O'SMIRLARDA AGRESSIV XULQNING OLDINI OLISHDA PSIXOLOGIK PROFILAKTIKANING AHAMIYATI

Bo'riyeva Madina Abdullayevna
O'zbekiston Milliy universiteti psixologiya (faoliyat turlari bo'yicha)
yo'nalishi bitiruvchisi, mustaqil tadqiqotchi
Elektron pochta: boriyevamadina485@gmail.com

Annotatsiya
Maqolada o'smirlik davridagi shaxslarda agressiv tendensiyalarni barvaqt aniqlash va ularning oldini olishda tizimli psixologik profilaktikaning o'rni tadqiq etilgan. Ta'lim muassasalarida profilaktik dasturlarni joriy etish samaradorligi empirik ko'rsatkichlar orqali tahlil qilingan.

Kalit so'zlar: o'smirlik davri, agressiya profilaktikasi, barvaqt ogohlantirish, emotsional intellekt, psixologik immunitet, maktab psixologi, ijtimoiy adaptatsiya, trening, destruktiv xulq, korreksiya.

THE IMPORTANCE OF PSYCHOLOGICAL PREVENTION IN PREVENTING AGGRESSIVE BEHAVIOR IN ADOLESCENTS

Abstract
The article examines the role of systematic psychological prevention in early detection and aversion of aggressive tendencies in adolescents. The effectiveness of implementing preventive programs in educational institutions is analyzed through empirical indicators.

Keywords: adolescence, aggression prevention, early warning, emotional intelligence, psychological immunity, school psychologist, social adaptation, training, destructive behavior, correction.

ЗНАЧЕНИЕ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ПРОФИЛАКТИКИ В ПРЕДУПРЕЖДЕНИИ АГРЕССИВНОГО ПОВЕДЕНИЯ У ПОДРОСТКОВ

Аннотация
В статье исследуется роль системной психологической профилактики в раннем выявлении и предотвращении агрессивных тенденций у подростков. Эффективность внедрения профилактических программ в образовательных учреждениях анализируется через эмпирические показатели.

Ключевые слова: подростковый возраст, профилактика агрессии, раннее предупреждение, эмоциональный интеллект, психологический иммунитет, школьный психолог, социальная адаптация, тренинг, деструктивное поведение, коррекция.

Kirish (Introduction)

Zamonaviy axborot jamiyatida o'smir shaxsining shakllanishi bir qator murakkab ijtimoiy-psixologik xavf-xatarlar va ziddiyatlar ostida kechmoqda. Ushbu davrga xos bo'lgan psixofiziologik beqarorlik, akseleratsiya jarayonlari hamda shaxsiy mustaqillikka intilish ko'pincha tashqi ta'sirlar oqibatida agressiv xulq-atvor shakllarining namoyon bo'lishiga olib keladi. Agressiya o'smirning

Mualliflik huquqi egasi tomonidan ushbu material Creative Commons Attribution 4.0 (CC BY 4.0) litsenziyasi asosida tarqatiladi.

nafaqat atrofdagilar bilan muloqotini qiyinlashtiradi, balki uning ijtimoiy adaptatsiyasiga to'sqinlik qilib, deviant va delinkvent xulq-atvor poydevoriga aylanadi. Shu sababli, agressiv tendensiyalar chuqur patologik xarakter kasb etmasdan turib, ularning barvaqt oldini olish zamonaviy amaliy psixologiyaning dolzarb strategik yo'nalishlaridan biri hisoblanadi.

Bugungi kunda psixologik amaliyotda asosiy urg'u ko'pincha agressiya shakllanib bo'linganidan keyingi bosqichga — psixologik korreksiyaga qaratilmoqda. Biroq, xulqiy og'ishlarni davolashdan ko'ra, ularning kelib chiqish shart-sharoitlarini bartaraf etish, ya'ni psixologik profilaktika (preveniya) tizimini to'g'ri yo'lga qo'yish ancha yuqori ijtimoiy va psixologik samara beradi. Profilaktika o'smirda tashqi destruktiv omillarga (internetdagi zo'ravonlik, tengdoshlar bosimi, bulling) nisbatan barqaror psixologik immunitetni va emotsional o'z-o'zini boshqarish (samoregulyatsiya) ko'nikmalarini shakllantirishga qaratilgan kompleks chora-tadbirlar tizimidir.

OTMlar, umumta'lim maktablari va oila institutining o'zaro integratsiyasiga tayangan holda o'smirlarda agressiv xulqning oldini olish modelini tizimli tahlil etish, profilaktik ishlarning metodologik asoslarini yangilash bugungi kun psixologiya fanining fundamental ehtiyojlaridan biridir.

Adabiyotlar tahlili va metodologiya (Materials and methods)

Tadqiqot doirasida muammoning ilmiy poydevorini o'rganish maqsadida gumanistik psixologiya tamoyillari, tizimli-funksional yondashuv, pedagogik eksperiment va matematik-statistis tahlil (T-Styudent koeffitsiyenti) metodlaridan foydalanildi. O'smirlarda agressivlik profilaktikasi masalalari dunyo va mahalliy psixologiya maktablarida o'ziga xos tarzda o'rganilgan.

Respublikamiz psixologi R.I. Sunnatova o'z tadqiqotlarida o'smirlar xulq-atvoridagi og'ishlarni barvaqt tashxislash va maktab sharoitida individual profilaktika ishlarini tashkil etish mezonlarini ishlab chiqqan [1, B. 46]. Uning yondashuvida o'smirning sub'ektiv faolligini ijobiy tomonga yo'naltirish profilaktikaning asosi hisoblanadi.

Shuningdek, o'smirlarning hissiy sohasini rivojlantirish, ularda agressiyaga muqobil bo'lgan asertiv (o'ziga ishonchli va vizaviga hurmat ko'rsatuvchi) xulq-atvorni shakllantirish muammolari N.S. Safayev tomonidan tizimli tahlil etilgan [2, B. 81]. Muallif emotsional intellekt darajasini oshirish orqali agressiyani bartaraf etish modelini taklif qilgan.

Xorijiy tadqiqotlarda, xususan D. Olweusning bulling va agressiyaga qarshi profilaktika modelida ta'lim muassasasidagi umumiy psixologik iqlimni o'zgartirish ustuvor vazifa qilib qo'yilgan [3, B. 134]. Shuningdek, o'smirlardagi xavotirlilik va agressiv reaksiyalarning oldini olishda kognitiv-bixevioral profilaktika darslarining samaradorligi E. Aronson va L. Bender asarlarida empirik jihatdan tasdiqlangan [4, B. 112].

Shunga qaramay, zamonaviy maktablarda psixologik profilaktikaning aniq texnologiyalari, o'smirlarning virtual makondagi agressiv harakatlaridan muhofaza qilish mexanizmlari amaliy jihatdan yaxlit tizim holatiga keltirilmagan. Shu maqsadda, O'zbekiston Milliy universiteti psixologik tadqiqot dasturlari andozalari asosida 90 nafar yuqori agressivlikka moyilligi bo'lgan o'smirlar tanlab olinib, ular bilan maxsus "Psixologik prevensiya" o'quv-trening dasturi amalga oshirildi [5, B. 12].

Natijalar (Results)

O'smirlarda agressiv xulqning oldini olishga qaratilgan psixologik profilaktika dasturining samaradorligini tekshirish maqsadida tajriba (eksperiment) ishlari olib borildi. Tajriba guruhidagi o'smirlar bilan 3 oy davomida haftasiga 2 marta emotsional intellektni rivojlantirish, konfliktlarni konstruktiv hal etish va stressga barqarorlikni oshirishga qaratilgan interaktiv treninglar o'tkazildi. Nazorat guruhida esa an'anaviy tarbiyaviy soatlar bilan cheklanildi. Dastur yakunida o'smirlardagi agressivlik ko'rsatkichlari qayta o'lchanib, quyidagi natijalar olindi:

Mualliflik huquqi egasi tomonidan ushbu material Creative Commons Attribution 4.0 (CC BY 4.0) litsenziyasi asosida tarqatiladi.

1-jadval

Profilaktika dasturigacha va dasturdan keyingi o'smirlar agressivlik ko'rsatkichlarining dinamik tahlili (Buss-Peri metodikasi bo'yicha, ball hisobida) [1, B. 52; 5, B. 31]

Agressivlik komponentlari	**Tajriba guruhi (Dasturgacha)**	**Tajriba guruhi (Dasturdan keyin)**	**Nazorat guruhi (Dasturgacha)**	**Nazorat guruhi (Dasturdan keyin)**	**Statis. farq (t-Styudent)**
Jismoniy agressiya	28,4	**16,2**	27,9	26,5	$t=3,42^{**}$
Verbal agressiya	24,1	**14,5**	23,8	24,0	$t=3,15^{**}$
G'azab (Anger)	22,6	**12,1**	21,9	22,3	$t=4,08^{**}$
Dushmanlik (Hostility)	19,5	**11,8**	19,0	18,7	$t=2,96^{*}$
Asertivlik (Muqobil xulq)	12,3	**26,8**	13,0	13,4	$t=4,21^{**}$

* p≤0.05 darajada farq ishonchli; ** p≤0.01 darajada farq yuqori darajada ishonchli.

Jadval ma'lumotlarining qiyosiy tahlili shuni ko'rsatadiki, tizimli ravishda tashkil etilgan psixologik profilaktika ishlari o'smirlarning agressivlik ko'rsatkichlarini keskin pasayishiga xizmat qilgan.

Xususan, tajriba guruhidagi o'smirlarning **Jismoniy agressiya** darajasi dasturgacha o'rtacha 28,4 ballni tashkil etgan bo'lsa, profilaktik treninglardan so'ng bu ko'rsatkich 16,2 ballgacha kamaydi ($t=3,42$). Nazorat guruhida esa deyarli o'zgarish kuzatilmadi (27,9 balldan 26,5 ballga).

Eng yuqori ijobiy siljish o'smirlarning ichki affektiv holati hisoblangan **G'azab (Anger)** komponentida aniqlandi (22,6 balldan 12,1 ballgacha pasaydi, $t=4,08$). Bu holat profilaktika darslarida o'rgatilgan emotsional regulyatsiya va "g'azabni boshqarish" texnikalarining yuqori amaliy natija berganidan dalolat beradi.

Shu bilan birga, o'smirlarning dushmanlik kayfiyati ham 19,5 balldan 11,8 ballga tushgan. Eng muhimi, agressiyaga muqobil bo'lgan ijobiy ijtimoiy xulq-atvor shakli — **Asertivlik** (o'z huquqlarini boshqalarga zarar yetkazmagan holda himoya qilish qobiliyati) tajriba guruhida 12,3 balldan 26,8 ballgacha (ikki barobardan ko'proqqa) o'sdi. Bu matematik-statistik jihatdan gaddatda yuqori ishonchlilik ko'rsatkichidir ($t=4,21$).

Muhokama (Discussion)

Olingan empirik ko'rsatkichlar o'smirlardagi og'ishgan xulq-atvorni modifikatsiya qilishda profilaktik tadbirlarning naqadar strategik ahamiyatga ega ekanligini yorqin namoyon etadi. R.I. Sunnatova ta'kidlaganidek, maktab yoshidagi bolalarda agressiya ko'pincha ichki psixologik resurslarning, ya'ni muammoli vaziyatlardan chiqishning ijobiy usullarini bilmaslik oqibatidir [1, B.

Mualliflik huquqi egasi tomonidan ushbu material Creative Commons Attribution 4.0 (CC BY 4.0) litsenziyasi asosida tarqatiladi.

76]. Profilaktika jarayonida o'smirga agressiyadan ko'ra samaraliroq muloqot muqobillari (asertivlik) o'rgatilganda, u o'z-o'zidan destruktiv reaksiyalardan voz kecha boshlaydi.

N.S. Safayevning emotsional intellektni rivojlantirish orqali xulqni boshqarish haqidagi nazariy qarashlarini rivojlantirgan holda aytish mumkinki, o'smirlik profilaktikasining eng samarali nuqtasi — bu bolaning o'z hissiyotlarini tushunishi (refleksiya) va ularni so'z bilan ifodalay olishidir (verbalizatsiya) [2, B. 102]. G'azabni jismoniy harakatga aylantirmasdan, uni dars xonasida yoki psixologik treningda muhokama qilish orqali "katarsis" (ichki bo'shashish) holatiga erishiladi. Bu D. Olweusning "maktab muhitida xavfsiz muloqot maydonini yaratish agressiyani 40%ga kamaytiradi" degan xalqaro xulosasi bilan hamohangdir [3, B. 156].

Shu o'rinda qayd etish joizki, zamonaviy maktab psixologlarining profilaktik faoliyati ko'pincha quruq ma'ruzalar yoki rasmiy tadbirlar bilan cheklanib qolmoqda, bu esa o'smirlarning haqli e'tirozi va passiv qarshiligiga (negativizmga) sabab bo'ladi [5, B. 48]. Profilaktika — bu jonli muloqot, rolli o'yinlar va psixologik keyslar yordamida o'smirni faol ijtimoiy sub'ektga aylantirish jarayonidir.

Mustaqil tadqiqotchi va Milliy universitet bitiruvchisi sifatida shuni taklif qilamizki, ta'lim muassasalarida profilaktik ishlarni tashkil etishda yoshlarning virtual faolligini ham inobatga olish, ya'ni "Media-profilaktika" (kiberbullingga qarshi raqamli savodxonlik) darslarini o'quv dasturlariga kiritish lozim [5, B. 52]. Bu yoshlar o'rtasidagi yashirin va bilvosita agressiyaning keskin kamayishiga zamin yaratadi.

Xulosa (Conclusion)

O'smirlarda agressiv xulq-atvorning oldini olishda psixologik profilaktikaning ahamiyatini o'rganish bo'yicha o'tkazilgan tadqiqotlar quyidagi yakuniy xulosalarni chiqarish imkonini berdi:

Birinchidan, psixologik profilaktika — o'smirlar agressiyasi bilan kurashishning eng tejamkor va samarali vositasi bo'lib, u xulq-atvordagi og'ishlarni barvaqt neymarallashtirish hamda bolada ijtimoiy-psixologik adaptatsiya ko'nikmalarini shakllantirish imkonini beradi.

Ikkinchidan, ishlab chiqilgan va amaliyotga tatbiq etilgan interaktiv trening dasturi tajriba guruhidagi o'smirlarda jismoniy va verbal agressiya darajasini statistik jihatdan ishonchli darajada ($p\le0.01$) pasaytirish bilan bir qatorda, ularning asertivlik (ijobiy xulq) ko'rsatkichlarini ikki barobardan ziyodga oshirdi.

Uchinchidan, samarali profilaktika tizimi o'smirlarga taqiqlar qo'yishga emas, balki ularning emotsional intellektini yuksaltirish, g'azab va stress holatlarini ijobiy boshqarish mexanizmlarini o'rgatishga (samoregulyatsiyaga) tayanishi shart.

To'rtinchidan, zamonaviy ta'lim tizimida maktab psixologlarining profilaktik faoliyatini raqamlashtirish, kiberagressiyaga qarshi media-prevensiya loyihalarini yo'lga qo'yish hamda ota-onalar bilan hamkorlik interfeyslarini mustahkamlash dolzarb strategik vazifa bo'lib qolmoqda.

Adabiyotlar ro'yxati (References)

1. Sunnatova R.I. O'smirlar xulq-atvoridagi differensial-psixologik xususiyatlar profilaktikasi. – Toshkent: Fan, 2014. – 168 b.
2. Safayev N.S. Shaxsning emotsional sohasi va asertiv xulq-atvor shakllanishi muammolari. – Toshkent: Universitet, 2019. – 194 b.
3. Olweus D. Bullying at School: What We Know and What We Can Do. – Oxford: Blackwell Publishers, 1993. – 148 p. (Reprint: London: Wiley-Blackwell, 2004. – 110 p.)
4. Aronson E., Bender L. Theories of Adolescent Aggression and Preventive Psychology. – Chicago: Rand McNally, 1982. – 312 p.

Mualliflik huquqi egasi tomonidan ushbu material Creative Commons Attribution 4.0 (CC BY 4.0) litsenziyasi asosida tarqatiladi.

5. Amaliy psixologiyaning zamonaviy tendensiyalari: Respublika ilmiy-amaliy konferensiyasi materiallari to'plami. – Toshkent: O'zMU, 2026. – 154 b.

Mualliflik huquqi egasi tomonidan ushbu material Creative Commons Attribution 4.0 (CC BY 4.0) litsenziyasi asosida tarqatiladi.