

BOLALARDA XAVOTIRLANISH DARAJASI NAMOYON BO'LISHINING PSIXOLOGIK YECHIMLARI

Sheraliyeva Gulbahor Abduxakim qizi

Buvayda tumani 41- maktab amaliyotchi psixologi

ANNOTATSIYA: Psixologik tadqiqot ishlarida shuni ko'rishimiz mumkinki, o'smirlar otaonalari ularni tushunmasliklari, ular bilan hisoblashmasliklari, muammolarga e'tibor bermasliklari haqida kuyinib gapiradilar. Ular bolalarni qorni to'q bo'lsa yetarli deb o'ylashadi, bola nima haqida o'ylayotgani, qanday qiziqishlari borligi haqida bilmaydilar ham.

Kalit **so'zlar:**muammo,yechim,o'smirlik,imkoniyat,faoliyat,ruhiyat, korreksiya

KIRISH

O'smir yoshidagi bolalar balki har qanday shaxsda o'zi kutayotgan kutilmalarining natijasi ijobiy yakun bilan tugamasligini bilgan shaxslarda xavotirlanish hissi paydo bo'lib, bu jaroyon jiddiylashgan sari ularning xavotirlanish darajasi ortib boradi. O'smir yoshidagi o'g'il-qizlarda xavotirlanish hissining paydo bo'lishiga din omillarning o'rni ham alohida ahamiyat kasb etadi. Sababi bizning jamiyatimizda diniy omillar yashash turmush tarzimizga singib ketganki ularning ko'rinishlarini payqash qiyin emas. Chunki din har bir shaxsni yaxshilikka, ezgu amallarni qilishga, o'z xatti-harakatini nazorat qilishlikka chaqirish bilan bir qatorda, insonni mushkul vaziyatlarda sabr qilishga, noumid bo'lmaslikka, yaratganda faqat afzalini so'rashlikka hidoyat qiladi. O'smir birorta faoliyatga kirishar ekan uni egallagan dunyoviy hamda diniy bilimi uni salbiy harakat qilishdan qaytarib turadi, agar uni amalga oshirib qo'ysa uni bu bezovtalik hissi tark etmay unga qayta-qayta eslatib turadi. Vaqt o'tgan sari bu hislar darajasi ortib xavotirlik hissini ortib borishiga sabab bo'ladi.





Psixolog F.B.Beryozin xavotirlanish jarayoniga izoh berar ekan, “ma'lum bir ob'yekt bilan aloqaning mavjud emasligi xis qilingan xavf – hatarni oydinlashtirishning iloji yo'qligi o'sha vaziyatni imkonsiz qilib qo'yadi va xavotirlanish holatini yuzaga keltiradi”.Bunday vaziyatdagi psixologik qabul qilinmaslik xavotirlikni u yoki bu obekt bilan bog'laydi. Natijada aniqlanmagan xavf – hatar oydinlashadi va ushbu xolat faqat biror vaziyatni sodir bo'lish ehtimoli bilan bog'lanadi. Odamlar bilan muloqat qila olmaydigan yoki odamlar orasida nutq so'zlay olmaydigan, uning qobilyatlarini namoyish qila olmaydigan kishi jiddiy vazifalarni bajara olmaydilar, shaxslararo munosabatlarda ham o'z o'rnini topishga qiynaladi. Psixologik tadqiqot ishlarida shuni ko'rishimiz mumkunki, o'smirlar otaonalar ularni tushunmasliklari, ular bilan hisoblashmasliklari, muammolarga e'tibor bermasliklari haqida kuyinib gapiradilar. Ular bolalarni qorni to'q bo'lsa yetarli deb o'ylashadi, bola nima haqida o'ylayotgani, qanday qiziqishlari borligi haqida bilmaydilar ham. O'smirlik davrida ro'y beradigan holatlarda har xil, lekin ularning mevasi bir xilda-achchiq bo'ladi. Ota-onalar bilan ochiqchasiga, chin yurakdan muloqotning yo'qligi bolani odamovi va og'ir qilib qo'yadi. Bir necha psixologik tadqiqotlardan kelib chiqqan holda T.V.Abakumov xavotirlanishni tasniflashda bir necha mezonlarni taklif qilgan [2] :

- a) Xavotirlanish paydo bo'lishida inson ongiga bog'liq bo'lmagan holda mavjud bo'lgan manbalar (biologik, texnogen).
- b) Atrof-muhitdagi haqiqiy holat to'g'risida to'la va aniq tasavvurning yo'qligi
(ijtimoiy va bolalarda uchrovchi xavotirlanishlar)
- v) Ontologik (diniy, ekzistensial).
- g) Gnoseologik (ma'lumotlarning ko'pligidan haddan ziyod qo'rqish). Olimlarning ta'kidlashlaricha “noma'lum” va “yangi” narsa insonlarda, ayniqsa bolalarda xavotirlanish hissini vujudga keltirar ekan.



O'smirlik davri haqida izlanishlardan shunday xulosaga kelishimiz mumkinki bu davrda muloqot jarayonida ham xavotirlanish hissi namoyon bo'ladi va bu ota-ona va tengdoshlari bilan bo'lgan muloqatda yaqqolroq aks etishini ko'ramiz. Chunki ularda muloqot jarayonida qandaydir sabablar ular bilan muloqatni cheklash, ichki dunyosini oshkor bo'lib qolishdan xavotirlik tuyg'usi ichki ruhiyatiga ta'sir qilib turadi. O'smir o'z qiziqishlariga mos o'rtoqlar davrasini qidiradi. Agar o'smir o'zini qoniqtirgan guruhni topolmasa juda qiynaladi, o'z imkoniyatlariga nisbatan shubha paydo bo'ladi, o'zini yolg'iz his eta boshlaydi.

O'smirlarning diniy bilimga egaligi yoki bunday bilimlarning yetishmasligining ahamiyati ham sezilarli darajada ekanligini ko'rishimiz mumkin. Chunki bu jixatlar ularda xavotirlanish fenomenini belgilab berishda yuqori ahamiyat kasb etadi. Ularning diniy bilimga egaligi har qanday jarayonga sabr va aql bilan yondashish kerakligi, qiyin vaziyatlarda o'zining xulq atvorini ijobiy tomonda ko'rsatish kerakligini yaxshi anglab borib, xavotirlik tuyg'usi diniy amallarni bajarish bilan susaytirib boradi. Mo'min-musulmon kishi Allohga, Uning farishtalariga, kitoblariga, payg'ambarlariga, qiyomat kuniga, taqdirning yaxshi va yomonligi Allohdan ekanligiga imon keltirgan bo'ladi. Allohning rahmatidan umidvor bo'lmoq imonning shartlaridan biri hisoblanadi. Demak, sabr nafsni boshidanoq tiyishdagi qat'iyatlikdir, deyish mumkin. Abu Said al-Xudriy roziyallohu anhudan rivoyat qilingan hadisda "Kimki bardoshli bo'lsa, Alloh uni haqiqiy sabrli qilib qo'yadi.

Biror kishiga sabrdan ko'ra ulug' va yaxshi narsa berilmaydi"[3] deb yozilgan. Sabr bu ziyodir va ziyo deb qizdiradigan kuydiradigan nurga aytiladi. Nafsga zid bo'lgan hollarda sabr qilish Allohning taqdiriga rozi bo'lishni anglatadi. Shuning uchun ham turli balolarga, musibatlarga sabr qilgan kishiga savob beriladi, gunohlari to'kiladi. Yuqoridagilardan shunday xulosalash mumkinki musulmon kishi o'zini halokatga tashlamaslik, yaratganning amriga itoat etishda va turli xil qiyinchiliklarda ham sabr qilmog'i darkor. Sabr qilish



musulmon kishi uchun vojib amallardan biri hisoblanadi. O'smirning ota-onasidan va uni o'rab turgan katta yoshlilardan tarbiya chog'ida sabrtoqat, keng fe'llik, mehr, rahm-shafqat talab qiladi. Aksariyat ota-onalar o'z farzandlari tarbiyasiga g'amxo'rlik, mehribonlik, sabr-toqat, mehr kabi xislatlar bilan yondashish o'rniga, kuch, ayniqsa, jismoniy jazo usuli bilan ta'sir o'tkazadilar. O'z navbatida, bu kabi xatti-harakatlar bolalarda doimiy xavotirli kutilmalar bilan yashashiga va agressiv xulq-atvorning shakllanishiga zamin bo'ladi.

XULOSA

Psixolog B.MakKartinning tushuntirishicha, odatda, kichkina qotillar «tartibsizlik va sukunat hukm surgan, bir-birining his-tuyg'ulariga befarqlik, jismoniy zo'ravonlik, bir-birini qo'llamaslik va bir-birining taqdiri bilan qiziqmaslik bilan yonma-yon kelgan oilalarda» ulg'ayadilar. Axir o'smirning qalbi tarang tortilgan va lahzada uzilishi mumkin bo'lgan torga o'xshaydi. Faqatgina ishonch va o'zaro yaqinlik o'smirni qalbdan go'zal qilib tarbiyalashga yordam beradi. Oila bola uchun ta'lim-tarbiya o'chog'i ekan, uni toza qalbli, o'z kuchiga va imkoniyatlariga ishonadigan va bu imkoniyatlardan bimalol foydalana oladigan qilib tarbiyalash mumkin.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR RO'YXATI:

1. Ibragimovich, R. A. (2020). MEASUREMENT OF PERSONALITY TYPE AND ITS FEATURES. *European Journal of Research and Reflection in Educational Sciences Vol, 8(6)*.
2. Nazarov, A. S. (2021). RAHBAR FAOLIYATIDA BOSHQARUV QARORLARINI QABUL QILISH TAMOIYILLARINI IJTIMOIY-PSIXOLOGIK XUSUSUSIYATLARI. *Oriental renaissance: Innovative, educational, natural and social sciences, 1(Special Issue 2)*, 342-348.
3. Rasulova, N. T. PSYCHOSOMATIC FEATURES OF THE REPRODUCTIVE SPHERE. *Международный научнопрактический*



электронный журнал «МОЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ КАРЬЕРА».
Выпуск № 34 (том 1)(март, 2022). Дата выхода в свет: 31.03. 2022., 192.

4. Абдуганиева, Д. А. Қ. (2021). КОПИНГ-СТРАТЕГИЯЛАРНИ АМАЛГА
ОШИРИШДА ДИН ОМИЛИНИНГ НАМОЁН БЎЛИШ
ХУСУСИЯТЛАРИ. Oriental renaissance: Innovative, educational, natural
and social sciences, 1(Special Issue 2), 150-156.