

O'SMIRLARDAGI AGRESSIVLIK: SABAB VA YECHIMLARI

Jalilova Shahnoza Muxtorovna
G'ijduvon tumani 56-maktab psixologi



Annotatsiya: O'smirlilik davri – inson hayotidagi o'ziga xos va murakkab bosqichlardan biridir. Bu davrda biologik, psixologik va ijtimoiy o'zgarishlar kuzatiladi. Shu sababli, o'smirlar ko'pincha o'z his-tuyg'ularini nazorat qila olmay, agressiv xatti-harakatlar ko'rsatishi mumkin. Agressivlik nafaqat o'smirning o'zi, balki atrofdagilarga ham salbiy ta'sir ko'rsatadi. Shu bois, uning sabablari va yechimlarini aniqlash muhim ahamiyatga ega.

Kalit so'zlar: agressiya, psixoanaliz, kognitiv nazariya, evolyutsion, frustratsion yondashuv, negativizm, verbal agressiya.

KIRISH

Agressivlik sabablari

1. Biologik omillar:

Gormonal o'zgarishlar (testosteron darajasining oshishi) o'smirni asabiy va tajovuzkor qilishi mumkin.

Neyrobiologik o'zgarishlar, masalan, miyadagi impulslarni boshqarishning vaqtincha zaiflashishi.

2. Psixologik omillar:

Ichki stress, tushkunlik yoki xavotir hissi.

O'zini past baholash va o'ziga ishonchsizlik.

Oldingi travmatik tajribalar, masalan, oiladagi zo'ravonlik yoki jismoniy jarohatlar.

3. Ijtimoiy omillar:

Ota-ona va oiladagi nizolar, tarbiyaviy e'tiborsizlik.

Do'stlar orasidagi bosim va noto'g'ri ijtimoiy muhit.

Maktabdagi qoidalarni buzish yoki noto'g'ri muhit.

Zo'ravonlikni ko'rsatadigan video o'yinlar, internet va ijtimoiy tarmoqlar ta'siri.

Agressivlik belgilari

Doimiy g'azab va janjallashish.

Oson xafa bo'lish va g'azabni nazorat qilolmaslik.

Jismoniy (urish, tepish) yoki so'z orqali tajovuz.

Maktabdagi darslarga befarqlik, konfliktlarga jalb bo'lish.

Yechimlar va tavsiyalar

1. Ota-ona va oilaviy yondashuv:

Farzand bilan ochiq muloqot o'rnatish, his-tuyg'ularini tinglash.

Jazolash o'rniga tushuntirish va cheklovlar qo'llash.

Oilaviy stressni kamaytirish.

2. Maktabdagi yondashuv:

Konfliktlarni aniqlash va yumshatish.

Ijobiy rag'batlantirish va maqtoq.

Guruh mashg'ulotlari orqali ijtimoiy ko'nikmalarni rivojlantirish.

3. Shaxsiy psixologik ishlash:

His-tuyg'ularni boshqarish mashqlari (nafas olish, relaksatsiya).

O'zini ifodalash usullarini o'rgatish (rasm, yozuv, sport).

O'zini baholashni oshirish va o'ziga ishonchni kuchaytirish.

4. Mutaxassis bilan ishlash:

Psixologik konsultatsiya yoki individual terapiya.

Zarur bo'lsa, psixiatriya yoki nevrologiya mutaxassisi bilan maslahat.

O'smirlardagi agressivlik tabiiy holat bo'lishi mumkin, ammo uni nazorat qilmaslik jiddiy ijtimoiy va shaxsiy muammolarga olib keladi. Ota-ona, maktab psixologi va jamiyatning birgalikdagi yondashuvi orqali bu xatti-harakatlarni kamaytirish va o'smirlarni ijobiy rivojlantirish mumkin. Agressivlikning sabablari aniqlanib, unga mos yechimlar qo'llanilganda o'smir o'z his-tuyg'ularini nazorat qilishni o'rganadi va sog'lom ijtimoiy muhitda rivojlanadi.

Agressiya yoki kishilar o'rtasidagi kelishmovchilik oqibatida kelib chiqadigan vajohat holati – bu shunday yo'nalishki, unga oid xulosalar nafaqat psixologlarni, balki sotsiologlar, huquqshunoslar, pedagoglar, faylasuflar, ijtimoiy soha xodimlari, turli bo'g'in rahbarlarining barchasini qiziqtiradi. Zero, inson tabiati va uning boshqa insonlarga bog'liq jihatlarini o'rganish uchun xulqning aynan shu tomonini ham o'rganish, bilish va boshqara olish kerak. Amerikalik olimlar Robert Beron va Debora Richardsonlarning 2000 yilda Sankt Peterburgda rus tilida nashr etilgan "agressiya" nomli kitoblarida ham agressiv xulqqa nisbatan yangicha yondashuv bayon etilgan. Xususan, kitobda agressiv xulqqa taalluqli bo'lgan asosiy nazariyalardagi (psixozanaliz, kognitiv nazariya, evolyutsion, frustratsion yondashuv va boshqalar) fikrlar keltirilganki, mualliflar ularni xulosalab, bunday xulqning aynan biologikdan ham ko'ra, ijtimoiy tabiati borligini ta'kidlaganlar. Zigmund Freydning instinktlar to'g'risidagi nazariyasida ta'kidlangan agressiyaning tug'ma, biologik tabiatga egaligi to'g'risidagi fikridan farqli o'laroq, oxirgi yillarda o'tkazilayotgan tadqiqotlar uning aynan bir insonning boshqa insonga munosabatidan, uning o'ziga nisbatan qarashlarining ongida aks ettirishi va o'zini turli xavf-xatardan asrashning vositasi ekanligi fikrini isbotlamoqda. Aynan ijtimoiy ko'nikmalar paydo bo'lish jarayoni

doirasida qaralgan agressiyani boshqarish imkoniyati borligi amerikalik olimlar xulosalari asosida yotadi.

Shu narsa alohida diqqatga sazovorki, agressiv xulq-atvorning kelib chiqishi va namoyon bo'lishida oila va oilaviy o'zaro munosabatlar, tenqurlar guruhi hamda ommaviy axborot vositarining roli katta ekanligi, ayniqsa, birinchi omil ta'sirchan ekanligi fikri yangi tadqiqotlarda alohida o'rin tutadi.

Odatda bolalar oilada ko'rgan-kechirganlari, ota-onasining o'rinli-noo'rin tanbehlari, ba'zan ularning agressiv munosabatlarining "qurbonlari" sifatida vajohatli bo'lib borishadi. Ya'ni, oilaviy hamjihatlik, to'g'ri tashkil etilgan o'zaro muomala, tarbiya uslublari va boshqaruv usullari agressiv harakatlarning oldini oluvchi, bartaraf etuvchi muhim shartlardir.

Olimlar o'tkazilgan tadqiqotlardan ma'lumki, ota-ona o'rtasida tez-tez nizolar, kelishmovchiliklar chiqib turadigan, oiladagi bolalar o'rtasidagi (aka-uka, opa-singil va hokazo) nizolar odatiy bo'lgan oilada tarbiyalangan bolada agressiyaga moyillik darajasi yuqori bo'ladi. Chunki ayniqsa kichik yoshli bola o'zgalar o'rtasida sodir bo'layotgan nizolar va janjallarga o'ta sezgir va kuzatuvchan bo'ladi. Shuning uchun ham oiladagi muomala madaniyati, bola ongiga ilk yoshlikdan singdiriladigan muloqatga oid qadriyatlar uning kelajakda o'zgalar bilan bo'ladigan munosabatlarini ijobiylashtiradi.

Bolalardagi agressiyaning vujudga kelishi bo'yicha xorij tadqiqotchilari bolada agressiv xulq-atvorni belgilovchi ikki asosiy omilni ochib beradilar: kechirimlilik (kechirimlilik deganda ota-onalarning bolalarning barcha xatti - harakatlarini kechirishga moyilliklari, bolani tushunish va qabul qilishlari nazarda tutiladi) va bolaning agressiv xatti - harakatlari uchun ota-onalar tomonidan qattiq jazo qo'llanilishi. Birinchi omil ta'siri xususida aksariyat olimlar qarashlarida hamjihatlik kuzatiladi. Masalan, G. Eberleyn agressivlikni "mehr va e'tibortalab bolaning tushkunligi" deb ta'riflaydi.

Aksil ijtimoiy xulq-atvorni keltirib chiqaruvchi omil sifatida agressivlikni M. Ratter boshqacha nuqtayi nazardan ko'zdan kechiradi: agressivlikni oiladagi og'ir sharoitlar, ko'pbolalilik, maktab bilimlarini o'zlashtirmaslik, oila va maktabdagi ta'lim va tarbiya uslublari kabi boshqa omillar bilan mushtarakligini ta'kidlaydi. "Turli yoshdagi bolalarda agressiv xulq-atvor namoyon bo'lishi" mavzusidagi ilmiy tadqiqot ishi doirasida kichik va katta yoshdagi o'smirlarning agressivligi hamda gender tafovutlari o'rganildi.

Bular ichida A. Bass – A. Darkining "agressivlikni o'rganish" so'rovnomasi agressiya muammosini atroflicha, chuqur o'rganishga yordam berdi. A. Bass va A. Darki o'z so'rovnomalarini tuzishda agressiv reaksiyalarning turli shakllarini inobatga olishga qaror qildilar. A. Bass, "frustratsiya-agressiya" farazining xulqqa doir jihatini afzal ko'rib, ikkita reaksiyani farqlashni taklif qildi: "agressiya" atamasi bilan

belgilovchi aniq shaxslarga nisbatan faol tashqi namoyon bo'luvchi reaksiya va "dushmanlik" deb nomlanuvchi, shaxsning tevarak-atrofdagilarga nisbatan negativ, ishonchsizlik pozitsiyasini egallashi. Savollarni tuzishda A. Bass va A. Darkilar quyidagi tamoyillarga asoslangan:

1. Savol faqatgina agressiyaning bitta shakliga tegishli bo'lishi.
2. Savollar shunday tuzilganki, jamiyat tomonidan ma'qullanish yoki ma'qullanmaslik ta'siri kamaytirilgan.

Bunga uchta usul orqali erishiladi:

A) javob mazmunida jamiyat tomonidan ma'qullanmaganlik holati (masalan, o'zini yo'qotib qo'yish) ro'y berib, faqatgina uni aks ettirish usuli ko'rsatilishi haqida gap ketishi, xulq-atvorni ta'riflashga urg'u berilishi va uning sabablarini baholashdan yiroqlashish taxminini o'z ichiga oladi;

B) savollar shunday tuziladiki, ta'riflanayotgan agressiv xulq-atvorni yoqlashga imkon qolsin;

V) odamlar tomonidan o'z ichki holati va xulq-atvorini ta'riflashda ko'pincha qo'llaydigan odatiy so'zlashuv iboralari, qoliplardan foydalaniladi.

Bass-Darki metodikasi sinalluvchilar uchun tipik xos bo'lgan agressiv xulq-atvorning shaklini aniqlashga yordam beradi. Mazkur metodikani qo'llab, o'smirlarning turli toifalarida agressiya turli sifat va miqdoriy tavsifga egaligiga ishonch hosil qilish mumkin. Shu bilan birga bu metodika bolalarning ma'lum bir yo'nalishda harakatlanishga tayyorligi haqida ma'lumot olishga imkon beradi.

Bundan tashqari, mazkur metodikadan foydalanish natijalari bolaning motivatsion sohasi mazmuni haqida ba'zi bir xulosalar chiqarishga imkon beradi, shunday ekan, subekt uchun odatiy javob qaytarish shakllaridan xulq-atvor usullarini tanlash real ta'sir etuvchi mazmun hosil qiluvchi motivlar bilan bog'liq. Mazkur metodika 75ta mulohazadan iborat bo'lib, respondentlarning javoblari maxsus kalit yordamida ishlab chiqiladi va kalitga, asosan, sakkizta ko'rsatkich bo'yicha ma'lumotlar olinadi. Bu ko'rsatkichlar quyidagilardan iborat:

1. Jismoniy agressiya – boshqa bir shaxsga nisbatan jismoniy harakatlar qilish.
2. Bilvosita agressiya – to'g'ridan to'g'ri emas, boshqa yo'llar bilan (chetdan, orqadan) amalga oshiriladigan agressiya.
3. Jahldorlik – arzimagan bahona yoki sabab bilan ham salbiy hissiyotlarini ko'rsatish (qo'pollik, tez jahl chiqishi).
4. Salbiy munosabatlar (negativizm) xulq, odatda, biror-bir avtoritetga yoki rahbariyatga yo'naltirilgan bo'ladi, bu xulq talab etilgan qonun va odatlarga qarshi agressiv passiv qarshilikdan to faol kurashgacha o'sishi mumkin.
5. Alamzadalik – atrofdagilarga hasad qilish va ulardan nafratlanish, arzimagan ko'ngilsizliklardan ranjish, g'azablanish va "butun dunyoni ayblash".

6. Shubhalanuvchanlik – atrofidagi insonlarga bo'lgan ishonchsizlik va ehtiyotkorlik, ularning fikricha, atrofdagilar ularga ataylab yomonlik qilishadi.

7. Verbal agressiya – negativ hissiyotlarini so'z yordamida ifodalash, baqirish, janjallashish, tahdid qilish, so'kish, qarg'ash.

8. Aybdorlik hissi – subekt o'zining yomonligi, atrofidagilarga zarar keltirishi haqidagi o'y-fikrlari hamda vijdonan qiynalish.

O'smirlar o'zlarini kattalardek tutishga harakat qiladilar. Ular o'zlarining layoqat, qobiliyat va imkoniyatlarini ma'lum darajada o'rtoqlari va o'qituvchilariga ko'rsatishga intiladilar. Bu holatni oddiy ko'zatish yo'li bilan ham osongina ko'rish mumkin.

O'smirlik yoshiga xos bo'lgan psixologik xususiyatlarni o'rgana turib, o'smirlar shaxsining shakllanib, rivojlanib, kamolotga erishish yo'llarini va unga ta'sir etadigan biologik va ijtimoiy omillarning bevosita ta'sirini tushunish mumkin. Bu davrda o'smir baxtli bolalik bilan xayrlashgan, lekin kattalar hayotida hali o'z o'rnini topa olmagan holatda bo'ladi, o'smirlik davri «o'tish davri», «krizis davr», «qiyin davr» kabi nomlarni olgan psixologik ko'rinishlari bilan xarakterlanadi. Chunki, bu yoshdagi o'smirlarning hattharakatida muqobil, yangi sharoitlarda o'z o'rnini topa olmaganligidan psixik portlash hollari ham kuzatiladi.

O'z davrida L.S.Vigotskiy bunday holatni «psixik rivojlanishdagi krizis» deb nomlagan. O'smirlik yoshida ularning xulq-atvoriga xos bo'lgan alohida xususiyatlarni jinsiy yetilishning boshlanishi bilan izohlab bo'lmaydi. Jinsiy yetilish o'smir xulq-atvoriga asosiy biologik omil sifatida ta'sir ko'rsatib, bu ta'sir bevosita emas, balki ko'proq bilvositadir. O'smirlik davriga ko'pincha so'zga kirmaslik, o'jarlik, tajanglik, o'z kamchiliklarini tan olmaslik, urushqoqlik kabi xususiyatlar xos. Kattalarga nisbatan yovo'z munosabatning paydo bo'lishi, noxush xulqatvor alomatlari jinsiy yetilish tufayli paydo bo'ladigan belgilar bo'lmay, balki ular bilvosita ta'sir ko'rsatadigan, o'smir yashaydigan ijtimoiy shart-sharoitlar vositasi orqali uning tengdoshlari, turli jamoalardagi mavqei tufayli, kattalar bilan munosabati, maktab va oilasidagi munosabatlari sababli yuzaga keladigan xarakter belgilaridir.

Ko'pgina o'smirlarda o'zidan qoniqmaslik holati ko'zatiladi. Shuningdek, o'zi haqidaga mavjud fikrlarning bugun unda sodir bo'layotgan o'zgarishlarga to'g'ri kelmayotganligi o'smirni asabiylashishiga olib keladi. Bu esa o'smirda o'zi haqida salbiy fikr va qo'rquvni yo'zaga keltirishi mumkin. Ba'zi o'smirlarni nima uchun atrofdagilar, kattalar, shuningdek, ota-onasiga qarshi chiqayotganligini anglay olmayotganligi tashvishga soladi. Bu holat ularni ichdan asabiylashishlariga sabab bo'ladi va o'smirlik davri krizisi deyiladi. O'smirlik davrida yetakchi faoliyat - bu o'qish, muloqot hamda mehnat faoliyatidir, o'smirlik davri muloqotining asosiy vazifasi - bu do'stlik, o'rtoqlikdagi elementar normalarini aniqlash va egallashdir.

O'smirlar muloqotining asosiy xususiyati shundan iboratki, u to'la o'rtoqlik kodeksiga bo'ysunadi. O'smirlarning ota-onasi, kattalar bilan qiladigan muloqoti ularning katta bo'lganlik hissi asosida tuzilgan bo'ladi. Ular kattalar tomonidan qilinadigan haququqlarini cheklashlariga, qarshilik va e'tirozlariga qattiq qayg'uradilar. Lekin shunga qaramasdan, u muloqotda kattalarning qo'llab-quvvatlashlariga ehtiyoj sezadilar. Birgalikdagi faoliyat o'smirlarga kattalarni yaxshiroq tushinishlari uchun yordam beradi. O'smir o'zida bo'layotgan o'zgarishlar, uni tashvishga solayotgan muammolar haqida kattalar bilan bo'lishishga katta ehtiyoj sezadi, lekin buni hech qachon birinchi bo'lib o'zi boshlamaydi.

O'smir o'ziga nisbatan yosh bolalardek qilinadigan muomala munosabatiga qattiq norozilik bildiradi. O'smirlar muloqoti nihoyatda o'zgaruvchanligi bilan xarakterlanadi, o'smirlik davriga kimningdir hatti-harakatini qilish xosdir. Ko'pincha ular o'zlariga tanish va yoqadigan kattalarning hatti-harakatlariga taqlidchanlik qiladilar. Qayd etib o'tilgan yo'nalganlik, albatta, kattalarning ham muloqot va munosabatida mavjud, lekin ular kattalarnikidan o'z emotsionalligi bilan farqlanadi. Tengdoshlari, shuningdek, sinfdoshlari guruhida o'smir o'zining kelishuvchanlik xususiyati bilan namoyon bo'ladi. O'smir o'z guruhiga bog'liq va qaram bo'lgani holda shu guruhning umumiy fikriga qo'shilishiga va uning qarorini doimo bajarishga tayyor bo'ladi. Guruh ko'pincha o'smirda «biz» hissining shakllanishiga yordam beradi va uning ichki holatini mustahkamlaydi.

Inson shaxsining shakllanishida ijtimoiy muhit (shaxslararo munosabatlar, o'zaro fikr almashish, hamkorlik)ning ahamiyati juda katta. Inson hech qachon bir o'zi jamiyatdan ajralgan holda mukammal shaxs bo'la olmaydi. U faqat odamlar orasida, jamiyatda tarbiyalangandagina komil inson bo'la olishi mumkin. O'smirlik davri o'z xususiyatiga ko'ra emotsional beqarorlik davri bo'lganligi sababli bu davrdagi o'zgarishlarning klinik formalari turli xil xususiyat kasb etadi.

O'smir yoshlarning, eng avvalo, shaxsning ijtimoiy faolligi, mehnat faoliyatida, ijtimoiy tajribasida va ta'lim jarayonida namoyon bo'ladi. Mazkur faollikdan uning mazmuni va shaklan to'zilishini farqlash mutlaqo zarur. Shaxs faolligining mazmundor tomoni uning ijtimoiy xislatlarida o'z ifodasini topadi, chunki bunda ijtimoiy ko'rsatma, e'tiqodlar, ma'naviy his-tuyg'ular, qiziqishlar, dominantlik xususiyatini kasb etadi. O'smir faolligining shakli faoliyatni amalga oshirishda ishtirok etuvchi ruhiy jarayonlar ichki, tashqi va anglashilgan irodaviy hatti-harakat, intilish namoyon bo'lishi orqali aniqlanadi.

XULOSA

Yoshlarning hayoti va faoliyatida, shuningdek, tarbiyasida asta-sekin ustuvor va barqaror motivlar vujudga kela boshlaydi, ular shaxsning ijtimoiy shartlashgan yo'nalganligi va hayotiy pozitsiyasini qat'iy belgilash uchun xizmat qiladi. Aksariyat hollarda o'smir shaxsining ijtimoiy shartlashgan xususiyatlari uning irodaviy faolligi

yoʻnalishini gavdalantiradi. Ijtimoiy yoʻnalganlik shaxsning motivatsion-irodaviy xislati hisoblanishi sobit qadamlikda oʻz ifodasini topadi. Oʻquvchi shaxsining irodaviy jarayonlari, holatlari, hislatlari faoliyatining motivlari va maqsadini amalga oshirishning oʻziga xos usuli sifatida yoʻzaga keladi.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR ROʻYXATI:

1. V.M. Karimova. Ijtimoiy psixologiya asoslari. Toshkent, 2021.
2. J. Moreno. Sotsiometriya nazariyasi va amaliyoti.
3. Bass A., Darki A. Tajovuzkorlikni baholash metodikasi.
4. Oʻzbekiston Respublikasi taʼlim toʻgʻrisidagi qonunlari.
5. Internet manbalar: www.psychology.uz, www.researchgate.net va boshqalar.
6. ZIYO.NET