

O'QUVCHILAR ORASIDA ZARARLI ODATLARGA QARAMLIK HAMDA GIYOHVANDLIKNI OLDINI OLISHNING PSIXOLOGIK MASALALARI

Mamatqulova Gulmiraxon Akramovna

*Farg'ona viloyati O'zbekiston tumani Maktabgacha
va maktab ta'limi bo'limiga qarashli 50-maktab psixologi*

Alimatova Gulchehraxon Abdusalomovna

*Farg'ona viloyati O'zbekiston tumani Maktabgacha
va maktab ta'limi bo'limiga qarashli 19-maktab psixologi*

Annotatsiya: Ushbu maqolada zararli odatlar va giyohvandlikning mohiyati, ularning yoshlar ongiga ta'siri, kelib chiqish sabablari hamda oldini olishning psixologik va tarbiyaviy yo'llari yoritiladi. Shuningdek, sog'lom turmush tarzini shakllantirish va profilaktikaning ahamiyati haqida fikr yuritiladi.

Kalit so'zlar: zararli odatlar, giyohvandlik, psixologik ta'sir, yoshlar, profilaktika, sog'lom turmush tarzi, ijtimoiy muhit, tarbiya, psixologik yordam.

KIRISH

Zararli odatlar va giyohvandlik jamiyatda, ayniqsa yoshlar orasida uchrayotgan dolzarb ijtimoiy-psixologik muammolardan biridir. Bunday odatlar insonning jismoniy va ruhiy salomatligiga, shaxsiy rivojlanishiga hamda ijtimoiy hayotiga salbiy ta'sir ko'rsatadi. O'smirlik davrida shaxsning qiziqishlari va ta'sirchanligi yuqori bo'lgani sababli, turli salbiy odatlarga berilish xavfi kuchayadi.

Zararli odatlar deganda inson salomatligi va xulqiga salbiy ta'sir ko'rsatadigan odatlar tushuniladi. Ular orasida nosog'lom turmush tarzi, zararli moddalarga qaramlik, vaqtni maqsadsiz o'tkazish, salbiy muhitga moslashish kabi holatlar mavjud. Giyohvandlik esa insonning psixologik va jismoniy jihatdan zararli moddalarga bog'lanib qolishi bilan xarakterlanadi. Bu nafaqat shaxsga, balki uning oilasi va jamiyatga ham jiddiy zarar yetkazadi.

Psixologik nuqtai nazardan, zararli odatlar va giyohvandlikning kelib chiqishiga bir qator omillar sabab bo'ladi. O'ziga ishonchsizlik, ruhiy bo'shliq, stress, oiladagi muammolar, tengdoshlar ta'siri, qiziqishning noto'g'ri yo'nalishi shular jumlasidandir. Ayrim yoshlar o'z muammolaridan qochish yoki o'zini isbotlash istagida salbiy yo'llarni tanlashi mumkin.

Giyohvandlikning eng xavfli jihati — u insonning fikrlashiga, hissiy holatiga va xulqiga ta'sir qilib, qaramlikni yuzaga keltiradi. Natijada o'qishga qiziqish pasayadi, ijtimoiy munosabatlar yomonlashadi, sog'liq bilan bog'liq muammolar paydo bo'ladi. Eng muhimi, shaxsning kelajagi va hayotiy maqsadlariga salbiy ta'sir etadi. Bunday holatlarning oldini olishda eng samarali yo'l — profilaktika ishlari hisoblanadi.

Maktabda psixologik suhbatlar, treninglar, sog'lom turmush tarzi haqida targ'ibot ishlari o'tkazish, yoshlarning bo'sh vaqtini mazmunli tashkil etish muhimdir. Sport, san'at, ijodiy faoliyat va to'garaklar yoshlarning ijobiy rivojlanishiga xizmat qiladi.

Jumladan, oila muhitining ahamiyati ham juda katta. Ota-onaning e'tibori, farzand bilan ochiq muloqot, ishonchli munosabat va qo'llab-quvvatlash yoshlarni zararli odatlardan himoya qiluvchi eng muhim omillardan biridir. Farzandning qiziqishlariga e'tibor berish, uni tushunish va yo'naltirish muhim tarbiyaviy vazifadir. Psixologik yordam ham profilaktikada muhim o'rin tutadi. Yoshlarning emotsional holatini o'rganish, stressni boshqarish ko'nikmalarini rivojlantirish, o'zini qadrlash hissinini oshirish salbiy odatlarga berilish xavfini kamaytiradi.

Yomon odatlar ro'yxati doimiy e'tiborsizlikni o'z ichiga oladi, odam tartibsiz, boshlangan hamma narsani mantiqiy oxiriga yetkazishga qodir emas. Agar siz o'zingizni sinchkovlik bilan tahlil qilsangiz, bir qancha zararli odatlarni topishingiz mumkin. Ular shunchalik shuurimizga singib ketishganki, biz o'zimizni tinchlantirish, taskin berish, rag'batlantirish bilan shug'ullanamiz. Ammo ayrim hollarda ular ancha murakkab va zararli bo'lishi mumkin. Bularga spirtli ichimliklarni iste'mol qilish, chekish va boshqalar kiradi. Shular sog'likka to'g'ridan to'g'ri zarar yetkazishi va atrofdagilarning barchasiga xalaqit berishi mumkin. Ko'p chekuvchilar bu odatlarini oqlashadi. Ammo, aslida, ular uchun o'zlarini yengish va bu ma'nosiz mashg'ulotdan voz kechish juda qiyin. Bunday holda, butunlay teskarisini qilish kerak va ertangi kunga qoldirmasdan yomon odatlarga qarshi kurashishini bugundan boshlash lozim.

Chekishning zarari haqiqati uzoq vaqtdan beri fan tomonidan tasdiqlangan. Lekin shunga qaramay, bu yomon odat jamiyatimizda juda keng tarqalgan. Sigaretalar nafaqat chekuvchiga, balki bu tutunni nafas olishga majbur bo'lgan odamlarga ham salbiy ta'sir ko'rsatadigan bir qator zararli moddalarni o'z ichiga oladi. Afsuski, chekishning yomon odati o'smirlik davrida paydo bo'lishi mumkin. Ushbu holatning bir nechta sabablari bor: yoshlar yetukroq ko'rinishni, kattalarga, sevimli film qahramonlariga taqlid qilishni xohlashadi. Chekadigan odam o'zini o'zi ta'minlashi, muvaffaqiyatli bo'lishi, ajoyib kasbga ega bo'lishi mumkin. Ammo o'zining eng muhim boyligi- sog'ligidan ayriladi. Shu sababdan ham zararli odatlarimizni tezroq aniqlab, ularni isloh qilish harakatida bo'lishimiz kerak, deb o'ylayman.

Giyohvandlar asosan yoshlar ichida ko'p uchraydi. Tadqiqotlar yana shuni ko'rsatadiki, ko'pchilik boshqa odamlar ta'siri ostida, asosan do'stlari, tanishlari orqali giyohvand moddalarga berilib qolmoqdalar. Xavfli tomni shundaki, narkotiklar qabul qilishni boshlanish etaplarida odam hech qanday yomon ta'sir, og'ir sezmaydi, aksincha giyohvand moddani qabul qilganda kayfiyat ko'tariladi. Jism shunday rohat oladiki, buni ko'pchilik sog'liqqa yaxshi yordam beradi, tinchlantiradi deb o'ylaydi. Spirtli ichimliklar bilan bog'liq giyohvandlik bilan og'rigan odamda tajovuzkorlik va nazoratsiz g'azab paydo bo'ladi. Ko'pincha, bu odam avval o'zini, keyin atrofidagi

odamlarning ko'nglini qoldiradi. Deviant xatti-harakatni tashxislash uchun ba'zida odamning o'ziga qarash, uning mohiyatini aniqlash kifoya. Odamlarning o'zlarini sindirishlari va turli xil zaharli moddalarni olishni boshlashlari juda oddiy: ular dunyoda o'zlarining potentsiallarini anglay olmaydilar. Shaxsning deviant xatti-harakati har doim uning atrofidagi odamlarning hayoti va farovonligiga zarar etkazadigan keskin salbiy ko'rinishlarning mavjudligini anglatadi.

Voyaga yetmaganlarning spirtli ichimliklar yoki giyohvandlik vositalarini iste'mol qilishning oldini olish eng murakkab vazifalardan hisoblanadi. Spirtli ichimliklar yoki giyohvandlik vositalarini iste'mol qilish inson aql-idrokining buzilishi, ya'ni kuchli hayajonlanish, g'azablanish, shavqatsizlik, befarqlik, qiziqishlar doirasining torayishi, eslab qolish, diqqat - e'tibor berish qobiliyatining pasayishi, jinsiy buzuqliqlarning asosiy sabablari hisoblanadi. Eng dahshatlisi, ushbu moddalarni surunkali iste'mol qiluvchilarning OITS kasalligiga chalinishi ehtimoli bir necha bor ortadi. Spirtli ichimliklarni doimiy ravishda uzoq vaqt davomida iste'mol qilish natijasida shaxsdagi intellektual va ahloqiy fazilatlar yo'qolib boradi, ijtimoiy foydali narsalar o'rnini mast bo'lishga intilish egallab oladi. Frantsuz olimi Morel alkogolizm bilan kasallangan shaxsning to'rtta avlodini tekshirib ko'rgan. Mazkur tadqiqot natijalari ham hayratlanarlidir, birinchi avlod vakillarining ahloqi buzilgan; ikkinchi avlodni tom ma'noda alkogolizmga chalingan; uchinchi avlod vakillari vahima kasalligi va g'amginlikka muhtalo bo'lganlar bo'lib, odam o'ldirish va o'z-o'zini o'ldirishga moyil kishilardir, to'rtinchi avlodda esa aqli zaiflar, tentaklar, bepushtlar bo'lgan. Ushbu kuzatishlari asosida u alkogolizm jamiyat a'zosini jismonan va ruhan buzadi, degan xulosaga keladi. Voyaga yetmaganlarning spirtli ichimliklar va giyohvandlik vositalariga ruju qo'yishining asosiy ijtimoiy sabablari ham mavjud. Bularga notinich oilalar, shaxs yashayotgan muhit, jamiyatning munosabati va o'tish davridagi iqtisodiy qiyinchiliklar va boshqa muammolar kiradi. Shuningdek, hozirgi kunda alkogolizm yoki giyohvandlik vositalarini iste'mol qiluvchi voyaga yetmaganlar tomonidan jinoyat sodir etish hollari kuzatilmoqda.

Jamiyatda, oilada voyaga yetmaganlarning spirtli ichimliklarga, giyohvandlik vositalariga nisbatan salbiy qarashlari uchun vaziyat yaratilishi lozim, bunday yashash sharoitini umuman qabul qilmaslik, ularda ixtiyoriy davolanishga imkoniyat tug'dirish va kelajakda spirtli ichimliklar va giyohvandlik vositalaridan umuman voz kechishiga erishish lozim. Shuningdek, narkotik moddalarining noqonuniy tarqalishining oldini olish va ularning mahfiy bozori bilan qattiq va qat'iyat bilan kurashish, giyohvandlik yoki alkogolizm kasalligidan azoblanayotgan shaxslarga insonparvarcha munosabatda bo'lish lozim. Narkotik moddalari tarqalishining oldini olishda ko'proq ularning ziyonligi haqida aholini, asosan voyaga yetmagan shaxslarni ogohlandirish katta ahamiyatga ega.

Voyaga yetmagan shaxsni jazolashdan ko'ra, uni davolash maqsadga muvofiq bo'lar edi. Masalan, alkogolizm yoki giyohvandlik kasalligiga chalingan, jinoyat sodir etgan voyaga yetmaganlarga majburiy ambulatoriya kuzatuvida bo'lish yoki narkolog mutaxassisida davolash chorasini qo'llash mumkin va ushbu majburlov chorasi jinoiy jazoga nisbatan yaxshi samara beradi, deb o'ylayman. Giyohvandlik moddalariga ruju qo'ygan voyaga yetmaganlarni jazolashdan tashqari ommaviy axborot vositalari yordamida tarbiyaviy ishlarni olib borish muhim ahamiyatga ega.

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. Deviant xatti-harakatlarning sabablari butunlay boshqacha bo'lishi mumkin. Keyinchalik oqibatlarni to'g'irlashga urinishdan ko'ra, bunday og'ishning rivojlanishini oldini olish yaxshiroqdir. Deviant xatti-harakatlarning diagnostikasi patologik belgilarni o'z vaqtida aniqlash va ularning rivojlanishining oldini olishni o'z ichiga oladi.

XULOSA

Zararli odatlar va giyohvandlikning oldini olish — bu oila, maktab va jamiyatning hamkorlikdagi vazifasidir. Yoshlarni sog'lom turmush tarziga yo'naltirish, ularning qiziqishlarini qo'llab-quvvatlash, ijobiy psixologik muhit yaratish orqali bunday muammolarning oldini olish mumkin. Sog'lom, maqsadli va ongli yosh avlodni tarbiyalash jamiyat taraqqiyotining muhim shartlaridan biridir.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR RO'YXATI :

1. Jinoyatchilik va huquqbuzarlikka moyil o'quvchilarni aniqlash va ularni tarbiyalash. T.: "Kamalak".2017. 128 b
2. Xolmatova M., Muravyev N. Yoshlar oilaviy hayot bo'sag'asida.-T.: O'zbekiston, 2000
3. Социальные причины девиантного поведения девочек-подростков в условиях трансформации российского общества тема диссертации и автореферата по ВАК РФ 22.00.04, кандидат социологических наук Мухамедеева, Зинфира Фанисовна
4. Sulaymonov J.B., Karimov N. Contribution of Abu Isa Tirmidhi to the Science of Hadith //International Journal of Innovative Technology and Exploring Engineering (IJITEE) ISSN: 2278-3075, Volume-9 Issue-1, November, 2019. P. 593-599
5. Ziyo.net