TALABA YOSHLAR ORASIDA AGRESSIV HOLATLARNING PSIXOLOGIK XUSUSIYATLARI VA ULARNING OLDINI OLISH YO‘LLARI

Umurzakova Shaxnoza Yakubovna
Farg‘ona Davlat Texnika Universiteti psixologi

Annotatsiya: *Mazkur maqolada talaba yoshlar orasida uchraydigan agressiv holatlarning psixologik xususiyatlari, ularning kelib chiqishiga ta’sir etuvchi individual, oilaviy, ijtimoiy va ta’limiy omillar hamda agressiv xatti-harakatlarning yoshlar shaxsiy rivojlanishiga ta’siri tahlil qilinadi. Talabalik davri shaxsning mustaqil hayotga moslashishi, kasbiy va ijtimoiy mavqeini shakllantirishi, o‘z qarashlarini mustahkamlashi bilan tavsiflanadi. Ushbu jarayonda ta’limiy yuklama, shaxslararo nizolar, kelajak haqidagi xavotir, oilaviy muammolar, tengdoshlar ta’siri, ijtimoiy tarmoqlardagi axborot oqimi va emotsiyalarni boshqarish ko‘nikmalarining yetarli darajada shakllanmaganligi ayrim hollarda agressiv reaksiyalarning kuchayishiga sabab bo‘lishi mumkin. Maqolada agressiyani faqat salbiy xulq sifatida baholash emas, balki uning ortida turgan psixologik ehtiyoj va muammolarni aniqlash zarurligi asoslanadi. Talaba yoshlar bilan psixologik profilaktika, individual maslahat, trening, nizolarni konstruktiv hal qilish, emotsional o‘zini boshqarish va sog‘lom muloqot ko‘nikmalarini rivojlantirishga qaratilgan ishlarning samaradorligi yoritiladi.*

Kalit so‘zlar: *agressiya, agressiv xulq-atvor, talaba yoshlar, emotsional holat, stress, frustratsiya, konflikt, muloqot, psixologik profilaktika, psixologik yordam, o‘zini boshqarish, ijtimoiy moslashuv.*

Kirish

Bugungi kunda yoshlarning psixologik salomatligini ta’minlash, ularning ta’lim olishi uchun qulay ijtimoiy-psixologik muhit yaratish va shaxslararo munosabatlarda sog‘lom muloqot madaniyatini shakllantirish ta’lim tizimining muhim vazifalaridan biri hisoblanadi. Ayniqsa, oliy ta’lim muassasalarida tahsil olayotgan talaba yoshlar hayotida yangi ijtimoiy muhitga moslashish, mustaqil qaror qabul qilish, kasbiy kelajakni rejalashtirish, turli xarakter va dunyoqarashga ega insonlar bilan muloqot qilish kabi ko‘plab jarayonlar bir vaqtning o‘zida kechadi. Bunday o‘zgarishlar ayrim talabalar uchun psixologik jihatdan murakkab kechishi va emotsional zo‘riqishning kuchayishiga olib kelishi mumkin.Agressiya inson xulq-atvorida boshqa shaxsga yoki obyektga zarar yetkazishga qaratilgan tajovuzkor tendensiya yoki xatti-harakat sifatida namoyon bo‘lishi mumkin. Biroq har qanday jahl, norozilik yoki keskin hissiy reaksiya avtomatik ravishda agressiv xulq-atvor degani emas. Insonning muayyan vaziyatga nisbatan norozilik bildirishi tabiiy holat bo‘lishi mumkin. Muammo agressiv reaksiya muntazam takrorlanganda, vaziyatga nisbatan nomutanosib kuchli bo‘lganda, boshqa insonlarning huquq va manfaatlariga zarar yetkazganda yoki shaxsning o‘zi va atrofidagilar hayotiga salbiy ta’sir ko‘rsata boshlaganda yuzaga keladi.

Talabalik davrida agressiv holatlarning shakllanishiga bir nechta omillar ta’sir qilishi mumkin. Avvalo, individual-psixologik xususiyatlar muhim o‘rin tutadi. Ayrim shaxslar

temperament xususiyatlari sababli emotsional reaksiyalarini tezroq namoyon qilishi mumkin. Biroq temperamentning o‘zi agressiv xulqning asosiy sababi hisoblanmaydi. Inson o‘z hissiyotlarini boshqarish, vaziyatni tahlil qilish va maqbul xatti-harakatni tanlash ko‘nikmalarini rivojlantirishi mumkin. Shu sababli psixologik profilaktikaning asosiy vazifalaridan biri talabalarda emotsional o‘zini boshqarish qobiliyatini shakllantirishdan iborat.

Agressiv holatning kelib chiqishida frustratsiya ham muhim omillardan biri bo‘lishi mumkin. Frustratsiya shaxsning muhim ehtiyoji yoki maqsadiga erishish yo‘lida to‘siqqa duch kelishi natijasida yuzaga keladigan psixologik zo‘riqish holatidir. Talaba imtihondan kutilgan natijani olmasligi, grant yoki stipendiya masalasida qiyinchilikka duch kelishi, o‘z imkoniyatlarini tengdoshlarinikidan past baholashi, shaxsiy munosabatlarda muammoga duch kelishi yoki kelajak borasida noaniqlikni his qilishi natijasida frustratsiyani boshdan kechirishi mumkin. Agar bunday holat konstruktiv usulda qayta ishlanmasa, ichki zo‘riqish jahldorlik, keskin gapirish, nizoga kirishish yoki boshqa agressiv reaksiyalar orqali namoyon bo‘lishi ehtimoli mavjud.

Ta’lim jarayonidagi stress ham talabalarning emotsional holatiga sezilarli ta’sir ko‘rsatadi. Imtihonlar, topshiriqlarning ko‘pligi, vaqt yetishmasligi, akademik talablarning yuqoriligi, o‘qish bilan ishni birgalikda olib borish, moliyaviy qiyinchiliklar yoki kelajakdagi kasbiy faoliyat haqida xavotir talabaning psixologik resurslarini kamaytirishi mumkin. Uzoq davom etadigan stress natijasida inson tez charchashi, sabrsiz bo‘lib qolishi, kichik muammolarga ham kuchli reaksiya bildirishi mumkin. Shuning uchun agressiv xatti-harakatni baholashda uning ortida stress yoki emotsional zo‘riqish mavjudligini ham aniqlash zarur.

Talabalar o‘rtasidagi shaxslararo munosabatlar ham agressiv holatlarning shakllanishida muhim ahamiyatga ega. Bir guruhda turli oilaviy muhit, xarakter, qadriyat va dunyoqarashga ega yoshlar birga ta’lim oladi. Ularning fikrlari har doim ham mos kelavermaydi. Noto‘g‘ri muloqot, bir-birini tinglamaslik, o‘z fikrini majburan qabul qildirishga intilish, masxara qilish yoki shaxsiy chegaralarni buzish nizolarning kuchayishiga sabab bo‘lishi mumkin. Konfliktning o‘zi doimo salbiy hodisa emas; muhim jihat nizoning qanday hal qilinishidir. Agar talaba muammoni muloqot orqali hal qilish o‘rniga haqorat, qo‘rqitish yoki jismoniy tajovuzdan foydalansa, bu agressiv xulqning namoyon bo‘lishiga olib keladi.

Agressiyaning verbal shakli talaba yoshlar orasida eng ko‘p uchrashi mumkin bo‘lgan ko‘rinishlardan biridir. Bunda baland ovozda gapirish, haqoratli iboralar ishlatish, kamsitish, masxara qilish, qo‘rqitish yoki boshqa shaxsning sha’niga tegadigan gaplarni aytish kuzatiladi. Verbal agressiya ko‘pincha “shunchaki gap” sifatida qabul qilinishi mumkin, ammo muntazam ravishda takrorlanganda shaxslararo munosabatlarga jiddiy zarar yetkazadi. Ayniqsa, guruh oldida kamsitish yoki tahqirlash talabaning psixologik holatiga salbiy ta’sir ko‘rsatishi mumkin.

Jismoniy agressiya esa boshqa shaxsga jismoniy zarar yetkazishga qaratilgan xatti-harakatlarda namoyon bo‘ladi. Bunday holatlar jiddiy xavf tug‘dirgani sababli ularga nisbatan o‘z vaqtida profilaktik va zarur hollarda tegishli tashkiliy choralar ko‘rilishi lozim. Shuningdek, buyumlarni ataylab sindirish, narsalarni uloqtirish yoki atrof-muhitga zarar

yetkazish kabi xatti-harakatlar ham agressiv reaksiyaning bilvosita ko‘rinishlari sifatida namoyon bo‘lishi mumkin.Agressiyaning yana bir ko‘rinishi passiv agressiya hisoblanadi. Bunda shaxs ochiqchasiga norozilik bildirmasligi mumkin, ammo ataylab vazifani bajarmaslik, boshqa insonni mensimaslik, sukut bilan jazolash, kinoyali munosabat yoki yashirin qarshilik orqali o‘z noroziligini namoyon qiladi. Passiv agressiya ochiq tajovuzkorlikdan farq qilsa-da, uzoq muddat davom etganda munosabatlarda ishonchsizlik va nizolarning kuchayishiga sabab bo‘lishi mumkin.

Talabalarning agressiv xulq-atvoriga oilaviy muhit ham ta’sir ko‘rsatishi mumkin. Bola va o‘smirlik davrida nizolarni qanday hal qilishni kattalarning xatti-harakatlari orqali o‘rgangan shaxs keyinchalik shu uslubni o‘z munosabatlarida takrorlashi mumkin. Agar oilada muammolar doimo baqiriq, haqorat, qo‘rqitish yoki kuch ishlatish orqali hal qilingan bo‘lsa, yosh bunday munosabatni normal kommunikativ usul sifatida qabul qilishi ehtimoli mavjud. Shu bilan birga, oiladagi haddan tashqari qattiq nazorat, hissiy e’tiborsizlik yoki doimiy tanqid ham yoshning ichki noroziligini kuchaytirishi mumkin.

Tengdoshlar guruhi ham talabaning xulq-atvoriga sezilarli ta’sir ko‘rsatadi. Inson o‘zini ma’lum guruhga tegishli his qilishga ehtiyoj sezadi. Agar guruhda tajovuzkor xatti-harakat “kuchlilik” yoki “obro‘” belgisi sifatida baholansa, ayrim yoshlar guruh tomonidan qabul qilinish uchun shunday xatti-harakatlarni takrorlashi mumkin. Shuning uchun ta’lim muassasasida ijobiy guruh qadriyatlarini shakllantirish, hamkorlik, hurmat va o‘zaro yordamni rag‘batlantirish agressiv xulqning oldini olishda muhim vosita hisoblanadi.Zamonaviy raqamli muhit ham yoshlarning agressivlik darajasiga bilvosita ta’sir ko‘rsatishi mumkin. Ijtimoiy tarmoqlarda keskin bahslar, haqoratli izohlar, kiberbulling, tajovuzkor kontent va doimiy axborot oqimi ayrim yoshlarning emotsional holatiga ta’sir qiladi. Virtual muhitda inson o‘zini nisbatan erkinroq his qilgani sababli real hayotda aytishga jur’at qilmaydigan haqorat yoki tahdidlarni yozishi mumkin. Kiberagressiya ham shaxsga sezilarli psixologik zarar yetkazishi mumkinligi sababli ta’lim muassasalarida raqamli muloqot madaniyatiga e’tibor qaratish zarur.

Talabalardagi agressiv holatlarni aniqlashda psixologik diagnostikadan foydalanish mumkin. Kuzatish, individual suhbat, psixologik so‘rovnomalar, agressivlik va emotsional holatni o‘rganishga qaratilgan metodikalar talabaning psixologik xususiyatlarini aniqlashga yordam beradi. Biroq diagnostika natijalarini mutlaq haqiqat sifatida qabul qilish to‘g‘ri emas. Biror testda yuqori agressivlik ko‘rsatkichi qayd etilishi talabaning doimiy ravishda tajovuzkor xulq ko‘rsatishini anglatmaydi. Natijalarni suhbat, kuzatuv va hayotiy vaziyatlar bilan birgalikda tahlil qilish talab etiladi.

Psixologik maslahat jarayonida talabaning agressiv holatini qoralashdan ko‘ra, uning hissiyotlarini anglash va boshqarishiga yordam berish muhimdir. Talabaga “jahlingni chiqarmagin” deyishning o‘zi yetarli emas. Unga jahl paydo bo‘lganida organizmida qanday o‘zgarishlar sodir bo‘lishini sezish, hissiyot kuchayishidan oldingi belgilarni aniqlash va vaziyatni nazorat qilishning amaliy usullarini o‘rgatish kerak. Masalan, vaziyatdan qisqa vaqtga chekinish, chuqur nafas olish, o‘z fikrini yozib olish, suv ichish, jismoniy faoliyat bilan shug‘ullanish, suhbatni keyinroq davom ettirish yoki ishonchli inson bilan maslahatlashish kabi usullar yordam berishi mumkin.

Agressiyani boshqarish bo‘yicha treninglarda “Men-xabar” texnikasidan foydalanish samarali hisoblanadi. Ushbu yondashuvda shaxs boshqa insonni ayblash o‘rniga o‘zining hissiy holatini ifodalaydi. Masalan, “Sen doim meni hurmat qilmaysan” deyish o‘rniga “Bu vaziyatda men o‘zimni noqulay his qildim, fikrim tinglanishini xohlayman” tarzida murojaat qilish nizoning keskinligini kamaytirishi mumkin. Bu usul yoshlarni o‘z his-tuyg‘ularini tajovuzkorliksiz ifodalashga o‘rgatadi.

Agressiv holatlarning oldini olishda emotsional intellektni rivojlantirish ham katta ahamiyatga ega. Emotsional intellekt shaxsning o‘z hissiyotlarini anglash, ularni boshqarish, boshqa insonlarning hissiy holatini tushunish va munosabatlarda shu bilimlardan foydalanish qobiliyatini o‘z ichiga oladi. Talaba o‘zining jahli, xafaligi, qo‘rquvi yoki umidsizligini aniq anglay olsa, bu hissiyotlarni agressiv xatti-harakat orqali chiqarish ehtimoli kamayadi.Ta’lim muassasasidagi psixologik xizmat talabalarning faqat muammoli holatlari bilan ishlash bilan cheklanmasligi kerak. Psixologik profilaktika barcha talabalarni qamrab oladigan tarzda tashkil etilganda samaradorlik oshadi. “Stressni boshqarish”, “Sog‘lom muloqot”, “Nizolarni tinch yo‘l bilan hal qilish”, “Emotsiyalarni boshqarish”, “Bulling va kiberbullingning oldini olish”, “O‘z-o‘zini anglash” kabi trening va davra suhbatlari yoshlarning psixologik kompetensiyasini oshirishga xizmat qiladi.

Pedagoglarning munosabati ham agressiv holatlarning kuchayishi yoki kamayishiga ta’sir qilishi mumkin. Talabani omma oldida haqoratlash, kamsitish yoki doimiy ravishda boshqa talabalar bilan taqqoslash uning noroziligini kuchaytirishi mumkin. Pedagogik muloqot hurmat, adolat, aniq talab va o‘zaro mas’uliyatga asoslanishi lozim. Shu bilan birga, agressiv xatti-harakatni “yoshlarning xarakteri” deb oqlash ham noto‘g‘ri. Talabaning shaxsiy qadr-qimmatini hurmat qilgan holda, uning xatti-harakatining chegaralarini aniq belgilash zarur.

Agressiv xulq bilan ishlashda individual yondashuv muhim ahamiyatga ega. Har bir agressiv holatning sababi bir xil bo‘lmaydi. Bir talaba o‘zini himoya qilish maqsadida keskin reaksiya bildirishi mumkin, boshqasi esa uzoq davom etgan stress sababli tez jahllanishi mumkin. Yana bir talaba guruhdagi mavqeini oshirish uchun agressiv xatti-harakatdan foydalanishi ehtimoli bor. Shu sababli psixolog avvalo agressiyaning funksiyasini, ya’ni u talaba hayotida qanday vazifani bajarayotganini aniqlashga harakat qilishi lozim.Profilaktik ishlarning muhim yo‘nalishlaridan biri yoshlarning bo‘sh vaqtini mazmunli tashkil etishdir. Sport, ijodiy mashg‘ulotlar, ko‘ngillilik faoliyati, jamoaviy loyihalar, intellektual musobaqalar va boshqa ijtimoiy faoliyatlar yoshlarning energiyasini ijobiy yo‘nalishga yo‘naltiradi. O‘z qobiliyatini namoyon qilish imkoniyatiga ega bo‘lgan talaba o‘zini jamoada foydali va kerakli shaxs sifatida his qiladi. Bu esa ijtimoiy moslashuvni kuchaytirishi mumkin.

Agressiv holat aniqlanganda faqat agressiv xatti-harakatning o‘ziga emas, balki undan keyingi psixologik holatga ham e’tibor qaratish zarur. Ayrim yoshlar tajovuzkor harakatdan so‘ng pushaymonlik, aybdorlik, uyat yoki ichki tushkunlikni his qilishi mumkin. Psixolog bunday holatda talabaning o‘z xatti-harakatini tahlil qilishiga, javobgarlikni anglashiga va kelajakda vaziyatni boshqacha hal qilish strategiyasini ishlab chiqishiga yordam beradi. Kechirim so‘rash, zararni qoplash va munosabatlarni tiklash kabi ijtimoiy ko‘nikmalar ham

tarbiyaviy jarayonning bir qismi bo‘lishi mumkin.Agressivlikning oldini olish bo‘yicha ishlar muntazam olib borilgandagina barqaror natija beradi. Bir martalik seminar yoki suhbat barcha muammolarni hal qila olmaydi. Psixologik profilaktika, diagnostika, maslahat, trening va monitoring bir-biri bilan bog‘langan tizim sifatida tashkil etilishi lozim. Shuningdek, talabalarning fikrini o‘rganish, ta’lim muhitidagi psixologik iqlimni muntazam baholash va aniqlangan muammolarga tezkor munosabat bildirish muhimdir.

Agressiv holatlarning oldini olishda talabaning kelajak haqidagi ijobiy tasavvurini shakllantirish ham muhim ahamiyatga ega. Maqsadsizlik, o‘z imkoniyatlariga ishonmaslik yoki kelajakni noaniq tasavvur qilish ayrim yoshlarning psixologik zo‘riqishini oshirishi mumkin. Kasbiy yo‘nalish, shaxsiy rivojlanish, maqsad qo‘yish va o‘z qobiliyatlarini aniqlashga qaratilgan mashg‘ulotlar talabaning o‘z kelajagiga nisbatan mas’uliyatli munosabatini kuchaytiradi.Umuman olganda, talaba yoshlar orasidagi agressiv holatlarni faqat intizom muammosi sifatida ko‘rish yetarli emas. Agressiv xulq ko‘pincha ichki emotsional zo‘riqish, frustratsiya, muloqotdagi qiyinchilik, o‘zini himoya qilish ehtiyoji, ijtimoiy bosim yoki boshqa psixologik omillarning tashqi ifodasi bo‘lishi mumkin. Shuning uchun samarali yondashuv jazolashga emas, sabablarni aniqlash, psixologik yordam ko‘rsatish, mas’uliyatni shakllantirish va konstruktiv xulq-atvor strategiyalarini o‘rgatishga asoslanishi kerak.

Xulosa

Talaba yoshlar orasida agressiv holatlarning yuzaga kelishi ko‘plab individual va ijtimoiy omillarning o‘zaro ta’siri bilan bog‘liq murakkab psixologik hodisadir. Talabalik davrida shaxsning mustaqillikka intilishi, yangi ijtimoiy muhitga moslashishi, o‘qishdagi talablar, shaxslararo munosabatlar va kelajak haqidagi xavotirlar emotsional zo‘riqishni kuchaytirishi mumkin. Agressivlikning oldini olish uchun yoshlarning emotsional savodxonligini oshirish, stressni boshqarish, nizolarni konstruktiv hal qilish va samarali muloqot ko‘nikmalarini rivojlantirish zarur. Ta’lim muassasasida psixolog, pedagog, ota-ona va talabalar o‘rtasidagi hamkorlikka asoslangan tizimli profilaktik ishlar yo‘lga qo‘yilishi lozim. Eng muhimi, agressiv xatti-harakat sodir etgan yoshni faqat salbiy baholash emas, balki uning xatti-harakati ortida turgan sabablarni tushunish, zarur psixologik yordamni ko‘rsatish va ijobiy xulq-atvorni shakllantirish uchun sharoit yaratishdir. Bunday yondashuv nafaqat agressiv holatlarning kamayishiga, balki talabalarning psixologik barqarorligi, ijtimoiy kompetensiyasi va kelajakdagi sog‘lom shaxslararo munosabatlarini rivojlantirishga xizmat qiladi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro‘yxati:

1. G‘oziyev E.G. Umumiy psixologiya. – Toshkent: O‘zbekiston faylasuflari milliy jamiyati nashriyoti.
2. Karimova V.M. Ijtimoiy psixologiya. – Toshkent.
3. Davletshin M.G. Yosh davrlari va pedagogik psixologiya. – Toshkent.
4. Nishonova Z.T. Psixologik xizmat. – Toshkent.
5. Andreeva G.M. Ijtimoiy psixologiya. – Moskva.

6. Bandura A. Aggression: A Social Learning Analysis. – Prentice-Hall.
7. Berkowitz L. Aggression: Its Causes, Consequences, and Control. – McGraw-Hill.
8. Umumiy va ijtimoiy psixologiya bo‘yicha oliy ta’lim muassasalari uchun o‘quv-uslubiy qo‘llanmalar.
9. O‘zbekiston Respublikasida yoshlar va ta’lim sohasiga oid me’yoriy-huquqiy hujjatlar.