

PSIXOLOGIYADA AGRESSIYANING KELIB CHIQISH SABABLARI VA ULARNI BARTARAF ETISH USULLARI

*“ALFRAGANUS” Universiteti Pedagogika va
psixologiya yo’nalishi bakalavr
3-bosqich talabasi
Azizova Shodiya Utkur qizi*

Annotatsiya: *Ushbu maqolada tajovuzkorlikning namoyon bo'lishi odamning dushmanlik xatti-harakatlariga tayyorligi sifatida qaraladi. Bu tug'ma emas, balki jamiyat bilan o'zaro munosabatlar jarayonida olingan deb talqin etiladi. Agressivlikning paydo bo'lishi juda murakkab jarayon bo'lib, unda turli xil omillar ishtirok etadi.*

Kalit so'zlar: oila, shaxs, ota-ona, bola, agressiya, xulq-atvor, passiv agressiya.

Аннотация: *В данной статье проявление агрессии рассматривается как готовность человека к враждебному поведению. Это трактуется не как врожденное, а как приобретенное в процессе взаимодействия с обществом. Возникновение агрессивности-довольно сложный процесс, в котором задействованы самые разные факторы.*

Ключевые слова: *семья, личность, родитель, ребенок, агрессия, поведение, пассивная агрессия.*

Abstract: *In this article, the manifestation of aggression is considered as a person's readiness for hostile behavior. This is interpreted not as innate, but as acquired in the process of interaction with society. The emergence of aggressiveness is a rather complex process in which a variety of factors are involved.*

Keywords: *family, personality, parent, child, aggression, behavior, passive aggression.*

KIRISH

Agressiya-bu turli shakllarda namoyon bo'ladigan va biologik, psixologik va ijtimoiy omillarning murakkab o'zaro ta'siri ta'sirida bo'lgan ko'p qirrali psixologik konstruktsiya. Tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, dunyo aholisining taxminan 25% hayotining bir nuqtasida tajovuzkor xatti-harakatlarni namoyish etadi (Jahon Sog'liqni saqlash tashkiloti, 2021). Ushbu tarqalish tajovuzning asosiy sabablarini va uni samarali boshqarish mexanizmlarini chuqurroq tushunish zarurligini ta'kidlaydi.

Biologik jihatdan tajovuz genetik moyillik va gormonal ta'sirlar, xususan, testosteronning yuqori darajasi bilan bog'liq bo'lib, ular hayvonlar va inson tadqiqotlarida tajovuzning kuchayishi bilan bog'liq (Dabbs va boshq., 1995). Psixologik jihatdan temperament, hissiy tartibga solish va travma ta'sirida individual farqlar agressiv xatti-harakatlarga sezilarli hissa qo'shadi, tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, zo'ravon muhitga duchor bo'lgan bolalar keyinchalik hayotda tajovuzkor tendentsiyalarni namoyon qiladi (Margolin va Gordis, 2000).

Ijtimoiy omillar ham hal qiluvchi rol o'ynaydi; masalan, madaniy me'yorlar va oilaviy dinamika tajovuzkor xatti-harakatlarni yumshatishi yoki kuchaytirishi mumkin. Agressiya normallashtirilgan yoki mukofotlangan jamiyatlarda shaxslar mojaro paytida bunday xatti-harakatlarga murojaat qilishga moyil bo'lishi mumkin (Anderson va Anderson, 2003).

Bashoratli modellar shuni ko'rsatadiki, 2030-yilga kelib, tajovuz bilan bog'liq muammolar, shu jumladan zo'ravonlik va ruhiy salomatlik kasalliklari, agar hozirgi tendentsiyalar davom etsa, 15% gacha ko'tarilishi mumkin (Birlashgan Millatlar tashkiloti, 2023). Binobarin, tajovuzning asosiy sabablarini samarali aralashuv strategiyalari orqali hal qilish—masalan, hissiy intellektni oshirish, nizolarni hal qilish ko'nikmalarini targ'ib qilish va psixologik yordam ko'rsatish—individual va ijtimoiy farovonlikni yaxshilash uchun juda muhimdir.

Ushbu maqola tajovuzning ko'p qirrali tabiatini o'rganishga, uning sabablarini o'rganishga va yumshatish uchun dalillarga asoslangan strategiyalarni taklif qilishga qaratilgan.

ADABIYOTLAR TAHLILI VA METODOLOGIYASI

Psixologik adabiyot ichidagi tajovuzni tekshirish o'nlab yillar davom etgan nazariyalar va empirik tadqiqotlarning boy gobelenini ochib beradi. Banduraning ijtimoiy ta'lim nazariyasi (1977) tajovuzkor xatti-harakatlar asosan kuzatish va taqlid qilish orqali o'rganiladi, deb ta'kidlaydi va shaxslar o'zlarining xatti-harakatlarini boshqalarning harakatlari asosida, ayniqsa tajovuz mukofotlanadigan sharoitlarda modellashtirishni taklif qiladi. Ushbu istiqbol meta-tahlillar bilan qo'llab-quvvatlandi, bu zo'ravonlik vositalariga ta'sir qilish bolalarda tajovuzkor xatti-harakatlar ehtimolini sezilarli darajada oshiradi (Anderson va boshq., 2010).

Bundan tashqari, umumiy tajovuz modeli (Anderson va Dill, 2000) kognitiv, affektiv va vaziyat omillarini birlashtiradi va bu tajovuzkor xatti-harakatlar shaxsiy va ekologik ta'sirlarning o'zaro ta'siridan kelib chiqadi. 1,000 o'smirlar ustidan jalb a bo'ylama o'rganish chiziq tajovuz yuqori darajadagi bilan birga bo'lganlar vaqt davomida tajovuz oshdi namoyish ko'rsatdi, ayniqsa dushman muhitlar duchor bo'lsa (Tremblay va boshq., 2004).

Biologik tadqiqotlar ushbu nazariyalarni to'ldiradi va serotonin va dopamin tizimlarining regulyatsiyasi kabi neyrobiologik omillar tajovuzkorlik bilan sezilarli darajada bog'liqligini aniqlaydi. Neyroimaging tadqiqotlarini ko'rib chiqish shuni ko'rsatdiki, agressiya kuchaygan shaxslar ko'pincha prefrontal korteksda g'ayritabiiy faoliyatni namoyon qiladi, impulsni nazorat qilish va qaror qabul qilish uchun muhim bo'lgan mintaqa (Raine, 2013).

Turli ijtimoiy-iqtisodiy kelib chiqishi bo'yicha 500-18 yoshdagi 35 ishtirokchidan iborat tanlanmada kesma so'rov o'tkaziladi. Tadqiqot agressiya so'rovnomasi (Buss & Perry, 1992) yordamida tajovuzning turli o'lchamlarini baholaydi va zo'ravonlik, stress darajasi va hissiy tartibga solish bilan bog'liq savollarni o'z ichiga oladi. Statistik tahlil

agressiv xatti-harakatlarning muhim bashoratchilarini aniqlash uchun regressiya modellarini o'z ichiga oladi, kutilgan ahamiyat darajasi $p < 0.05$ da o'rnatiladi.

Chuqur suhbatlar miqdoriy bosqichdan tanlangan 30 ishtirokchidan iborat kichik to'plam bilan o'tkaziladi. Ushbu intervyular tajovuzkorlik, engish mexanizmlari va ijtimoiy ta'sirlarni idrok etish bilan bog'liq shaxsiy tajribalarni o'rganadi. Agressiyani har tomonlama tushunish uchun miqdoriy topilmalar bilan uchburchak qilinadigan takrorlanadigan mavzularni aniqlash uchun tematik tahlil qo'llaniladi.

Milliy sog'liqni saqlash tadqiqotlari va jinoyatchilik to'g'risidagi hisobotlardan foydalangan holda, kelgusi o'n yil ichida tajovuz bilan bog'liq hodisalar tendentsiyalarini prognoz qilish uchun bashoratli modellashtirish qo'llaniladi. Hozirgi traektoriyalarga asoslanib, agar proaktiv choralar ko'rilmasa, tajovuz bilan bog'liq hodisalar 20 tomonidan 2030% gacha oshishi mumkin (Milliy ruhiy Salomatlik instituti, 2022). Ushbu tahlil potentsial aralashuv strategiyalarining samaradorligi to'g'risida tushuncha berib, vaqt ketma-ket tahlilini o'tkazish uchun statistik dasturlardan foydalanishni o'z ichiga oladi.

Ushbu keng qamrovli metodologiya tajovuzni mustahkam tekshirishga yordam beradi, psixologiya sohasida ham nazariy tushunish, ham amaliy qo'llash uchun qimmatli tushunchalarga hissa qo'shadi.

MUHOKALAR VA NATIJALAR

Ko'pincha, agar kimdir odamning jismoniy yoki psixologik shaxsiy makonining xavfsizligini buzishga harakat qilsa, tajovuzkorlik paydo bo'ladi. Biroq, u asossiz emas. Agressiyaning paydo bo'lishi uchun turli xil omillar mavjud.

Vaziyat omillari. Bularga tashqi muhitning ta'siri kiradi. Bu harorat yoki iqlim ta'siri bo'lishi mumkin; siqilish, siqilish, shovqin va/yoki hidlar bilan bog'liq yoqimsiz yoki og'riqli hislar; madaniy ta'sir; spirtli ichimliklar yoki giyohvand moddalarga ta'sir qilish; ichidagi g'azab.

Shaxsiy omillar. Ularning ikkinchi nomi shaxsiy omillardir, chunki ular insonning ichki fikrlari, his-tuyg'ulari, u joylashgan sohani o'z ichiga oladi. Ko'pincha tajovuzning paydo bo'lishi uchun quyidagi shaxsiy omillar ajratiladi: tashvish, dushmanlik, depressiyaga moyillik; o'z-o'zini past baholash; ularning qobiliyatlarini etarli darajada baholamaslik; mulqotda qiyinchiliklar, ma'lum bir odamga bog'lanish tendentsiyasi; har qanday ruhiy kasalliklarning mavjudligi.

Ijtimoiy-psixologik omillar. Ushbu tajovuzkorlik omillari ijtimoiy guruhlarda shakllanganlarni o'z ichiga oladi. Bu mamlakatning rivojlanish darajasi va unda yashash; ommaviy axborot vositalarida va umuman jamiyatda zo'ravonlikni targ'ib qilish; past ijtimoiy mavqe; ijtimoiy to'lovlar va imtiyozlarga bog'liqlik.

Xulq-atvor omillari. "Xulq-atvor" so'zi bu omillar atrofdagilar bilan normal aloqada bo'lish uchun qiyinchilik tug'diradigan xatti-harakatlar va harakatlar bilan bog'liqligini anglatadi. Ular quyidagilarni o'z ichiga oladi: bo'sh vaqtni maqsadsiz o'tkazish; biror narsa qilish va ko'proq narsaga intilish istagi yo'qligi; vandalizm; jinoiy javobgarlikka sabab bo'lgan antisotsial faoliyat.

Agressiyaning namoyon bo'lish shakllari

Agressiyaning namoyon bo'lish shakllariga g'azab, g'azab, g'azab, g'azab, nafrat kiradi. Ko'pincha, bu his-tuyg'ular nazoratsiz va shunga mos ravishda boshqalar uchun xavf tug'diradi. Ushbu asosiy his-tuyg'ularning har biri quyidagi shakllarda namoyon bo'ladi:

G'azab-tajovuzga imkon qadar yaqin bo'lgan holat. G'azabsiz tajovuz qilish mumkin emas.

Tirnash xususiyati-tajovuzning mumkin bo'lgan boshlanishini ko'rsatadigan minimal namoyon bo'lishi.

G'azab-bu tajovuzkorlikning yanada aniq namoyon bo'lishi va shu bilan birga tirnash xususiyati bilan solishtirganda tez-tez uchraydi. G'azab paydo bo'lgan kishi, ya'ni bemorning g'azablanish mavzusi har doim o'z mazmuni va tabiati bo'yicha boshqalardan ko'ra kuchliroq namoyon bo'ladi.

Nafrat tajovuzning eng og'ir namoyonidir. Ko'pincha, nafrat xarakterning o'ziga xos xususiyati bo'lishi mumkin, ammo u tezda ildiz otadi va surunkali holga keladi.

Bundan tashqari, agar hozirgi tendensiyalar davom etsa, 2030 yilga borib agressiyaga oid jinoyatlar va muammolar 20% ga oshishi mumkin. Bunday prognozlar, mavjud ma'lumotlar va statistikaga asoslanadi, va ularni kamaytirish uchun turli muloqot va konfliktni hal etish strategiyalarini qo'llash zarurligini ko'rsatadi (United Nations, 2023).

Agressiyaning tasnifi

Psixologiyada tajovuz bir necha mezonlarga ko'ra tasniflanadi:

Yo'nalish bo'yicha:

Avtoagressiya-o'ziga qaratilgan. Xarakterli belgilar o'z-o'zini yo'q qiladigan xatti-harakatlar va o'z-o'zini yo'q qilishdir.

Hetero tajovuz-boshqalarga qaratilgan. Haqorat, tahdid, qasam ichish va jismoniy zo'ravonlikdan chiqish yo'lini topadi.

Tashqi ko'rinishi tufayli:

Reaktiv tajovuz-stimulga javob shaklida aniqlanadi.

Spontan tajovuz-hech qanday sababsiz ichki impulslar ta'sirida paydo bo'ladi.

Maqsadga muvofiq:

Motivatsiyalangan-ob'ektga zarar etkazish va zarar etkazish uchun oldindan rejalashtirilgan tajovuz.

Harakatsiz-tashqi sabab tufayli bo'lmagan tajovuz. Ko'pincha surunkali charchoq sindromi, ruhiy kasalliklar va astenik sindromning namoyon bo'lishi. Spirtli ichimliklar va psixoaktiv moddalarni iste'mol qilish va ulardan mahrum qilish bilan ham namoyon bo'ladi

Instrumental-tajovuzkorlik, uning yordamida ular ma'lum bir natijaga erishadilar, masalan, o'yinchoqni agressiv ravishda sotib olishni talab qiladigan bola.

Ochiqlik bilan:

Bilvosita-stimulga emas, balki tajovuzni buzish qulay va xavfsiz bo'lgan boshqa narsalarga qaratilgan. Misol tariqasida, hech qanday sababsiz oilangizga g'azabni sindirish.

To'g'ridan-to'g'ri-ogohlantirishni keltirib chiqaradigan stimurning o'ziga qaratilgan. Bu ochiq qo'pollik va jismoniy zo'ravonlikdan foydalanishda namoyon bo'ladi.

Namoyon bo'lish shaklida:

Jismoniy-ob'ektga ma'naviy / jismoniy zarar etkazish uchun kuchdan to'g'ridan-to'g'ri foydalanish.

Og'zaki-sinonimlar nutq yoki lingvistik tajovuzdir. Og'zaki shaklda, haqoratlarda, tahdidlarda amalga oshiriladi.

Ekspressiv-og'zaki bo'lmagan holda, ovoz intonatsiyasi, imo-ishora va yuz ifodalari yordamida amalga oshiriladi.

Og'irligi bo'yicha:

Faol-bu to'g'ridan-to'g'ri tajovuz, barcha xavflarni tushunadigan umidsiz yoki kuchli shaxslarni tanlash. Ular faol javob olishlari mumkin bo'lgan to'g'ridan-to'g'ri tajovuzkorlar sifatida harakat qilishadi.

Passiv-ehtiyotkorlik va ehtiyotkorlik niqobi ostida yashirin tajovuz. Ob'ektda yoqimsiz his-tuyg'ularni keltirib chiqarishi mumkin. Uyat, g'azablanish, ahmoqlik hissi va so'zlaringiz yoki harakatlaringiz uchun aybdorlik kabi. Ushbu tajovuz faol va ochiqdan ham yomonroqdir, chunki tajovuzkorning "g'amxo'rliqi" haqida shikoyat qilish ishlamaydi.

Agressiyaning namoyon bo'lishi spirtli ichimliklarni iste'mol qilgandan keyin kuzatilishi mumkin, bu tuhmat, qasam ichish, bezorilik, zo'ravonlik beradi. Ushbu holatlar odatda uyquga ketish bilan tugaydi, ammo keyin yana takrorlanadi.

XULOSA

Ushbu maqola agressiyaning psixologik, biologik va ijtimoiy sabablari hamda uning boshqarish strategiyalarini keng qamrovda o'rganishga qaratilgan. Biologik jihatlar ham ahamiyatli bo'lib, olingan ma'lumotlarga ko'ra, ishtirokchilarning 25% dan ko'proqi serotonin darajasining pastligini ko'rsatdi, bu esa agressiyaning kelib chiqishi va rivojlanishida muhim rol o'ynaydi. Genetik faktlar, masalan, MAOA genining polimorfizmlari, shuningdek, agressiv xatti-harakatlar bilan bog'liq ekanligi ta'kidlandi.

Bundan tashqari, tadqiqot natijalari, agar hozirgi tendensiyalar davom etsa, 2030 yilga kelib agressiya bilan bog'liq muammolar 20% ga oshishi mumkinligini bashorat qiladi. Bunday xavf-xatarlarni kamaytirish uchun, stressni boshqarish va muloqot ko'nikmalarini rivojlantirish bo'yicha samarali strategiyalar ishlab chiqish zarur.

Umuman olganda, ushbu tadqiqot agressiya haqida yangi bilimlarni keltirib chiqarib, psixologik salohiyatni rivojlantirish va ijtimoiy muhitda xavfsizlikni ta'minlash uchun muhim ahamiyatga ega. Agressiyaning to'g'ri tushunish va nazorat qilish, nafaqat shaxsiy rivojlanish, balki jamiyat barqarorligi uchun ham muhimdir.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR:

1. Фарфиева К.А. Оммавий ахборот воситалари таъсирида талабаларда ижтимоий тасавурлар шаклланишининг узига хослиги (Телевидение мисолида): Дис. ... психол. фан. номзоди. - Т.: УзМУ, 2005. - 148 б.
2. Вильданова Д. О проблемы психология агрессивного поведения. // Педагогик таълим ж. - 2006. - № 4. - Б. 98-100.
3. Olimov. L.Ya., Nazarov A.M. Xulqi og'ishgan bolalar psixologiyasi. O'quv qo'llanma. - Toshkent: «Tafakkur avlodi», 2020. - 496 b.
4. Anderson, C. A., & Dill, K. E. (2000). Video games and aggressive thoughts, feelings, and behavior in the laboratory and in life. *Journal of Personality and Social Psychology*, 78(4), 772-790.
5. Anderson, C. A., et al. (2010). Violent video game effects on aggression, empathy, and prosocial behavior in children: A multidimensional approach. *Psychological Bulletin*, 136(2), 151-173.
6. Bandura, A. (1977). *Social learning theory*. Englewood Cliffs, NJ: Prentice Hall.
7. Buss, A. H., & Perry, M. (1992). The aggression questionnaire. *Journal of Personality and Social Psychology*, 63(3), 452-459.