

AGRESSIYA VA UNING SHAKLLARI, VERBAL, JISMONIY AGRESSIYA

Xoliqulova Umida Qalandar qizi

*Shahrisabz davlat pedagogika instituti Pedagogika
va psixologiya 4-kurs*

ANNOTATSIYA: Mazkur tezisdagi agressiyaning asosiy shakllari — verbal (og'zaki) va jismoniy (fizik) agressiya tushunchalari va ularning o'ziga xos xususiyatlari tahlil qilinadi. Verbal agressiya, odatda, so'z orqali ifodalanib, boshqa odamning ruhiy holatiga salbiy ta'sir ko'rsatadi. Jismoniy agressiya esa jismoniy harakatlar orqali tan jarohati yoki moddiy zarar yetkazish maqsadini ko'zlaydi. Agressiyaning kelib chiqishiga ta'sir etuvchi psixologik, ijtimoiy va biologik omillar ham yoritiladi. Tezis, shuningdek, agressiyani boshqarish va uning salbiy oqibatlarini kamaytirish usullarini tavsiya qiladi.

Kalit so'zlar: *agressiya, verbal agressiya, kommunikativ ko'nikmalar*

ANNOTATION: This thesis analyzes the main forms of aggression - the concepts of verbal (verbal) and physical (physical) aggression and their specific characteristics. Verbal aggression is usually expressed through words and has a negative impact on the mental state of another person. Physical aggression aims to cause bodily injury or material damage through physical actions. Psychological, social and biological factors influencing the origin of aggression are also covered. The thesis also recommends ways to manage aggression and reduce its negative consequences.

Key words: *aggression, verbal aggression, communicative skills*

Agressiya — bu o'zgalarga ziyon yetkazishga qaratilgan harakat bo'lib, u insonning hayotida turli shakllarda namoyon bo'lishi mumkin. Agressiyaning asosiy turlari – verbal va jismoniy shakllar bo'lib, ularning har biri o'ziga xos xususiyatlarga ega. Ushbu maqolada agressiyaning shakllari, ularning kelib chiqish sabablari va oqibatlari haqida batafsil ma'lumot beriladi.³ Agressiya odatda ikki asosiy shaklda namoyon bo'ladi: verbal (og'zaki) va jismoniy (fizik). Har ikkisi ham o'ziga xos xususiyatlarga ega bo'lib, ular odamlar o'rtasidagi munosabatlarda turli darajada ifodalanadi.

1. Verbal agressiya

Verbal agressiya — bu til orqali amalga oshiriladigan tajovuz shakli bo'lib, odatda baqirish, haqorat qilish, manipulyatsiya yoki tahdid shaklida namoyon bo'ladi. Verbal agressiyaning asosiy xususiyatlari quyidagilar:

Haqqorat va tuhmat: Boshqa odamning shaxsiyatiga yoki obro'siga tahdid qilish uchun qaratilgan so'zlar.

³ Bandura, A. (1973). *Aggression: A Social Learning Analysis*. Prentice-Hall.

Baqirish yoki ogohlantiruvchi ohanglar: Suhbatda yuqori ton bilan gaplashish yoki baqirish, shaxsning hissiyotlarini ifodalash yoki hukmronlik qilishga urinishdir.

Sog'lom muloqotga to'siq: Bunday agressiya o'zaro tushunish imkoniyatini kamaytiradi va ko'pincha konfliktni kuchaytiradi.

Verbal agressiya, asosan, ko'plab ichki hissiyotlardan kelib chiqadi, masalan, asabiylashish, xavotir yoki ishonchsizlik hissi. Bu agressiya shakli ko'pincha shaxsiy nizolar yoki stress holatlarida kuzatiladi.

2. Jismoniy agressiya

Jismoniy agressiya — bu insonning jismoniy harakatlari orqali amalga oshiriladigan tajovuz shakli bo'lib, boshqalarga tan jarohati yetkazish yoki moddiy zararlarga olib keladi. Jismoniy agressiyaning asosiy ko'rinishlari quyidagilar:

Zarbalar va urishlar: Tana qismlariga yoki narsalarga zarar yetkazish maqsadida qo'llaniladigan jismoniy harakatlar.⁴

Talashish va itarish: Bu odatda jismoniy kuch ishlatib o'z nuqtai nazarini yoki xohishini majburlash uchun qilingan urinishlar. Mol-mulkka zarar yetkazish: Boshqalarga tegishli buyumlar yoki mol-mulkka ziyon yetkazish orqali qoniqish olish yoki o'z kuchini namoyon etishdir.⁵

Jismoniy agressiya odatda kuchli hissiy stress, tajovuzkorning ruhiy muammolari yoki nizolar va raqobat tufayli kelib chiqadi.

Agressiyaning rivojlanishiga sabab bo'luvchi omillar ko'p va xilma-xildir.

Ularning ba'zilar quyidagilar:

1. Psixologik omillar: Qahr-g'azab, nafrat, g'azab yoki xafagarchilik hissi tufayli odam aggressiv harakatlarga moyil bo'ladi.

2. Ijtimoiy omillar: Oilaviy muhit, do'stlar davrasi va jamiyatdagi boshqa ijtimoiy muhit ham agressiya rivojlanishiga ta'sir qilishi mumkin.

3. Genetik va biologik omillar: Ba'zi genetik xususiyatlar va gormonal o'zgarishlar aggressiv xatti-harakatlar namoyon bo'lishida rol o'ynashi mumkin.

Xulosa o'rnida aytish mumkinki, agressiya jamiyatda ko'plab salbiy oqibatlarga olib kelishi mumkin. Bu shaxsiy munosabatlarni buzadi, ish unumdorligiga ta'sir qiladi va ruhiy holatga salbiy ta'sir ko'rsatadi. Bunday vaziyatlarda psixologik yordam, stressni boshqarish usullarini o'rganish va kommunikativ ko'nikmalarni rivojlantirish muhim ahamiyatga ega. Verbal va jismoniy agressiya turli sabablarga ko'ra paydo bo'lib, odamlar o'rtasidagi munosabatlarda turli darajada namoyon bo'lishi mumkin. Insonning ijobiy xulq-atvorini shakllantirish va agressiyani boshqarish uchun psixologik yordam va

⁴ Dollard, J., Doob, L. W., Miller, N. E., Mowrer, O. H., & Sears, R. R. (1939)

⁵ Berkowitz, L. (1993). Aggression: Its Causes, Consequences, and Control. McGraw-Hill

ta'limiy faoliyatlarning roli katta. Shu boisdan, har bir kishi o'z his-tuyg'ularini boshqarishni o'rganishi va sog'lom muloqot olib borishga intilishi kerak.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR:

1. Bandura, A. (1973). Aggression: A Social Learning Analysis. Prentice-Hall.
- 3 Berkowitz, L. (1993). Aggression: Its Causes, Consequences, and Control. McGraw-Hill
2. Berkowitz, L. (1993). Aggression: Its Causes, Consequences, and Control. McGraw-Hill.
3. Dollard, J., Doob, L. W., Miller, N. E., Mowrer, O. H., & Sears, R. R. (1939)
4. Geen, R. G. (2001). Human Aggression. Taylor & Francis.
5. Baron, R. A., & Richardson, D. R. (1994). Human Aggression. Springer Science & Business Media.