



## ZO'RAVONLIKDAN JABRLANGAN BOLALARGA PSIXOLOGIK YORDAMNING O'ZIGA XOS XUSUSIYATLARI

*Bo'ronova Hilolaxon Akramjonovna –  
Bag'dod "Inson" ijtimoiy xizmatlar markazi psixologi*

***Annotatsiya :** Bolalar bilan psixologik ishni olib borish juda qiyin. U psixolog shaxsidan sezgirlik, sabrlilik va aniqlikni talab qiladi. Zo'ravonlikni boshdan kechirgan bolalarga alohida e'tibor, tushunish va psixolog yordami kerak . Zo'ravonlikni boshdan kechirgan bolalar psixolog shaxsining alohida e'tibori va qo'llab-quvvatlashiga muhtojdir. Ushbu maqolada zo'ravonlik qurbonlari bo'lgan bolalarga amaliy psixologik ko'makning ayrim usullari bayon etilgan.*

***Kalit so'zlar:** Zo'ravonlik , qarshilik, psixoanaliz, geshtalt terapiya, direktiv, psixoanalitik yondoshuv, hikoya, ego.*

Ularda kuchli aybdorlik hissi bor bo'lib, bu ularga muammoingizni bevosita muhokama qiling ruxsat bermaydi . Ular qandaydir tarzda muammoni ochishni o'zlariga qarshi hujum uyushtirish (ayniqsa, jinsiy zo'ravonlik holatlarida) deb qabul qiladilar. O'z-o'zidan uyat bolalarning ochilishiga to'sqinlik qiladi. Shuning uchun, bolalar bilan ishlashda yopiq yoki yetakchi savollardan qochish kerak.

Zo'ravonlikka uchragan bolalar bilan ham psixolog shaxsi xuddi kattalar kabi ruhiy jarohatlarni yo'q qilish, aybdorlik va uyat hissini kamaytirish, o'z-o'ziga hurmatni tiklash ishlariga e'tibor qaratadi. Bola bilan ishlashda uning atrofdagilar bilan munosabatlari va shaxsiy rivojlanishini saqlab qolish muhimdir. Bola bilan gaplashayotganda, birinchi navbatda uning zo'ravonlikka bo'lgan munosabatiga



baho berish muhimdir. Bo'lgan kattalar. Bu sohada o'z muammolari bo'lgan kishilar uchun bolaning ishonchini qozonish ehtimol qiyinroq bo'lishi mumkin. Bola bilan guruhii ishlashda, ayniqsa, voqeadan keyingi dastlabki bosqichlarda juda ehtiyotkorlik bilan yondoshish kerak.

Maslahat jarayoni alohida, tinch muhitda o'tishi lozim.

Bola bilan uchrashuvlar doim bir xil makonda o'tishi ma'qul hisoblanadi.

Agar bola kattalar va o'zi o'rtasidagi masofani nazorat qila olsa maslahat jarayoni yanada muvaffaqiyatli bo'ladi.

Maslahat jarayoni eng yaxshi holatda, psixolog bolaning qarshisida (yoki burchak ostida) joylashgan va yonginasida jurnal stoli (bola himoya to'sig'i sifatida foydalanishi mumkin bo'lgan) bor bo'lishi kerak. Psixolog shaxsi bolaning tashrifiga qadar bolaning o'zi, uning oilasi, qiziqishlari, zo'ravonlik holati haqida

ma'lumot to'plashi kerak. Bola bilan ishlash uchun shartnoma tuzishda psixolog boladagi qarshilik hodisasini hisobga olish kerak. Zo'ravonlik qurbonlari bo'lgan bolalar har qanday begona va yangi joyga duch kelganda kuchli qo'rquvni boshdan kechirishadi.

Ko'pincha ular ota-onalarini qaerga va nima uchun olib ketilayotganini bilishmaydi.

Bu bolaning uchrashuvlardan salbiy gumonlari shakllanishiga olib kelishi mumkin.

Bolada quyidagi savollar tug'ilishi mumkin :

- Psixolog kim, u yerga nima uchun borish kerak?
- Do'stlarim bundan xabar topishsa nima deb o'ylashadi?
- Og'rimaydimi?



- U yerda qancha qolaman?
- Agar menga yoqmasa, u yerdan keta olamanmi?
- Oilam haqida nima deyishim kerak, albatta yomon narsa gapirishim shartmi?
- Bu kattalar men aytganlarimni boshqalarga aytmaydimi?

Maslahat berish holatida bola o'z avtonomiyasi haqida qayg'urishi – nimanidir qilishdan va yoki gapirishdan bosh tortishi mumkin.

Zo'ravonlik qurbonlarining bolalari psixologning o'z qo'rquvini qayta qo'zg'aganidan g'azablanishlari mumkin.

Qarshilik ko'z aloqalaridan qilishdan qochish, kuttirish, dushmanlik, yashirinish

(mebel orqasida) va boshqalar shaklida namoyon bo'lishi mumkin. Bolaning

Psixologning do'stona qiziqishi, samimiyligi va iliqligi bolaning qarshiligini engish yordam beradi.

Faqat shunday holatlarda (ehtimol, darhol emas) bola tinglanayotganligini his qiladi va ishona oladi. Bolaning mutaxasis xonasida o'zini qulay his qilishi, havfsizlikda his etishi (hech kim maslahat paytida bezovta qilmasligi, telefonlarning o'chirilgan bo'lishi, maslahatlar o'z vaqtida boshlanishi) muhimdir.

Ushbu oddiy qoidalarni buzish halokatli hisoblanib, bolaning xavfsizligini, uning mavjudligini va oxir - oqibat psixologik ishning o'zini yo'qqa chiqaradi.

Bola bilan psixologik ishning boshlanishida avvalo zo'ravonlik holati jarayonini aniqlab olish va jarohat fenomenologiyasini o'rganib chiqish muhimdir. Jarayon odatda o'yin yoki o'yin vazifalari shaklida o'tkaziladi. Vazifalar quyidagi shaklda bo'lishi mumkin:



- Qo'g'irchoqlar bilan o'ynash: 2 yoshdan 7 yoshgacha bo'lgan bolalar uchun;
- Rasm chizish: 5 yoshdan boshlab bolalar uchun;
- Hikoya usuli maktab yoshidagi nutqiy qobiliyat va so'z boyligi yetarli bo'lgan bolalar uchun qo'llaniladi.

Qo'g'irchoqlar bilan o'ynash. Bunda zo'ravonlikni boshdan kechirmagan bolalar,

o'yinda kundalik hayotni aks ettiradilar. Zo'ravonlik qurboni bo'lgan bolalar (ayniqsa jinsiy zo'ravonlik), qo'g'irchoqlarni ko'pincha yechintirishadi, ularga qaraydi, ularni birga yotoqqa qo'yadi va shunga mos rollarni o'ynaydi.

Rasm chizish. Bolalar rasmlari zo'ravonlikning potentsial ko'rsatkichlari bo'lib xizmat qiladi. Bolaning atrof-muhit bilan aloqa qilish xususiyatlarini diagnostika qilish uchun bolaning o'zi haqida rasm chizish va yoki oilasi haqida rasm chizish topshirig'ini berish mumkin.

Zo'ravonlikni boshdan kechirgan bolalar chizgan rasmlari quyidagilar bilan tavsiflanadi: qoraytirib chizish, ortiqcha soyalash (ayniqsa og'iz bo'shlig'ida yoki

jinsiy a'zolar), tajovuzkor va qo'rqinchli narsalar (masalan, pichoqlar),

chizilgan yuz ifodalari (ko'z yoshlari, qoshlarini chimirgan), juda ko'p

ta'kidlangan va mo'l-ko'l chizilgan sochlar yoki uning to'liqligi

yo'qligi (tashvish, nomutanosiblik, tartibsizlikni ko'rsatadi,), chizmada qo'llarning yo'qligi (hodisalar nazoratini yo'qotish, aybdorlik hissi), rasmda tananing pastki qismining yo'qligi, ta'kidlangan fallik belgilar va boshqalar.



Hikoya. Bola hikoyasi bo'yicha jarayonlarni tashkillashda maxsus rasmlar (metaforik kartalar), maxsus ishlab chiqilgan testlardan foydalanish mumkin.

Bolaning hikoya qilayotganda, uning sharhlariga, kishilarni va yoki hodisani tasvirlashdagi yuz ifodasi, qo'rquvlari, hayajoni va reaksiyasiga e'tibor berish kerak. Bo'lgan voqeani tinglash asnosida bolaning zo'ravonlikdan necha bor va qanday darajada jarohatlanganligi, oxirgi voqeadan beri qancha vaqt o'tganligini bilish mumkin bo'ladi. Zo'ravonlik qurboni bo'lgan bolalar bilan ishlashdaturli xil psixoterapevtik vositalardan foydalanish mumkin. Biroq, 12 yoshgacha bo'lgan bolalar bilan ishlashda eng samarali usul bu o'yin terapiyasidir.

O'yin har bir davrda va har bir xalqda har doim bolaning yagona faoliyati bo'lib kelgan. Hozirda o'yin terapiyasining turli shakllari mavjud: jumladan direktiv

o'yin terapiyasi, direktiv bo'lmagan o'yin terapiya, geshtalt yondashuv doirasidagi o'yin terapiyasi, psixoanalitik yondashuv doirasidagi o'yin terapiyasi.

Terapiyada direktiv o'yindan foydalanganda psixolog o'yindagi jarayon va syujetlar talqiniga ko'ra kuzatadi zo'ravonlik tahlil etadi.

Muayyan vaqtlarda suhbat davomida psixolog bolaga o'z fikrlari va hislarini anglatish orqali o'yindagi qaysi voqealar real hayotni va qaysi voqealar zo'ravonlik holatini aks ettirganligini aniqlashtiradi. yordam berish orqali yordam

Psixolog bolaning faoliyatiga rahbarlik qiladi. O'yin asnosida bolaning salbiy hislarini ijobiylashtirishga harakat qiladi. Salbiy holatdan chiqishning konstruktiv usullarini taqdim etadi.

Direktiv bo'lmagan o'yin psixoterapiyasi. Bu yondashuv Karl Rojers g'oyasiga asoslanadi. Har bir insonning ongsiz ravishda shaxsiy o'sish va yetuklikka intilish,



mustaqillik istagi mavjud. Shu sabab bolani kattalar o'z istagiday emas, uni boricha qabul qilishlarim kerak. Psixolog bolaga o'z hislarini, reaksiyalarini boricha verbal va noverbal tarzda ifodalash imkonini beradi.

Gestalt yondashuvi doirasida o'yin terapiyasi esa bolaning qondirilmagan ehtiyojlarini aks ettiruvchi jarayon hisoblanadi. Buning yordamida bolaning istaklari, ehtiyojlari haqida atrofdagilarga erkin gapira olishi va yoki bundan uyalishi, qo'rqishi, o'ziga munosabatini bilib olish mumkin. Bola psixolog bilan ishlash jarayonida o'z istak va ehtiyojlarini anglashi, ular haqida gapirishni o'rganishi, shaxsiy chegarasini rivojlantirishi va ijodiy layoqatlarini tiklashi mumkin bo'ladi.

**Psixoanalitik yondoshuv doirasidagi o'yinlarda esa, ongsizlik tahlili sifatida o'yin yashirin motivatsiyalar va erkin assotsiatsiyalarga yo'nalgan bo'ladi. Bunday o'yin terapiyalari esa ongsizlikka kirishga, o'tmishni ochishga va bolaning "ego"sini rivojlantirishga xizmat qiladi.**

#### **Foydalanilgan adabiyotlar:**

1. И. А. Фурманов., Н. Ф. Фурманова., Основы групповой психотерапии., Минск., Тесей., 2004.
2. Е.В. Яковлев О.В. Леонтьев Е.Н. Гневывшев., Университет при Межпарламентской Ассамблее ЕврАзЭС  
Институт прикладного психоанализа и психологии., Кафедра психофизиологии
3. <https://bestpublication.net/index.php/biokim/article/download/217/206/39>