

**O‘SMIRLARDA ADDIKTIV XULQ-ATVOR PROFILAKTIKASI:
OILAVIY MUHIT VA IJTIMOIIY MOSLASHUV MUAMMOLARI**

Ranch texnologiyalari Universiteti 2 kurs magistranti

Qunduzoy Xo‘janiyozova Odamboyevna

Annotatsiya .Maqolada o‘smirlik davridagi addiktiv xulq-atvorning shakllanishiga sabab bo‘luvchi asosiy ijtimoiy-psixologik omillar tahlil qilinadi. Oiladagi nosog‘lom muhit, tengdoshlar bosimi va ijtimoiy tarmoqlarning ta’siri kabi jihatlar yoritilgan. Shuningdek, addiktiv tendentsiyalarni erta aniqlash va ularning oldini olish bo‘yicha amaliy tavsiyalar berilgan.

Kalit so‘zlar. Addiktiv xulq, o‘smirlik davri, ijtimoiy moslashuv, psixologik profilaktika, deviant xulq, oilaviy munosabatlar.

Annotation. The article analyzes the main socio-psychological factors leading to the formation of addictive behavior in adolescence. Aspects such as an unhealthy family environment, peer pressure, and the influence of social media are highlighted. Practical recommendations for early detection and prevention of addictive tendencies are also provided.

Keywords. Addictive behavior, adolescence, social adaptation, psychological prevention, deviant behavior, family relationships

Аннотация. В статье анализируются основные социально-психологические факторы, приводящие к формированию аддиктивного поведения в подростковом возрасте. Освещены такие аспекты, как нездоровая семейная атмосфера, давление со стороны сверстников и влияние социальных сетей. Также даны практические рекомендации по раннему выявлению и профилактике аддиктивных тенденций.



Ключевые слова.Аддиктивное поведение, подростковый период, социальная адаптация, психологическая профилактика, девиантное поведение, семейные отношения.

Kirish

O'smirlik davri inson hayotidagi eng murakkab "o'tish davri" hisoblanadi. Aynan shu bosqichda shaxs o'z "Men"ini anglashga intiladi, bu esa ko'pincha ichki va tashqi konfliktlarga sabab bo'ladi. **Addiktiv xulq-atvor** — bu real hayotdagi muammolardan qochish, sun'iy ravishda psixologik holatni o'zgartirishga bo'lgan intilishdir. Bu faqat zararli moddalarga bog'liqlik emas, balki internet, o'yinlar va ijtimoiy tarmoqlarga ruju qo'yishni ham o'z ichiga oladi. Aksariyat mamlakatlarda addiktiv xulq muammosi ko'proq o'smirlik bilan bog'liq. O'smirlarda addiktiv xulqning paydo bo'lish jarayoni alohida e'tiborni talab qiladi. Addiktiv xulq (inglizcha addiction - zararli, yovuz moyillik) -buzg'unchi, deviant xulq shakllaridan biri bo'lib, u ruhiy holatda o'zgaridh qilish, haqiqatdan qochish istagida ifodalanadi. Chunki o'smirlarda addiktiv xulq namoyon bo'lishining eng keng tarqalgan shakllarining barqaror o'sishi kuzatiladi. O'smirlarning addiktiv xulq muammosi nafaqat tibbiy yoki axloqiy muammo, balki juda muhim ijtimoiy psixologik muammodir, chunki o'smirning ruhiy salomatligi alohida davlatning ham, insoniyatning ham salomatligi, xavfsizligi va genofondini saqlash bilan bog'liq. O'smirlik davrini shaxs rivojlanishining alohida yosh bosqichi sifatida aniqlash 19-asrning ikkinchi yarmida sodir bo'ldi. O'shandan beri o'smirlik davri muammolari ko'plab olimlar psixologlar, shifokorlar, pedagoglar, madaniyatshunoslar, sotsiologlarning diqqat markazida bo'lib kelmoqda.

O'smirlik -bu bolalikdan kattalikka o'tish, o'smirlik inqirozining salbiy xususiyatlari aniq namoyon bo'ladigan davrdir. Kuzatishlar natijasiga ko'ra,



soʻnggi yillarda xulq-atvori buzilishlari yaqqol namoyon boʻlayotgan oʻsmirlar soni koʻpaydi. Addiktiv xulqning eng keng tarqalgan va eng muhim shakli kimyoviy qaramlikdir. Oʻsmirlar va oʻrta maktab oʻquvchilari orasida spirtli ichimliklarni isteʼmol qilish holatlari nafaqat oʻgʻil bolalarga, balki qizlarda ham uchrab turishi afsuslanarli holat. Oʻsmirlik davrida spirtli ichimliklarni isteʼmol qilishning oʻzi isteʼmol qilingan miqdordan qatʼi nazar, patologiya hisoblanadi. Xulq-atvor buzilishlari yaqqol namoyon boʻlayotgan oʻsmirlar soni koʻpaydi. Addiktiv xulqning eng keng tarqalgan va eng muhim shakli kimyoviy qaramlikdir. Shaxsning tanazzulga uchrashi axloqiy qashshoqlik, keyinchalik ularning butunlay yoʻqolishi, his-tuygʻularning ibtidoiylashuvi, oilaviy va ijtimoiy munosabatlardagi faollikning asta-sekin zaiflashishi, adekvat xatti-harakatlar va oʻz-oʻzi tanqidiy yondashuvda buzilishda namoyon boʻladi. Oʻsmirda shaxsiy inqiroziga qoʻshimcha ravishda, kognitiv faoliyatda oʻzgarishlar boshlanadi. Giyohvand moddalarga tobe oʻsmirlarning fikrlashi chuqurlikni yoʻqotadi, mulohazalarning mantiqiyliги va izchilligi buziladi, assotsiatsiyalar zaiflashadi, qisqa muddatli va uzoq muddatli xotira hajmi torayadi. Bunday oʻsmirlar uzoq vaqt davomida diqqatni jamlay olmaydilar, ular tez charchaydilar, nisbatan oddiy aqliy ishlarni bajarishda tobora koʻproq xatolarga yoʻl qoʻyadilar. Taʼlim sohasida motivatsiyasining etishmasligi kuzatiladi. Bularning barchasi taʼlim samaradorligiga tabiiy ravishda salbiy taʼsir koʻrsatadi. Shunday qilib, oʻsmir shaxsiyatning oʻzgarishi hissiy, irodaviy va intellektual degradatsiyani oʻz ichiga olgan psixosotsial degradatsiya deb ataladi. Tadqiqotimiz shuni koʻrsatdiki, potentsial “xavf guruhi” ga kiradigan oʻsmirlarda addiktiv xulq shakllanishining ijtimoiy psixologik omillari quyidagicha: -oʻsmirda oʻziga boʻlgan ishonchning kuchayishi, haddan tashqari egosentrizm va atrofidaгilarning eʼtiborga tashnalik; -atrofidaгilarning holatini tushuna olmaslik, empatiyaning pastligi, muloqot qobiliyatlarining yomon shakllanishi; -hissiy labillikning kuchayishi, kayfiyatning oldindan aytib



bo'lmaydigan o'zgaruvchanligi, qo'pollik.-o'z muammolari uchun javobgarlikni boshqa odamlarga yuklash yoki ularni omadsizlik oqibati deb bilish, shuningdek, muvaffaqiyat va yutuqlarni omad yoki tashqi sharoitlar oqibati deb hisoblash;-o'z harakatlari va muhim hayotiy voqealar o'rtasida bog'liqlikni idrok etolmasligi;-muhim hayotiy vaziyatlarni o'z-o'zini nazorat qila olmaslik, o'z hayotini tashkil etish, sog'lig'ini saqlash, kasalliklarning rivojlanishining oldini olishda o'z rolini etarli darajada baholamaslik va boshqalar.Shaxs tiplariga kelsak, potentsial "xavf guruhi" o'smirlari orasida eng ko'p uchraydiganlari emotsional labil, isterik va shizoid turlardir. Korolenko va Segal (1991) ta'rifiga ko'ra, addiktiv xulq shaxs o'z ruhiy holatini o'zgartirish orqali haqiqatdan qochish istagi bilan tavsiflanadi. Ushbu ta'rif addiktiv xulq shakllarining barchasiga tegishli. O'smirda ruhiy holatni o'zgartirish orqali haqiqatdan qochish turli usullar yordamida sodir bo'lishi mumkin. Har bir insonning hayotida ruhiy holatini o'zgartirish zarurati bilan bog'liq bo'lgan holatlar mavjud bo'lib, ushbu maqsadga erishish uchun o'smir odatlarga, stereotiplarga aylangan individual yondashuvlarni "ishlab chiqadi". Giyohvandlik muammosi ruhiy holatning o'zgarishi bilan bog'liq bo'lgan voqelikdan qochish istagi ongda hukmronlik qila boshlaganda, hayotga bostirib kiruvchi, voqelikdan ajralishga olib keladigan markaziy g'oyaga aylanganda boshlanadi. Bunday jarayon mavjud bo'lib, unda inson nafaqat o'zi uchun muhim muammolarni hal qilmaslik, balki uning ruhiy rivojlanishida ham to'xtaydi (Ts.P. Korolenko, N.V. Dmitrieva, 2001)Haqiqatdan qochish mexanizmi quyidagicha, o'smir tanlagan usul ishladi, yoqdi va yaxshi holatni ta'minlaydigan holat faol davo sifatida ongida mustahkamlandi.Kelajakda qaror qabul qilishni talab qiladigan qiyinchiliklar bilan uchrashuv avtomatik ravishda muammoni hal qilishning "ertangi kunga" o'tkazilishi bilan almashtiriladi.

Xulosa



Addiktiv xulq-atvor — bu o'smirning yordam so'rab qilayotgan "baqirig'i"dir. Ijtimoiy-psixologik omillarni o'z vaqtida tahlil qilish va profilaktika choralarini ko'rish, nafaqat bitta shaxsni, balki jamiyatning sog'lom kelajagini asrab qolishga xizmat qiladi.

Maqolani ilmiy jihatdan asoslash va nufuzli jurnallarga topshirish uchun quyidagi adabiyotlar ro'yxatidan foydalanishingiz mumkin. Ro'yxat o'zbek, rus va xorijiy olimlarning eng dolzarb ishlarini qamrab olgan.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR RO'YXATI / LIST OF REFERENCES

1. G'oziyev E.G'. *Psixologiya (Yosh davrlari psixologiyasi)*. – Toshkent: "O'qituvchi", 2010. – 224 b. (O'smirlik davri inqirozlarini o'rganish uchun).
2. Shoumarov G'.B. *Oila psixologiyasi*. – Toshkent: "Sharq", 2010. – 296 b. (Oilaviy muhit va addiksiya bog'liqligi uchun).
3. Akramova F.A. *O'smirlarda deviant xulq-atvor shakllanishining ijtimoiy-psixologik xususiyatlari*. Monografiya. – Toshkent, 2021.
4. Войсункский А.Е. *Психология зависимости от Интернета*. – Москва: Гуманитарный центр, 2015. – 480 с. (Internet-addiksiya nazariyalari uchun).
5. Короленко Ц.П., Дмитриева Н.В. *Аддиктология: настольная книга*. – Москва: Институт консультирования и системных решений, 2012. – 536 с. (Klassik addiktologiya asoslari).
6. Young K.S. *Caught in the Net: How to Recognize the Signs of Internet Addiction—and a Winning Strategy for Recovery*. – New York: John Wiley & Sons, 1998. (Internet-addiksiya terminining asoschisi).
7. Griffiths M.D. *Adolescent social networking: How much of a problem is it?* // Education and Health Journal. – 2012. – Vol. 30, No. 1. – P. 8-11.
8. Eronov M.A. *O'smirlarda addiktiv xulq-atvor profilaktikasining pedagogik asoslari*. Dissertatsiya avtoreferati. – Samarqand, 2019.

