

O'SPIRINLARDAGI DEVIANT XULQ-ATVORNI KORREKSIYA QILISHDA PSIXOLOGIK TRENINGNING AHAMIYATI

Obloqulov Javlonbek¹

Toshkent Kimyo xalqaro universiteti

KEYWORDS

O'spirin psixologiyasi, deviant xulq-atvor, psixologik trening, emotsional beqarorlik, ijtimoiy ta'sir, empatiya, moslashuvchanlik, psixologik korreksiya, refleksiya, ichki motivatsiya, assertivlik.

ABSTRACT

Ushbu maqola o'spirinlardagi deviant xulq-atvorni tahlil qilish, ularning shakllanish sabablari, psixologik treninglar orqali ushbu holatlarni tuzatish metodlari va bu treninglarning samaradorligini baholashga qaratilgan. Maqolada treninglarning nazariy asoslari, tarixiy rivojlanishi va psixologik ta'sir mexanizmlari yoritilgan. O'spirinlar psixologiyasidagi deviant xulq-atvorning asosiy ichki va tashqi sabablarini aniqlangan. Psixologik trening metodlari, ularni o'tkazish texnologiyasi, amaliy tajribalar va natijalarni baholash mexanizmlarini batafsil tahlil qilingan.

2181-2675/© 2025 in XALQARO TADQIQOT LLC.

DOI: **10.5281/zenodo.15776925**

This is an open access article under the Attribution 4.0 International (CC BY 4.0) license (<https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/deed.ru>)

Jamiyatdagi har bir yosh toifasi o'ziga xos psixologik xususiyatlarga ega. Ammo ayniqsa o'smirlik davri – shaxsning shakllanishi, ijtimoiylashuvi, o'zini anglash va mustaqil qarorlar qabul qilish jarayonining boshlanish nuqtasi sifatida muhim ahamiyatga ega. Shu sababli, bu davrda yuzaga keladigan har qanday xulq-atvor og'ishlari – deviant xatti-harakatlar – nafaqat o'spirinning ruhiy salomatligiga, balki butun jamiyat barqarorligiga ham xavf tug'dirishi mumkin. Zamonaviy psixologiyada o'spirinlardagi deviant xulq-atvorni bartaraf etishda psixologik trening samarali metod sifatida keng qo'llanilmoqda.

Psixologik trening – bu shaxsiy rivojlanish, o'zini anglash, muomala ko'nikmalarini shakllantirish va tuzatish, shuningdek, stressli holatlarda moslashuvchanlikni kuchaytirishga qaratilgan amaliy-psixologik metodlar majmuasidir. Ushbu metod XX asrning o'rtalaridan boshlab AQSh va G'arbiy Yevropada keng tarqaldi. Jacob Moreno tomonidan ishlab chiqilgan psixodrama va rol o'yinlari orqali ijtimoiy psixologik treninglar evolyutsiyasi boshlangan. [1] Keyinchalik Carl Rogersning insonparvar

¹ PhD. Toshkent Kimyo xalqaro universiteti Samarqand filiali

yondashuvi [2] va Albert Bandura tomonidan ishlab chiqilgan ijtimoiy o'rganish nazariyasi [3] asosida trening metodlari boyitildi. Ularning asosiy g'oyasi shundaki, inson faqat bilim orqali emas, balki tajriba, fikr almashish, kuzatish va refleksiya orqali o'zgaradi.

Deviant xulq-atvor – bu ijtimoiy qabul qilingan qoidalarga zid harakatlar bo'lib, ular quyidagi omillar ta'sirida yuzaga kelishi mumkin:

- Oilaviy muhitdagi ziddiyatlar, nazoratning yetishmasligi yoki haddan ortiq bosim;
- Ijtimoiy maqom yetishmovchiligi, e'tiborga bo'lgan ehtiyoj;
- Emotsional beqarorlik, o'zini namoyon qilishga bo'lgan ichki ehtiyoj;
- Ijtimoiy guruhlar ta'siri (noformal guruhlar, salbiy do'stlar muhitida bo'lish);
- Travmatik voqealar (ajralish, jismoniy yoki ruhiy zo'ravonliklar, yo'qotishlar).

Psixologik treninglar ushbu omillarni aniqlash, tahlil qilish va ularga sog'lom yondashuv shakllantirishda muhim vositadir. Trening davomida ishtirokchilar o'z hissiyotlarini erkin ifoda etishadi, ichki konfliktlarni anglaydilar va ijobiy o'zgarishlarga yo'l ochiladi. Ayniqsa, emotsional-intellektual treninglar, assertiv xatti-harakatlar mashqlari va muammoli vaziyatlarda qaror qabul qilish simulyatsiyalari deviantlikni kamaytirishga xizmat qiladi.

Ko'plab empirik tadqiqotlar shuni ko'rsatmoqdaki, treninglarda muntazam qatnashgan o'spirinlar quyidagi o'zgarishlarga erishgan:

- Agressivlik darajasining kamayishi;
- Ichki motivatsiyaning kuchayishi va o'zini nazorat qilish qobiliyatining oshishi;
- Ijtimoiy kompetensiyalarning (muloqot, hamkorlik, murosas) rivojlanishi;
- Tanqidiy fikrlash va refleksiv yondashuvning kuchayishi;
- Psixologik moslashuvchanlikning ortishi.

Bundan tashqari, psixologik treninglar orqali yoshlar orasida ijtimoiy rollarni to'g'ri anglash, konfliktni hal qilish mexanizmlari, emotsional regulyatsiya, stressga chidamlilik kabi ko'nikmalar shakllanadi, bu esa ularning jamiyatga moslashuvini kuchaytiradi. Psixologik treninglar – o'spirinlar orasida uchraydigan deviant xatti-harakatlarni aniqlash va ularni tuzatishda eng samarali, tajribaga asoslangan, amaliy yondashuvdir. Treninglar nafaqat tashqi xulq-atvorni nazorat qilish, balki uning ichki sabablarini anglash va chuqur yechim topishga xizmat qiladi. Shu sababli, ushbu metodlar nafaqat maktab va kollej tizimida, balki oilaviy psixologiyada, ijtimoiy xizmatlarda ham keng qo'llanishi lozim.

O'smirlik – bu inson hayotidagi eng murakkab, ziddiyatlarga boy davr bo'lib, biologik o'sish, psixologik o'zgarishlar va ijtimoiy rolga moslashish jarayonlari bir vaqtda kechadi. Aynan shu davrda shaxsning identiteti shakllanadi, o'zini anglash kuchayadi, hayotga nisbatan mustaqil qarashlar rivojlanadi. Ammo bu jarayonlar doim ham muammosiz kechmaydi. Natijada o'spirinlarda me'yordan og'ish – deviant xulq-atvor shakllanishi mumkin. O'smirlik davrida organizmda ro'y beradigan gormonal o'zgarishlar (masalan, testosteron va estrogen darajasining keskin ortishi) kuchli emotsional reaksiya, kayfiyatning tez o'zgarishi, asabiylik va agressivlik kabi holatlarga olib keladi. Bu

emotsional beqarorlik ko'pincha nazorat qilinmaydigan harakatlar bilan namoyon bo'ladi. Natijada, ota-onalar, o'qituvchilar yoki do'stlar bilan keskin ziddiyatlar yuzaga keladi. Bundan tashqari, o'spirinlar o'z shaxsini namoyon qilishga harakat qiladi, bu esa ba'zida qoidabuzarlik, tajovuzkorlik yoki provokatsion xatti-harakatlar orqali ifodalanadi. Psixolog Erik Eriksonning rivojlanish nazariyasiga ko'ra, bu davrdagi asosiy ijtimoiy muammo – "identitetga erishish yoki rol chalkashligi" hisoblanadi. [4]

O'spirinlar o'zlarini oilaviy chegaralardan tashqarida namoyon qilishga intilishadi. Bu esa ularni ko'pincha noformal guruhlar (ko'cha guruhlar, jinoyatga moyil to'dalar, destruktiv subkulturalar) bilan yaqinlashtiradi. O'spirinlar bu guruhlardan e'tibor, tasdiq va "oila o'rnini bosuvchi" hissiyotlarni izlaydi. Albert Bandura tomonidan ilgari surilgan ijtimoiy o'rganish nazariyasiga ko'ra, shaxs xatti-harakatlarni asosan kuzatish, taqlid va rag'bat orqali o'rganadi. [3] Agar o'spirin salbiy xatti-harakatlar qilayotgan shaxslarni yetakchi sifatida qabul qilsa, u ham ularning yo'lidan boradi. Ayniqsa, zo'ravonlik, qoidabuzarlik yoki narkotik vositalar iste'mol qilish bo'yicha misollar ijtimoiy muhit orqali tez singdiriladi.

Deviant xatti-harakatlarning asosiy manbalaridan biri – oilaviy befarqlik, noto'g'ri tarbiya, nazoratning yetishmasligi yoki haddan ortiq bosimdir. [5] Oilaviy konfliktlar, ota-onaning doimiy janjali, ajrashuv, yoki psixologik zo'ravonlik holatlari o'spirinda o'ziga bo'lgan ishonchni kamaytiradi. Bunday muhitda ulg'ayayotgan bola o'z hissiyotlarini yashiradi yoki noroziligini deviant shaklda ifoda etishga urinadi. Ota-onaning mehr va e'tiboriga muhtoj o'spirinlar, agar bu ehtiyojlar qondirilmasa, ular uni boshqa manbalardan izlashadi. Bu esa ko'pincha noto'g'ri shaxslar yoki guruhlar bilan yaqinlikka olib keladi. Ba'zi o'spirinlar tug'ma yoki bolalikdagi travmalar tufayli psixologik jihatdan nozik, tajovuzkor yoki haddan ortiq passiv bo'lishi mumkin. Bu holatlar ularning deviant xatti-harakatlarga moyilligini oshiradi. Ayniqsa quyidagi holatlar xavfli hisoblanadi:

- O'zini past baholash;
- Hissiy qoniqmaslik;
- E'tiborga bo'lgan kuchli ehtiyoj;
- Depressiv kayfiyatlar va o'ziga nisbatan salbiy qarashlar.

Shuningdek, psixologik jihatdan haddan ortiq shubhali, impulsiv yoki nevrotik tipdagi o'spirinlarda ham deviant xatti-harakatlar tez-tez uchraydi. Bu yerda psixik muvozanatning buzilishi, kognitiv dissonans yoki motivatsion bo'shliqlar sababli ijtimoiy me'yorlar buziladi.

O'spirin maktabda o'zini namoyon qilish uchun ikki asosiy yo'lga ega: o'qishdagi yutuq va ijtimoiy o'rin. Agar bola darslarda muntazam muvaffaqiyatsizlikka uchrasa, o'qituvchilar bilan salbiy munosabatlarga ega bo'lsa, u e'tiborni boshqacha yo'l bilan jalb qilishga harakat qiladi. Bu esa, odatda, intizomsizlik, qarshilik yoki tajovuzkorlik ko'rinishida namoyon bo'ladi. Maktab psixologik qo'llab-quvvatlash xizmatlari yetarlicha faol bo'lmaganda yoki individual yondashuv yo'q bo'lsa, bu holat chuqurlashib boradi. O'spirinlar psixologiyasida deviant xatti-harakatlar ko'plab omillar ta'sirida shakllanadi:

biologik, psixologik, oilaviy, ijtimoiy va ta'lim tizimi bilan bog'liq muammolar. Ularning har biri alohida e'tibor talab qiladi. Shuning uchun, bu masalaga kompleks, multidisiplinar yondashuv zarur. Yagona sababni izlash emas, balki o'spirinning ichki va tashqi muhitini to'liq tahlil qilish – samarali korreksiyaning asosiy bosqichidir.

Psixologik treninglar – bu o'spirinlar shaxsiyatini rivojlantirish, salbiy xatti-harakatlarni ijobiy shakllantirish va ijtimoiy moslashuvini ta'minlashga qaratilgan muhim psixokorreksion vosita hisoblanadi. Ular nafaqat deviant xulq-atvorni kamaytirish, balki ichki hissiy muvozanatni tiklash, kommunikativ ko'nikmalarni shakllantirish va o'zini anglash darajasini oshirishda ham samaralidir. Psixologik treninglar bir necha metodik asosga ega bo'lib, ularning har biri ma'lum psixologik muammolarni bartaraf etishga qaratilgan. Quyida eng ko'p qo'llaniladigan samarali metodlar keltiriladi:

1. **Rol o'yinlari metodi:** bu metod Jacob Moreno tomonidan ishlab chiqilgan bo'lib, shaxs o'zini boshqa bir kishining o'rniga qo'yib, uning fikrlari va his-tuyg'ularini tushunishga harakat qiladi. O'spirinlar uchun bu yondashuv o'zaro empatiya, ijtimoiy rollarni tushunish va konfliktni bartaraf etishda nihoyatda foydalidir.
2. **Emotsional razryadka mashqlari:** bu metod orqali o'spirin o'zida yig'ilib qolgan salbiy hissiyotlarni tashqariga chiqaradi. Bu jarayon, odatda, ishonchli guruh muhitida olib boriladi va shaxsiy erkinlik, ochiqlik va tinchlanishga olib keladi.
3. **Treninglar orqali muloqotni rivojlantirish (assertiv mashqlar):** bu metodlar o'spirinlarga o'z fikrini ochiq, hurmat bilan ifoda etishni o'rgatadi. Ular orqali passiv, tajovuzkor yoki manipulyativ muloqot uslublari tuzatiladi.
4. **Muammoli vaziyatlar yechimi treninglari:** bu usulda ishtirokchilarga real hayotdagi muammolar (masalan, do'st bilan janjal, o'qituvchidan norozi bo'lish holati) taqdim etiladi va ularni birgalikda tahlil qilish, samarali qaror qabul qilish o'rgatiladi. Bu orqali reflektiv fikrlash, tanqidiy qarash va ijtimoiy mas'uliyat rivojlanadi.
5. **Vizualizatsiya va relaksatsiya texnikalari:** bu metodlar stress, bezovtalik va emotsional zo'riqishni kamaytirishga xizmat qiladi. O'spirinlarga nafas olish texnikalari, ijobiy tasavvurlar yaratish, aqliy tasvirlar yordamida stressni yengish o'rgatiladi.

Psixologik treninglar individual yoki guruh shaklida o'tkazilishi mumkin. Guruh treninglari ko'proq afzalliklarga ega bo'lib, ular orqali: ijtimoiy moslashuv kuchayadi; o'zaro fikr almashish imkoniyati yaratiladi; shaxslararo muloqotdagi muammolar aniqlanadi va yechimi ishlab chiqiladi. [6]

Treninglar samarasini baholash muhim bosqich bo'lib, u quyidagi mezonlar orqali amalga oshiriladi:

№	Baholash mezonlari	Tavsifi
1	Diagnostik testlar va psixologik so'rovnoma	Treningdan oldin va keyin mos testlar (Bass-Darki, Lusher, Rotter testlari) yordamida o'zgarishlar aniqlanadi va tahlil qilinadi.
2	Kuzatuv metodlari	Psixolog yoki o'qituvchi trening vaqtida ishtirokchilarning xulqini, emotsiyalarini va boshqalar bilan muloqotini bevosita kuzatadi.
3	Ishtirokchilar va otalarning fikri	Treningdan so'ng yozma yoki og'zaki fikrlar olinadi. Bu ijtimoiy-hissiy o'zgarishlarni baholashda muhim manba hisoblanadi.
4	Uzoq muddatli monitoring	Treningdan bir necha oy o'tib ishtirokchilar bilan qayta aloqa o'rnatilib, natijalar saqlanib qolgan-qolmaganligi aniqlanadi.

Psixologik treninglar – o'spirinlarning deviant xatti-harakatlarini tuzatish va ularning ijtimoiy moslashuvchanligini oshirish uchun zamonaviy va samarali vositadir. Turli metodlar o'zaro kombinatsiya qilinib qo'llanilganda, bu treninglar shaxsiy va ijtimoiy rivojlanishning asosiy faktori bo'lib xizmat qiladi. Treningdan so'ng monitoring va psixologik qo'llab-quvvatlash davom ettirilishi zarur. Kelajakda psixologik treninglarni ta'lim tizimiga integratsiya qilish, psixologlarni maxsus tayyorlash va metodik qo'llanmalarni milliy mentalitetga moslashtirish – eng dolzarb vazifalardan biridir.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR RO'YHATI

1. Морено Д. Театр спонтанности. – М.: Наука, 1992. – 271 с.
2. Роджерс К. Взгляд на психотерапию, становление и личность. – М.: Прогресс, 1994. – 480 с.
3. Бандура А. Теория социального научения. – СПб.: Евразия, 2000. – 276 с.
4. Эриксон Э. Детство и общество. – М.: Прогресс, 1996. – 420 с.
5. Berk L.E. Development Through the Lifespan. – Boston: Allyn & Bacon, 2013. – P. 579.
6. Corey G. Theory and Practice of Group Counseling. – Belmont, CA: Cengage Learning, 2015. – P. 470.