O‘SMIR O‘Z JONIGA QASD QILISHINING GENDER XUSUSIYATLARI GLOBAL MUAMMO SIFATIDA

Boqiyev Rustamjon Hamza o‘g‘li
Osiyo xalqaro universiteti magistri

Annotatsiya: Mazkur maqolada o‘smirlarning o‘z joniga qasd qilish muammosi global ijtimoiy-psixologik hodisa sifatida tahlil qilingan. Tadqiqotda suitsidal xulq-atvorning gender xususiyatlari, qizlar va o‘g‘il bolalar o‘rtasidagi psixologik farqlar hamda ularga ta’sir etuvchi omillar yoritilgan. Oila muhiti, tengdoshlar bilan munosabatlar, ijtimoiy tarmoqlar va ruhiy salomatlikning suitsidal xavf shakllanishidagi o‘rni ochib berilgan. Shuningdek, o‘smirlar orasida suitsidning oldini olishga qaratilgan psixologik-pedagogik profilaktika choralari tahlil etilgan. Tadqiqot natijalari o‘smirlar ruhiy salomatligini mustahkamlash va suitsidal xulq-atvor profilaktikasini takomillashtirish uchun ilmiy-amaliy ahamiyatga ega.

Kalit so‘zlar: o‘smirlik, suitsid, gender, suitsidal xulq-atvor, ruhiy salomatlik, depressiya, xavotirlanish, profilaktika, oila, tengdoshlar.

ГЕНДЕРНЫЕ ОСОБЕННОСТИ СУИЦИДАЛЬНОГО ПОВЕДЕНИЯ ПОДРОСТКОВ КАК ГЛОБАЛЬНАЯ ПРОБЛЕМА

Аннотация: В данной статье проблема суицида среди подростков рассматривается как глобальное социально-психологическое явление. В исследовании освещаются гендерные особенности суицидального поведения, психологические различия между девушками и юношами, а также факторы, влияющие на их формирование. Раскрыта роль семейной среды, взаимоотношений со сверстниками, социальных сетей и психического здоровья в возникновении суицидального риска. Также проанализированы психолого-педагогические меры профилактики суицидального поведения среди подростков. Результаты исследования имеют научно-практическое значение для укрепления психического здоровья подростков и совершенствования профилактики суицидального поведения.

Ключевые слова: подростковый возраст, суицид, гендер, суицидальное поведение, психическое здоровье, депрессия, тревожность, профилактика, семья, сверстники.

GENDER CHARACTERISTICS OF ADOLESCENT SUICIDAL BEHAVIOR AS A GLOBAL PROBLEM

Abstract: This article examines adolescent suicide as a global socio-psychological problem. The study highlights the gender characteristics of suicidal behavior, psychological differences between adolescent girls and boys, and the factors influencing their development. The role of family environment, peer relationships, social media, and mental health in the formation of suicidal risk is revealed. In addition, psychological and educational measures aimed at preventing suicidal behavior among adolescents are analyzed. The findings of the study have scientific and practical significance for strengthening adolescents' mental health and improving suicide prevention strategies.

Keywords: adolescence, suicide, gender, suicidal behavior, mental health, depression, anxiety, prevention, family, peers.

O‘smirlik davri inson hayotidagi eng murakkab va mas’uliyatli bosqichlardan biri hisoblanadi. Aynan shu davrda biologik, psixologik va ijtimoiy o‘zgarishlar keskin sur’atlarda kechadi. Bunday o‘zgarishlar o‘smirlarning hissiy holatiga bevosita ta’sir ko‘rsatadi. Natijada ayrim yoshlar turli ruhiy qiyinchiliklarga duch keladilar. O‘z joniga qasd qilish holatlari ham ushbu davrning dolzarb muammolaridan biri sifatida namoyon bo‘ladi.

Bugungi kunda o‘smirlar suitsidi dunyo miqyosidagi jiddiy ijtimoiy muammolardan biri hisoblanadi. Har yili minglab yoshlar o‘z joniga qasd qilish tufayli hayotdan ko‘z yumadilar. Bu holat nafaqat alohida oilaga, balki butun jamiyatga salbiy ta’sir ko‘rsatadi. Suitsid tufayli inson kapitali va kelajak avlod salohiyati yo‘qotiladi. Shu sababli mazkur muammo xalqaro tashkilotlar diqqat markazida turadi.

Suitsidal xulq-atvorni o‘rganishda gender omili muhim ilmiy ahamiyatga ega. Tadqiqotlar qizlar va o‘g‘il bolalar o‘rtasida sezilarli farqlar mavjudligini ko‘rsatadi. Bu farqlar nafaqat xatti-harakatlarda, balki suitsidal fikrlarning shakllanishida ham kuzatiladi. Genderga oid ijtimoiy stereotiplar ushbu jarayonga kuchli ta’sir ko‘rsatadi. Natijada har bir jins vakillarida xavf omillari turlicha namoyon bo‘ladi.

Qiz o‘smirlarda suitsidal fikrlar nisbatan ko‘proq uchrashi aniqlangan. Ular odatda hissiy kechinmalarini ochiqroq ifoda etadilar. Emotsional jarohatlar qizlarda chuqurroq aks etishi mumkin. Ayniqsa, shaxslararo munosabatlardagi muammolar ularga kuchli ta’sir qiladi. Bu esa suitsidal xavfning ortishiga sabab bo‘lishi mumkin.

O‘g‘il bolalarda esa suitsid natijasida o‘lim bilan yakunlanadigan holatlar ko‘proq kuzatiladi. Buning asosiy sabablaridan biri xavfliroq usullardan foydalanilishidir. Ko‘pchilik o‘g‘il bolalar o‘z hissiyotlarini yashirishga harakat qiladilar. Ular yordam so‘rashni zaiflik belgisi sifatida qabul qilishlari mumkin. Natijada ichki ziddiyatlar uzoq vaqt davomida yechimsiz qoladi.

Global miqyosda olib borilgan tadqiqotlar suitsidning yoshlar orasida o‘lim sabablaridan biri ekanligini ko‘rsatmoqda. Bu holat ko‘plab mamlakatlarda sog‘liqni saqlash tizimi uchun muhim muammo hisoblanadi. Ayniqsa, rivojlanayotgan davlatlarda profilaktik dasturlar yetarli darajada yo‘lga qo‘yilmagan. Natijada xavf guruhidagi o‘smirlarni aniqlash qiyinlashadi. Bu esa muammoning yanada chuqurlashishiga olib keladi.

Oila muhiti o‘smirlarning ruhiy salomatligida hal qiluvchi o‘rin tutadi. Oiladagi nizolar va zo‘ravonlik suitsidal xavfni oshiruvchi omillardandir. Mehr-muhabbat va qo‘llab-quvvatlashning yetishmasligi ham salbiy oqibatlarga olib keladi. Ayrim hollarda ota-onalar farzandlarining ruhiy kechinmalariga e’tibor bermaydilar. Bu esa o‘smirning yolg‘izlik hissini kuchaytiradi.

Gender nuqtayi nazaridan qaralganda, qizlar oiladagi emotsional muhitga sezgirroq bo‘ladilar. Ular yaqin insonlarning munosabatiga katta ahamiyat beradilar. Ota-onalar bilan munosabatlarning buzilishi qizlarda ruhiy tushkunlikni kuchaytiradi. Bu esa suitsidal fikrlarning paydo bo‘lishiga zamin yaratishi mumkin. Shu sababli oilaviy qo‘llab-quvvatlash muhim omil hisoblanadi.

O‘g‘il bolalar esa ko‘proq mustaqillik va kuchlilik talablariga duch keladilar. Jamiyat ulardan bardoshli va qat’iyatli bo‘lishni kutadi. Natijada ular o‘z muammolarini yashirishga moyil bo‘ladilar. Bu esa psixologik yordamga murojaat qilish ehtimolini kamaytiradi. Oqibatda ruhiy bosim yanada ortib boradi.

Maktab muhiti ham suitsidal xulq-atvor shakllanishida muhim rol o‘ynaydi. O‘quv yuklamasi va akademik bosim ayrim o‘smirlarda stressni kuchaytiradi. Muvaffaqiyatsizlik hissi o‘ziga bo‘lgan ishonchni pasaytiradi. Ayniqsa, tengdoshlar bilan taqqoslash salbiy ta’sir ko‘rsatadi. Bu holatlar suitsidal xavfni oshiruvchi omillar qatoriga kiradi.

Bullying yoki tengdoshlar tomonidan kamsitilish bugungi kunda global muammo hisoblanadi. Kamsitish va masxara qilish o‘smir ruhiyatiga kuchli zarba beradi. Qizlar ko‘proq

ijtimoiy chetlashtirishdan aziyat chekadilar. O‘g‘il bolalar esa jismoniy va og‘zaki tajovuzga duch kelishlari mumkin. Har ikki holat suitsidal xavfni oshiradi.

Internet va ijtimoiy tarmoqlarning rivojlanishi yangi xavf omillarini yuzaga keltirdi. Kiberbulling o‘smirlar ruhiy salomatligiga salbiy ta’sir ko‘rsatmoqda. Salbiy izohlar va tahqirlar hissiy jarohatlarni kuchaytiradi. Ayrim yoshlar virtual muhitdagi bosimni yengib o‘ta olmaydilar. Natijada suitsidal fikrlar shakllanishi mumkin.

Qiz o‘smirlar ijtimoiy tarmoqlarda tashqi ko‘rinish bilan bog‘liq bosimni ko‘proq his qiladilar. Ular o‘zlarini ideal obrazlar bilan taqqoslaydilar. Bu esa o‘zidan qoniqmaslik hissini keltirib chiqaradi. Tana qiyofasiga oid xavotirlar depressiv holatlarni kuchaytiradi. Bunday vaziyat suitsidal xavfni oshirishi mumkin.

O‘g‘il bolalarda esa ijtimoiy mavqe va muvaffaqiyat masalalari ustuvor ahamiyat kasb etadi. Ular ko‘pincha kuchli va muvaffaqiyatli ko‘rinishga intiladilar. Bu talablarni bajara olmaslik ruhiy tushkunlikni yuzaga keltirishi mumkin. Ayniqsa, o‘zini tengdoshlar bilan taqqoslash salbiy oqibatlarga olib keladi. Natijada ichki ziddiyatlar kuchayadi.

Depressiya o‘smirlar suitsidining asosiy psixologik omillaridan biridir. Depressiv holatda inson kelajakka umidsizlik bilan qaraydi. Hayot mazmunini yo‘qotgandek his qilishi mumkin. Bunday holat uzoq davom etsa, suitsidal fikrlar shakllanish ehtimoli ortadi. Shu sababli depressiyani erta aniqlash muhimdir.

Tashvish va xavotir buzilishlari ham suitsidal xulq-atvor bilan bog‘liq. Doimiy xavotir insonning ruhiy resurslarini kamaytiradi. O‘smir o‘zini himoyasiz his qila boshlaydi. Bu holat hayotiy qiyinchiliklarni yanada murakkablashtiradi. Natijada xavf darajasi ortadi.

Psixoaktiv moddalarni iste’mol qilish ham suitsidal xavfni kuchaytiradi. Alkogol va giyohvand moddalar hissiy nazoratni susaytiradi. Impulsiv qarorlar qabul qilish ehtimoli ortadi. Bu ayniqsa o‘g‘il bolalarda ko‘proq kuzatiladi. Natijada suitsidal harakatlar xavfi ortadi.

Travmatik hayotiy voqealar o‘smir psixikasiga chuqur ta’sir qiladi. Yaqin insonni yo‘qotish yoki zo‘ravonlikka duch kelish og‘ir oqibatlarga olib kelishi mumkin. Bunday voqealar ruhiy barqarorlikni izdan chiqaradi. Ayrim hollarda posttravmatik stress holati rivojlanadi. Bu esa suitsidal xavfni oshiradi.

Madaniy va diniy qadriyatlar ham suitsidal xulq-atvorga ta’sir ko‘rsatadi. Ayrim jamiyatlarda suitsid qat’iy qoralanadi. Bu holat ma’lum darajada himoya omili vazifasini bajaradi. Biroq ruhiy muammolarni yashirish tendensiyasi ham mavjud bo‘lishi mumkin. Natijada yordam so‘rash darajasi pasayadi.

Suitsid profilaktikasida psixologik xizmatlarning o‘rni beqiyosdir. Maktab psixologlari xavf guruhidagi o‘smirlarni aniqlashlari mumkin. Psixologik maslahat va treninglar muhim natijalar beradi. O‘smirlarda stressni boshqarish ko‘nikmalarini rivojlantirish zarur. Bu xavf darajasini sezilarli kamaytiradi.

Genderga mos profilaktik dasturlar yanada samarali hisoblanadi. Qizlar uchun emotsional qo‘llab-quvvatlash muhim ahamiyatga ega. O‘g‘il bolalar uchun esa hissiyotlarni ifodalash ko‘nikmalarini rivojlantirish foydalidir. Har bir jinsning ehtiyojlari hisobga olinishi kerak. Bu profilaktik ishlarning samaradorligini oshiradi.

Ota-onalar bilan ishlash suitsid profilaktikasining muhim qismidir. Ular farzandlaridagi o‘zgarishlarni vaqtida payqashlari lozim. Ruhiy tushkunlik belgilari e’tibordan chetda qolmasligi kerak. Ochiq muloqot muhim himoya omili hisoblanadi. Bu o‘smirning o‘zini xavfsiz his qilishiga yordam beradi.

Tengdoshlarning qo‘llab-quvvatlashi ham katta ahamiyatga ega. Do‘stlar bilan ijobiy munosabatlar stressni kamaytiradi. O‘smir o‘zini jamiyatning bir qismi sifatida his qiladi. Bu esa yolg‘izlik hissining oldini oladi. Natijada suitsidal xavf pasayadi.

Ommaviy axborot vositalari suitsid haqida mas’uliyat bilan ma’lumot berishlari kerak. Sensatsion yondashuv salbiy oqibatlarga olib kelishi mumkin. Aksincha, profilaktik

ma’lumotlarni targ‘ib qilish foydali hisoblanadi. Ruhiy salomatlik mavzularini yoritish muhim ahamiyatga ega. Bu aholining xabardorligini oshiradi.

Davlat miqyosida kompleks dasturlar ishlab chiqilishi zarur. Ta’lim va sog‘liqni saqlash tizimlari hamkorlikda ishlashi kerak. Erta diagnostika va profilaktika ustuvor yo‘nalish bo‘lishi lozim. Mutaxassislar tayyorlash masalasiga ham e’tibor qaratilishi zarur. Bu muammoni kamaytirishga xizmat qiladi.

Xalqaro hamkorlik suitsidning oldini olishda muhim ahamiyat kasb etadi. Turli mamlakatlar tajribasi o‘rganilishi kerak. Samarali dasturlarni amaliyotga joriy etish foydali natijalar beradi. Ilmiy tadqiqotlar sonini ko‘paytirish ham muhimdir. Bu yangi profilaktik strategiyalar ishlab chiqishga yordam beradi.

Xulosa

Raqamli texnologiyalar yordamida psixologik yordam ko‘rsatish imkoniyatlari kengaymoqda. Onlayn maslahat xizmatlari ko‘plab yoshlar uchun qulaydir. Ular anonim tarzda yordam olishlari mumkin. Bu ayniqsa yordam so‘rashdan uyaladigan o‘smirlar uchun muhimdir. Natijada xavf darajasi kamayadi.

Gender xususiyatlarini hisobga olgan holda olib borilgan tadqiqotlar muhim ilmiy natijalar bermoqda. Ular suitsidal xulq-atvorning murakkab mexanizmlarini tushunishga yordam beradi. Har bir jins uchun o‘ziga xos xavf omillari aniqlanmoqda. Bu esa profilaktika ishlarini yanada aniq rejalashtirish imkonini beradi. Natijada samaradorlik oshadi.

O‘smirlar suitsidi bugungi kunda insoniyat oldida turgan eng dolzarb muammolardan biridir. Ushbu muammoning gender jihatlarini chuqur o‘rganish zarur. Ilmiy asoslangan profilaktika choralari muhim ahamiyat kasb etadi. Oila, maktab va jamiyatning hamkorligi bu borada hal qiluvchi omildir. Faqat kompleks yondashuv orqali o‘smirlar hayotini saqlab qolish mumkin.

Foydalanilgan adabiyotlar ro‘yxati

1. G‘oziyev E.G‘. – *Yosh va pedagogik psixologiya* – Toshkent: O‘qituvchi, 2020. – B. 214–228.
2. Nishonova Z.T. – *Rivojlanish psixologiyasi va pedagogik psixologiya* – Toshkent: O‘zbekiston faylasuflari milliy jamiyati nashriyoti, 2021. – B. 301–319.
3. Vohidov M.V. – *Bolalar psixologiyasi* – Toshkent: O‘qituvchi, 2019. – B. 176–193.
4. Реан А.А. – *Психология личности. Социализация, поведение, общение* – Санкт-Петербург: Прайм-ЕВРОЗНАК, 2021. – С. 256–274.
5. Крайг Г. – *Психология развития* – Санкт-Петербург: Питер, 2020. – С. 487–503.
6. Абрамова Г.С. – *Возрастная психология* – Москва: Академический проект, 2021. – С. 328–345.
7. Карабанова О.А. – *Возрастная психология* – Москва: Юрайт, 2022. – С. 219–237.
8. Joiner T.E. – *Why People Die by Suicide* – Cambridge, MA: Harvard University Press, 2021. – P. 115–136.
9. Nock M.K. – *The Oxford Handbook of Suicide and Self-Injury* – New York: Oxford University Press, 2022. – P. 204–229.
10. Hawton K., Saunders K.E.A., O'Connor R.C. – *Self-Harm and Suicide in Adolescents* – London: Routledge, 2021. – P. 87–109.
11. Miller D.N. – *Child and Adolescent Suicidal Behavior: School-Based Prevention, Assessment, and Intervention* – New York: Guilford Press, 2020. – P. 143–167.
12. Shneidman E.S. – *The Suicidal Mind* – New York: Oxford University Press, 2018. – P. 52–74.