxsda uning fikrlash tarzida o'z joniga qasd qilish fikrlarini rivojlantiradi, masalan, "men endi bunday emasman mumkin", "men o'lganim ma'qul", ammo u hech qanday aniq rejalar tuzmaydi.

Hissiy yordamni taklif qiling. O'z joniga qasd qilish hissiyotlarini ishlab chiqish. Odam qanchalik ochiq bo'lsa u yo'qotish, yolg'izlik, qadrsizlik hissi haqida gapiradi, uning his-tuyg'ularining qizg'inligi kamroq bo'ladi. Tuyg'ular bo'roni pasayganda, odam, aksincha hammasi bo'lib, u fikrlashga o'tadi. Ushbu fikrlash jarayoni juda muhimdir, chunki shaxsning o'zidan boshqa hech kim bekor qila olmaydi uning o'z joniga qasd qilish to'g'risidagi qarori va hayot foydasiga qaror qabul qilish.

O'z joniga qasd qilmasdan, ilgari paydo bo'lgan shunga o'xshash yoki boshqa muammolarni qanday hal qila olganligi haqida gapirishga undash orqali odamning ijobiy, kuchli tomonlariga e'tibor qarating. Odamni psixiatrga, tajribali umumiy shifokorga yuboring yoki psixolog maslaxatiga yunaltiring.

- U bilan ma'lum vaqtdan keyin uchrashishga harakat qiling va imkoniyatlar, doimiy aloqalarni o'rnatish.

O'rtacha xavf mavjud bo'lganda Biror kishi o'z joniga qasd qilish fikriga ega va reja tuzilgan, ammo u darhol o'z joniga qasd qilmoqchi emas.

1. Hissiy qo'llab-quvvatlashni taklif qiling, odamning o'z joniga qasd qilish hissiyotlarini ishlab chiqing, diqqatni uning kuchli tomonlariga qarating.

Bunga qo'shimcha ravishda, quyidagi amallarni bajaring.

2. Tuyg'ularning ikkilanishidan foydalaning. O'z joniga qasd qilgan bemorning his-tuyg'ulari va istaklarining noaniqligiga e'tibor qaratish, uning yashash istagini asta-sekin kuchaytirish kerak.

3. O'z joniga qasd qilishning alternativalarini muhokama qiling. Yordam beradigan kishi ayni paytda muammoni hal qilishning turli xil alternativ usullarini tahlil qilishga harakat qilish kerak. Ideal echimlar bo'lmasa ham, bemor ulardan birida to'xtaydi degan umidda barcha variantlarni muhokama qilish kerak.

4. Bemorni psixiatrga, boshqa profildagi shifokorga yoki psixolog maslahatchisiga yuboring, iloji boricha tezroq mutaxassis bilan uchrashuv tashkil qiling.

6. Bemorning oilasi, do'stlari va hamkasblari bilan bog'lanib, ularni qo'llab-quvvatlashga jalb qiling.

Yuqori xavf mavjud bo'lganda Biror kishi rejani ishlab chiqdi, uni amalga oshirish uchun zarur vositalarga ega va buni darhol qilishni rejalashtirmoqda.

Doimiy ravishda usha odam bilan qoling. Uni bir daqiqaga yolg'iz qoldirmang. Ehtiyotkorlik bilan, usha shaxs bilan muloyimlik bilan gaplashing va uni usha xarakatidan qaytarishga harakat qiling uning tabletkalari, pichog'i, zahari va boshqalar (o'z joniga qasd qilish vositalarini olib tashlang).

Qanday hollarda bemorni psixiatrga yoki psixologa yuborish kerak

Agar bemorda quyidagilar bo'lsa:

- ✓ ruhiy kasallik;
- ✓ oldingi o'z joniga qasd qilishga urinish tarixi;
- ✓ o'z joniga qasd qilish, alkogolizm yoki ruhiy kasallikning oilaviy tarixi;
- ✓ og'ir jismoniy kasallik;
- ✓ ijtimoiy qo'llab-quvvatlashning etishmasligi.

Nima qilish kerak

- ✓ Tinglang, hamdard bo'ling va xotirjam bo'ling.
- ✓ Qo'llab-quvvatlash va g'amxo'rlik qilish.

- ✓ Vaziyatni jiddiy qabul qilish va xavf darajasini baholash.
- ✓ Oldingi urinishlar haqida savol bering.
- ✓ O'z joniga qasd qilishdan tashqari mumkin bo'lgan echimlarni muhokama qiling.
- ✓ Vaqtni yutib oling-shartnoma tuzing.
- ✓ Qo'llab-quvvatlash manbalarini toping.
- ✓ Kerakli choralarni ko'ring, vaziyat haqida boshqalarga xabar bering, yordamni tashkil qiling.
- ✓ Agar xavf katta bo'lsa, usha shaxs bilan qoling.

Suitsidning oldini olish bo'yicha tavsiyalar Jamiyatda shaxslararo munosabatlarda suitsidal xulq-atvor alomatlarini ko'rganda qanday choralar ko'rishi mumkin? Suitsidga moyil yoshlar odatda to'g'ridan-to'g'ri yordam izlashmaydi: shunga qaramay, ularning ota-onalari, muassasa ma'muriyati yoki tengdoshlari ogohlantiruvchi alomatlarini aniqlashi va o'smirni saqlab qolish uchun qandaydir choralarni ko'rishi mumkin.

Xarakter aksentuatsiyasi va tengdoshlar ta'siri o'zaro ta'sirlashib, quyidagi mexanizmni yuzaga keltiradi: **emotsional zaiflik ijtimoiy rad etilish umidsizlik ichki psixologik krizis destruktiv fikrlar**. Bu jarayonda shaxs muammolarni konstruktiv hal qilish strategiyalariga ega bo'lmagani sababli, xavfli xulq-atvor shakllanishi mumkin.

XULOSA

O'rnida shuni aytish keraki shaxsga nisbatan shunday vaziyatlarda biz quloq tutish orqali uning hayotini saqlab qolish mumkin! Agar siz o'z joniga qasd qilmoqchi bo'lgan birorta odamni bilsangiz yoki "unda suitsidga moyillik bor" degan gumonda bo'lsangiz, u holda, hayotini saqlab qolishda unga yordam berishingiz mumkin, buning uchun shunchaki uning aytganlariga quloq tuting! O'zini o'ldirishga chog'langan odamlar ko'pincha "mening hech kimga keragim yo'q", "mening boshqa ilojim yo'q" va "men haqimda hech kim qayg'urmaydi" deb o'ylaydilar. Odamlarni tinglash orqali ular bilan sodir bo'layotgan hodisalarga va sodir bo'lishi mumkin bo'lgan narsalarga

befarq emasligimizni namoyon etamiz. Shaxs xulq-atvorida suitsidal xavfning shakllanishida xarakter aksentuatsiyasi va tengdoshlar ta'siri muhim psixologik mexanizm sifatida namoyon bo'ladi. Ushbu omillarni kompleks o'rganish va profilaktik chora-tadbirlarni tizimli ravishda amalga oshirish shaxsning psixologik barqarorligini mustahkamlashga xizmat qiladi.

REFERENCES

1. Шилова, О. В., Хмара, Н. В., & Шилова, Н. П. (2011). Профилактика стрессов, семейной агрессии и суицидов.
2. Taskarayevna, N. Z., Yuldibayevna, B. G., Niyazova, N., Shehzadi, I., & Turayev, S. (2026). Pedagogical Transformations: Agentic AI as a Co-Teacher and Learning Partner. In *Multidisciplinary Perspectives on Agentic AI in Educational Systems* (pp. 63-86). IGI Global Scientific Publishing.
3. Gulmira, B. (2019). Semantic and psychological relationship of Envy and Jealousy. In *Bridge to science: research works* (pp. 174-176).
4. Yuldibayevna, B. G. (2020). Masofaviy ta'limdagi talaba shaxsini tarbiyalashda psixologik tavsiyalar. *Science and Education*, 1(1), 454-457.
5. Odilboyevich, J. X. (2025). BOSHLANG'ICH SINIF O 'QUVCHILARINING INDIVIDUAL PSIXOLOGIK XUSUSIYATLARI VA TA'LIM TARBIYANING AHAMIYATI. *ОБРАЗОВАНИЕ НАУКА И ИННОВАЦИОННЫЕ ИДЕИ В МИРЕ*, 84(1), 338-342.
6. Odilboyevich, J. X. (2025). O'SMIRLIK YOSHIDA YUZAGA KELADIGAN REFLEKSIV KOMPETENTSIYANI PSIXOLOGIK VA PEDAGAGIK XUSUSIYATLARI. *ОБРАЗОВАНИЕ НАУКА И ИННОВАЦИОННЫЕ ИДЕИ В МИРЕ*, 84(1), 320-330.
7. Xusanboy, X. G., & Odilboyevich, J. X. (2025). KICHIK MAKTAB YOSHIDAGI O 'QUVCHILARDA SHAXSLARARO MUNOSABATLARINING PERSEPTIV JIXATLARI. *ОБРАЗОВАНИЕ НАУКА И ИННОВАЦИОННЫЕ ИДЕИ В МИРЕ*, 84(1), 331-337.
8. Odilboyevich, J. X. (2025). O 'SMIRLARDA XARAKTER AKSENTUATSIYASI VA UNING BOSHQA XULQ-ATVOR SHAKILANISHGA

TA'SIRINING PSIXOLOGIK MEXANIZMLARI. *Лучшие интеллектуальные исследования*, 59(2), 338-347.

9. Odilboyevich, J. X. (2025). SHAXS XARAKTERIGA TASHXIZ QO'YISHDA PROFAYLING METODINING PSIXOLOGIK JIXATLARI. *Advances in Science and Education*, 1(03), 77-79.

10. Jurayev, X. (2025). O 'smirlarda xarakter aksentuatsiyasining o 'ziga bo 'lgan ishonch rivojlanishiga ta'sirining psixologik xususiyatlari. *MAKTABGACHA VA MAKTAB TA'LIMI JURNALI*, 3(12).