

## O‘QUVCHILARDA AGRESSIVLIKNI YUZAGA KELISH SABABLARI VA BARTARAF ETISHNING PSIXOLOGIK USULLARI

*Avezova Sanobar Xodjabekovna*

*Qoraqalpog‘iston Respublikasi Ellikqal‘a tumani 15-umumiy o‘rta ta‘lim maktabi psixologi*

### ANNOTATSIYA

Mazkur maqolada o‘quvchilarda agressiv xulq-atvorning paydo bo‘lish sabablari, uning psixologik va ijtimoiy omillari hamda agressiyani kamaytirish va oldini olishning samarali usullari yoritiladi.

**Kalit so‘zlar:** agressivlik, o‘quvchi, xulq-atvor, psixologiya, stress, emotsiya, profilaktika, tarbiya.

### KIRISH

O‘quvchilarda agressivlik — bu salbiy emotsiyalarni (g‘azab, jahldorlik, norozilik) tashqi xulq-atvor orqali ifodalash holati bo‘lib, u ta‘lim jarayoniga va shaxslararo munosabatlarga salbiy ta‘sir ko‘rsatadi. Agressivlikning o‘z vaqtida aniqlanmasligi va to‘g‘ri boshqarilmasligi jiddiy muammolarga olib kelishi mumkin.

Agressivlikning yuzaga kelishida bir qator psixologik omillar muhim rol o‘ynaydi. Avvalo, bu ichki emotsional zo‘riqish, stress, o‘zini ifoda eta olmaslik va o‘ziga ishonchsizlik bilan bog‘liq bo‘lishi mumkin. Bola o‘z his-tuyg‘ularini nazorat qila olmaganda, agressiya orqali uni tashqi tomonga chiqaradi.

Oila muhiti agressivlik shakllanishining asosiy manbalaridan biridir. Oiladagi nizolar, zo‘ravonlik, e‘tiborsizlik yoki ortiqcha qattiqqo‘llik bolaning psixikasiga salbiy ta‘sir qiladi. Bola ko‘pincha kattalarning xulqini takrorlaydi.

Maktab muhiti ham muhim omil hisoblanadi. O‘qituvchi bilan munosabatlari, tengdoshlar bilan nizolar, kamsitilish yoki muvaffaqiyatsizlik hissi agressiv xulqni kuchaytirishi mumkin.

Shuningdek, ijtimoiy omillar — salbiy muhit, noto‘g‘ri axborot manbalari va zo‘ravonlikni targ‘ib qiluvchi kontentlar ham agressivlikka ta‘sir ko‘rsatadi.

Agressivlikni bartaraf etish uchun bir qator psixologik usullar qo‘llaniladi:

- Birinchidan, emotsiyalarni boshqarishni o‘rgatish muhimdir. Bolaga o‘z his-tuyg‘ularini to‘g‘ri ifoda etish, g‘azabni nazorat qilish usullari o‘rgatiladi.
- Ikkinchidan, psixologik suhbat va maslahatlar orqali bolaning ichki muammolari aniqlanadi va yechim topiladi.
- Uchinchidan, treninglar va rolli o‘yinlar yordamida ijobiy xulq-atvor shakllantiriladi. Bu usullar orqali bola nizolarni tinch yo‘l bilan hal qilishni o‘rganadi.

- To‘rtinchidan, rag‘batlantirish va qo‘llab-quvvatlash muhim. Ijobiy xulq uchun berilgan e‘tirof bolaning o‘zini tutishini yaxshilaydi.

- Beshinchidan, ota-onalar bilan ishlash zarur. Ota-onalarga to‘g‘ri tarbiya usullari tushuntiriladi va oiladagi muhitni yaxshilash tavsiya etiladi.

Agressivlik – bu boshqalarga yoki o‘ziga zarar yetkazishga qaratilgan xatti-harakatlar va xatti-harakatlarda ifodalangan shaxsiy xususiyatdir. Dushmanlik, jismoniy shikastlanish, haqorat qilish bilan namoyon bo‘ladi. Agressiv odamlar asabiy, ta’sirchanlikni kechiradilar. Tashxis klinik usullar bilan, shaxsning psixodiagnostik anketalari, proektiv testlar yordamida amalga oshiriladi.

Agressivlikni kamaytirish uchun psixoanaliz, kognitiv-xulq-atvorli psixoterapiya, avtotrening va dori-darmonlar bilan tuzatish qo‘llaniladi. Amaliy nuqtai nazardan, tajovuzkorlik insonning tug‘ma emas, balki ijtimoiy o‘zaro ta’sir jarayonida orttirilgan tajovuzkor xatti-harakatlarga tayyorgarligining kuchayishi sifatida qaraladi. Sifat xususiyatlariga ko‘ra, tajovuzkorlik konstruktiv va buzg‘unchi o‘rtasida farqlanadi. Birinchisi, mudofaa harakatlarida, qasddan zarar yetkazishda amalga oshiriladi, ijtimoiy moslashishga, to‘siqlarni yengib o‘tishga va yetakchilikka imkon beradi. Ikkinchisi, boshqasiga jismoniy yoki ruhiy azob-uqubatlar keltirish niyatiga asoslangan konstruktiv bo‘lmagan tajovuzkor harakatlar bilan ifodalanadi. Yo‘nalish nuqtai nazaridan, tajovuzkorlik boshqalarga va o‘ziga qaratilgan. Shunga ko‘ra, getero-agressiv – haqorat, kaltaklash, so‘kinish va o‘z-o‘ziga zarar yetkazish yoki avto-agressiv reaksiyalar ajralib turadi. Avto-agressiyaning ekstremal versiyasi o‘z joniga qasd qilishga urinishdir. Eng aniq dushmanlik harakati boshqa shaxsga nisbatan jismoniy kuch ishlatishdir.

Boshqa mumkin bo‘lgan variantlar – dushmanlik, yovuzlik, negativizm, qo‘zg‘alish, xafagarchilik, shubha, tahdid. O‘z-o‘zini boshqaradigan tajovuz aybdorlik va o‘zini kamsitish hissi bilan birga keladi. Agressivlikning shaxsiy xususiyat sifatida shakllanishi murakkab jarayon bo‘lib, unda ko‘plab omillar ishtirok etadi. Dushmanlik xulq-atvori oila, tengdoshlar va ommaviy axborot vositalarining ta’siri ostida asta-sekin shakllanadi. Bolalar tajovuzkorlikni kuzatish va sinab ko‘rish orqali o‘rganadilar: ular nafrat va dushmanlik qanday namoyon bo‘lishini ko‘radilar, bu nimaga olib kelishini baholaydilar, olgan bilimlarini amalda qo‘llaydilar. Agar tajovuzkor harakatlar tajribasi ijobiy bo‘lsa, ular xarakterda mustahkamlanadi. Voyaga yetgan odamning tajovuzkorligining sabablari ijtimoiy-psixologik omillar, ruhiy kasalliklar, spirtli ichimliklar va giyohvand moddalar bilan zaharlanish holatlari hisoblanadi. Samarali dushmanlik sizning maqsadlaringizga erishishga, shaxsiy chegaralarni, o‘z e‘tiqodlaringizni himoya qilishga imkon beradi. Bu ko‘pchilikka xos bo‘lgan nohaqlikka qarshi xususiyatdir. Agressivlikning zo‘ravonligi va chastotasi individual xususiyatlarga, masalan, temperament va xarakterga, shuningdek, ijtimoiy-madaniy sharoitlarga, tasodifiy vaziyat ta’siriga bog‘liq.

**Situatsion.** Agressiyani bezovta qiluvchi tashqi sharoitlar va fiziologik sharoitlar qo'zg'atadi. Shunday qilib, odamlar haddan tashqari qizib ketganda, tiqilib qolgan xonada bo'lganda, shovqin, tebranishlarga uzoq vaqt ta'sir qilishda tezroq jahldor bo'lishadi. O'z-o'zini nazorat qilish stressli vaziyatda, charchoq, og'riq, jinsiy qo'zg'alish bilan zaiflashadi.

**Xulq-atvor.** Ushbu omillar guruhiga boshqalar tomonidan nomaqbul deb hisoblangan, mudofaa reaksiyasini keltirib chiqaradigan har qanday xatti-harakatlar kiradi. Masalan, bolaning tajovuzkorligi maqsadsiz o'yin-kulgi, mashg'ulotdan voz kechish, spirtli ichimliklarni iste'mol qilish – ota-onalar va o'qituvchilarning qoralanishiga olib keladigan harakatlar bilan bog'liq.

**Shaxsiylik.** Agressiv odamlar ko'pincha sangvinik va xolerik temperamentga ega, qo'zg'aluvchan va asotsial xarakterga ega. Dushmanlik xulq-atvori hissiy beqarorlik, asabiylashish, depressiya asosida amalga oshiriladi. Boshqa shaxsiy sabablar – o'z-o'zini hurmat qilishning yetarli emasligi, tavakkal qilishga tayyorlik va hasad.

**Mikroiijtimoiy.** Mikroijtimoiy muhit – bu oila, maktab yoki mehnat jamoasi. Ko'pincha zo'ravonlikni kuzatadigan yoki o'zlari buni boshdan kechiradigan, haqorat, haqoratni boshdan kechiradigan odamlar tajovuzkorlikni namoyish etishga moyildirlar. Shu sababli, disfunktsiyali oilalardan chiqqan o'smirlar, huquqni muhofaza qilish organlarida ishlaydigan odamlar o'rtasida dushmanlikning yuqori darajasi aniqlanadi.

**Makroiijtimoiy.** Agressivlikning sabablari sifatida ijtimoiy, siyosiy va madaniy omillarni ko'rish mumkin. Ommaviy axborot vositalarida salbiy voqealar targ'ib qilinganda, e'tiborli odamlar g'ayritabiiy xatti-harakatlarni namoyish qilganda (mamlakat rahbari, vazirlar) va ular zo'ravonlik kultiga ko'tarilganda dushmanlik kayfiyati shakllanadi. Provokatsion omil ko'pincha ijtimoiy-iqtisodiy ahvolning pastligi, davlatning moddiy yordamiga qaramlik bo'ladi.

### **Ruhiy buzilishlar:**

Agressiya – bu psixiatrlar amaliyotida uchraydigan juda keng tarqalgan xulq-atvor va hissiy hodisa. Ruhiy bemorlarda tajovuzkorlik muammosiga tadqiqot va jamoatchilikning qiziqishi ularning yaqin, tasodifiy odamlarga yoki o'zlariga qaratilgan xavfli harakatlar qilish xavfi yuqoriligi bilan bog'liq. G'azab, impulsivlik quyidagi kasalliklarga xosdir:

**Depressiya.** Depressiyaga uchragan bemorlarda tajovuzkorlik ko'pincha intrapunitiv – o'ziga qaratilgan. Bu o'zini kamsitish, qadrsizlik hissi, aybdorlik bilan namoyon bo'ladi. Og'ir ruhiy tushkunlikning impulsiv tabiat bilan kombinatsiyasi o'z joniga qasd qilish, o'z-o'ziga zarar etkazish xavfini oshiradi. Boshqa odamlarga nisbatan tajovuz, asabiylashish, shubha, negativizm orqali amalga oshiriladi.

**Demensiya.** Demensiya bemorlar o'z-o'zini nazorat qilishni yo'qotadilar, jamiyatda qabul qilingan xatti-harakatlar qoidalarini hisobga olmaydilar. Ular o'z harakatlarining og'irligini anglamasdan, boshqalarni xafa qilishlari, zarar yetkazishi mumkin. Agressiya ko'pincha qo'rquv, odatiy harakatlarni amalga oshira olmaslik tajribasi, mustaqillikni yo'qotish va og'ir holatlarda jismoniy noqulaylik (ochlik, charchoq) va yordam so'ramaslikdan kelib chiqadi.

**Shizofreniya.** Bemorlarning dushmanligining asosiy sabablari boshqalarning g'arazli niyatlari, his-tuyg'ularning noto'g'riligi va harakatlarning ingibitsiya haqidagi aldangan g'oyalardir. Ular boshqalarga zarar yetkazish niyatida bo'lmaydi. Xulq-atvor ko'pincha buzilgan mantiqqa asoslanadi, keskinlik va qo'rquvdan xalos bo'lishga qaratilgan. Shizofreniyaning paranoid shaklida bemorlar gallyutsinatsion tasvirlar yoki ovozlar talablariga rioya qilish orqali zarar yetkazishi mumkin.

### **Psixopatiyalar.**

Psixiatriya amaliyotida shaxsiyatning buzilishi tajovuzkorlikning keng tarqalgan sababidir. Portlovchi psixopatiya bilan bemorlar nazoratsiz g'azab portlashlariga, qasddan bo'lmagan tajovuzga moyil. Epileptoid shaxsning buzilishining asosiy ko'rinishlari hissiy viskozite, g'azabdir. Bemorlar uzoq vaqt davomida bezovta bo'lib qoladilar, boshqalarning manfaatlarini e'tiborsiz qoldirib, xudbinlikni ko'rsatadilar.

Antisotsial psixopatiyasi bo'lgan odamlarda axloqiy nuqsonlar mavjud, ular hurmat, hamdardlik va muhabbatni his qilmaydilar, shuning uchun ular aybsiz tajovuzkorlik ko'rsatadilar. Inson agressiyasi ko'rinishlarining turli-tuman va tubsizligidan kelib chiqib, mazkur xulq-atvorni o'rganishda D.Bass tomonidan taklif etilgan konseptual ramkalar bilan chegaralanish juda foydali ekanligi ayon bo'ldi. Uning fikricha, agressiv harakatlarni uchta shkalaga asoslangan holda tasvirlash mumkin: jismoniy Verbal, aktiv-passiv va to'g'ri-egri.

Ularning kombinatsiyalari sakkizta ehtimolga yaqin kategoriyalarni berib, ko'plab agressiv harakatlarni ular asosida tushuntirish mumkin. Masalan, bir kishining ikkinchisi ustidan otib, pichoqlab yoki kaltaklab zo'rvonlik qilishi ham jismoniy, ham aktiv, ham to'g'ri shkala sifatida kvalifikatsiyalanishi mumkin. Afsuski, ayrim oilalarda o'z otasi yoki onasining mehr-oqibatidan bebahra o'sayotgan bolalar ham yo'q emas. Ba'zi oilalarda esa ota-ona va farzand o'rtasidagi o'zaro munosabatlarning ijobiy psixologik iqlimda emasligi achinarli holdir, albatta.

Aksariyat ota-onalar o'z farzandlarini tarbiyaga chaqirishda g'amxo'rlik, mehribonlik, sabr-toqat, mehr kabi xislatlar bilan yondashish o'rniga, kuch bilan, ayniqsa jismoniy jazo usuli bilan ta'sir o'tkazadilar. O'z navbatida bu kabi xatti-harakatlar bolalarda agressiv xulq-atvorning shakllanishiga zamin bo'ladi. Tadqiqot jarayonida maktab o'quvchilarida agressiv xulq-atvorning namoyon bo'lishi va uni bartaraf etish mexanizmlari haqida fikrlar tahlil qilindi. Maepc Д. ning

“Изучаем социальную психологию” nomli o’quv qo’llanmasi metodologik manba bo’lib belgilandi. Shu bilan birga Sh.M. Mirziyoyevning asarlaridan keng foydalanildi.

Mazkur maqolani tahlil qilish jarayonida ilmiy bilishning mantiqiylik, tarixiylik, izchillik va obyektivlik usullaridan keng foydalanildi. Bir qator psixologlarning ta’kidlashicha, oiladagi iqlim, ota-ona o’rtasidagi o‘zaro munosabatlar, ota-ona bilan farzand o’rtasidagi munosabatlar, oilaviy hamohanglik yoki aksincha kelisha olmaslik, opa-singillar, aka-ukalar bilan yaqinlik darajasi, farzand tomonidan qilingan noto‘g‘ri, yanglish xatti harakatlarga nisbatan ota-onaning agressiv reaksiyasi - oilada shakllanib kelayotgan agressiv xatti harakatlarni kuchaytiruvchi yoki susaytiruvchi omillar hisoblanadi. Maktab o’quvchilari orasida agressiv hulq-atvorning bartaraf etishda, avvalo shu narsa ko’zga tashlanadiki har qanday holatda ham bolalarni be’etibor qoldirish kerak emas, ayniqsa maktab o’quvchilarini, o’smir yoshlarni, chunki ular huddi endi o’sib kelayotgan novda kabidir. Uni qaysi tomonga shakllantirsa shunday shakllanib boradi.

### XULOSA

Xulosa qilib aytganda, o’quvchilarda agressivlikning oldini olish va uni bartaraf etish kompleks yondashuvni talab qiladi. Oila, maktab va psixolog hamkorligi asosida olib borilgan ishlar orqali sog‘lom, muvozanatli va ijobiy xulq-atvorni shakllantirish mumkin.

### FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR RO‘YXATI :

1. PULATOV SH.N. XIX asr oxiri - XX asr boshlarida Hindistondagi ijtimoiysiyosiy vaziyat. Academic Research In Educational Sciences. Volume 1. 2020 468474 P.
2. Academic Research in Educational Sciences, 2 (Special Issue 1), 395-401 P.
3. Saidov S.A., Ibn al-Muqaffaning islom tarjima san’atiga qo‘shgan hissasi. // “Oriental Renaissance: Innovative, educational, natural and social sciences” Scientific journal Volume 1, 2021. 332-336 P.
4. Sulaymonov, J. Abdurahmon ibn Xaldunning tamaddun taraqqiyoti haqidagi qarashlarida jamiyat tahlili//Academic Research in Educational Sciences, Vol. 2 Special Issue 1, 2021. 451-455 R.
5. Ziyo.net