

**O'QUVCHILARGA NISBATAN ZO'RAVONLIK HOLATLARINI
OLDINI OLISHNING PSIXOLOGIK YECHIMLARI**

Murodova Shaxnoza Jabborovna

*Qashqadaryo viloyati Kitob tumani 95-sonli umumiy o'rta ta'lim maktabi
amaliyotchi psixologi*

ANNOTATSIYA : *Zo'ravonlikka uchragan bolalar o'zini past baholash va o'z qobiliyatlarini namoyon qila olishmaydi. Ular doimo ongli ravishda muvaffaqiyatsizlikni kutishadi. Yangi ko'nikmalarga ega bo'lishda va muammolarni hal qilish zarurati paydo bo'lganda bolani ishonchsizlik bezovta qiladi. Bolada hali ko'nikmaga ega bo'lmagan yangi vazifalar bilan bog'liq bo'lgan muvaffaqiyatsizlikning muqarrarliligi qo'rquv hissini keltirib chiqaradi.*

Kalit so'zlar: *jismoniy zo'ravonlik, psixologik zo'ravonlik, jinsiy zo'ravonlik, stress, ishonchsizlik, depressiya, o'zini past baholash.*

KIRISH

Zo'ravonlik oqibatlaridagi eng og'ir psixologik travmalardan biridir. Bolaga nisbatan zo'ravonlik oqibatlarini o'z vaqtida va to'g'ri tashxislash samarali terapevtik aralashuvning zaruriy shartidir, shuning uchun mutaxassislar ularning ixtiyorida bo'lishi kerak. Travmatik hodisalarni boshdan kechirgan bolalarning psixologik xususiyatlarini o'rganishning dolzarb usullardir. Shunday qilib, zo'ravonlikni boshdan kechirgan bolalarning psixologik xususiyatlarini o'rganish va travmatik tajribalar oqibatlarini baholash usullarini ishlab chiqish ushbu bolalarni psixologik reabilitatsiya qilish uchun juda dolzarbdir.

Mahalliy va xorijiy statistika shuni ko'rsatadiki, bolalar, kattalarga qaraganda ko'proq zo'ravonlik qurboni bo'lishadi. Har qanday zo'ravonlik qilish bolaning rivojlanishining barcha jabhalariga ta'sir qiladi. Zo'ravonlik qilish jismoniy va ruhiy salomatlikka, ruhiyatga va jamiyatdagi munosabatlarga ta'sir qiladi. Maqolamizda bola uchun chuqur psixologik oqibatlarga olib keladigan

oiladagi zo'ravonlikning eng keng tarqalgan shakllarini oqibatlarini ko'rib chiqamiz.

Psixologik, jismoniy va jinsiy zo'ravonlikning oqibatlari turli alomatlarda namoyon bo'lishi mumkin. Biroq, ular orasida o'xshash reaksiyalar ham mavjud [1]:

1. Travmatik stress reaksiyalari. Qo'rquv va tashvish holatlari bu bolalarda zo'ravonlik travmasiga darhol va kechiktirilgan reaksiya sifatida rivojlanadigan alomatlardan biridir. Ikkinchisiga uyqu buzilishi (bezovta uyqu, uyqusizlik), yomon ishtaxa, psixosomatik shikoyatlar va haddan tashqari tashvish kiradi. Qo'rquv ko'pincha umumlashtirilgan xarakterga ega, ya'ni nafaqat zo'ravonlikka taalluqli, balki ota-onalarga va boshqa kattalarga nisbatan extiyotkor munosabatda yoki qochishda namoyon bo'ladi. Ba'zi jabrlanganlar travmatik hodisani qayta talqin qilish va qayta ko'rib chiqish, jismoniy yoki jinsiy zo'ravonlik bilan bog'liq vaziyatlardan qochish, haddan tashqari ko'p uyg'onish, dahshatli tushlar va og'riqli sezuvchanlik bilan bog'liq travmadan keyingi stress buzilishini ko'rsatishi mumkin. Bundan tashqari, tajovuzkor xotiralar, ko'pincha shafqatsiz va zo'ravonlik voqealari haqida takrorlanadigan dahshatli tushlar, ular uxlab qolishdan qo'rqishadi.

2. Gumon va ishonchsizlik. Bolalar ahmoq, xunuk, hech narsaga qodir emasligiga va faqat o'ziga nisbatan yomon munosabatda bo'lishga loyiq ekaniga ishonch bilan o'sadi. Doimo o'zidan kamchiliklar axtaradi. Shuningdek, ular boshqa odamlarga ishonmaydilar, ularni ishonchli, himoya qilishga qodir deb hisoblamaydilar. Ular o'zlarini himoyasiz his qilishdi.

3. Depressiya va o'z joniga qasd qilish harakati. Zo'ravonlikni boshdan kechirgan bolalar orasida, hatto balog'at yoshida ham, depressiyaning yuqori chastotasi mavjud. Bu o'z-o'zini qabul qilmaslik, tushkunlik, sog'inish, yolg'izlik tuyg'usi, uyqu buzilishida namoyon qiladi. Kattaroq yoshda o'smirlar o'z joniga qasd qilishga urinishlari yoki o'z joniga qasd qilishlari mumkin.

4. Impulsiv xarakat. Bunday bolalarning xatti-harakati ko'pincha uyda va maktabda buzg'unchi, sotsiumdan ajralish va yolg'izlik xolatlari kuzatiladi. Ular o'z

tengdoshlari, aka-uka va opa-singillariga nisbatan tajovuzkorligi bilan ajralib turadi.

Bolalarda xattoki uydan qochish xolatlarini ko'rish mumkin bo'ladi.

Agressiv harakat qilish zo'ravonlikka uchragan bola o'zini himoya qilishning asosiy usullaridan biridir. Agressiyaning natijasi boshqalardan begonalashishdir. Ko'pincha bunday bolalarning do'stlari kam,

chunki ularning tengdoshlari tez-tez hissiy "portlashlar"dan qo'rqishadi.

5. O'zini past baholash. Zo'ravonlikka uchragan bola o'ziga nisbatan qandaydir norozilik bilan qaraydi. O'zidan doim kamchilik qidiradi. Atrofdagilarga yoqishga harakat qiladi, sababi ulardan maqto'v kutadi. Biron bir ish qilishdan oldin esa, doim ikkilanadi, "Qila olamanmi?" deb.

6. Maktabga qiziqishning yo'qolishi. Maktabdagi muvaffaqiyatsizlik, motivatsiyaning pasayishi, gipoaktivlik va o'ziga xos o'rganish qiyinchiliklari tufayli xarakterlidir.

7. O'zaro munosabatlarni qurishda muammolar. Bunga nafaqat zaif hissiy rivojlanish, balki atrofdagi odamlarga nisbatan to'liq ishonch yo'qligi ham. Bola hamma narsada hiyla-nayrangni ko'radi, har bir kishidan uni masxara qilishini, mazax qilishini va o'ziga qaratilgan tajovuzni kutadi. Bularning barchasi unga odamlar bilan munosabatlarni o'rnatishga to'sqinlik qiladi.

Zo'ravonlikka uchragan bolalar o'zini past baholash va o'z qobiliyatlarini namoyon qila olishmaydi. Ular doimo ongli ravishda muvaffaqiyatsizlikni kutishadi. Yangi ko'nikmalarga ega bo'lishda va muammolarni hal qilish zarurati paydo bo'lganda bolani ishonchsizlik bezovta qiladi. Bolada hali ko'nikmaga ega bo'lmagan yangi vazifalar bilan bog'liq bo'lgan muvaffaqiyatsizlikning muqarrarliligi qo'rquv hissini keltirib chiqaradi. Muvaffaqiyatdan ko'ra muvaffaqiyatsizlikni kutish uning mustaqil o'rganish qobiliyatini kamroq namoyon qilishi, maktab muhitida kamroq faol bo'lishiga va o'zini isbotlashdan bosh tortishiga olib keladi.[2]

Zo'ravonlik natijasida kelib chiqadigan turli kasalliklar. Rivojlanish va kognitiv faoliyatdagi buzilishlar. Agar bola yig'lagani va baqirgani uchun ko'pincha jazolangan bo'lsa, bu bolalarda nutq va nutq funktsiyalari buzilishi hamda bu

funktsiyalarni tormozlanish holatlari kuzatiladi.

Shuning uchun bu bolalar ko'pincha yaxshi gapirmaydilar. Ularning histuyg'ularini tasvirlash uchun ishlatadigan so'z boyligi juda kam. O'z fikrini yetkazishda qiyinchiliklarga duch keladi. Stress holatida ular hissiy jihatdan yopiq bo'lib qoladilar. Stress holatida ular hissiy jihatdan yopilib qoladilar. Ular va raqiblari o'rtasida janjal kelib chiqqanda o'zlarini qanday his qilganlarini tasvirlash so'ralganda, ular buni qila olmaydilar yoki gapirish jarayonida juda hayajonlanishadi. Ulardan mojaroga olib kelgan aniq sabablar va hodisalarni tasvirlash so'ralganda, ular o'zlarini ancha qulay his qilishadi. Markaziy asab tizimidagi buzilishlar. Aniq belgilangan bosh jarohatlari bo'lmasa, bu bolalar markaziy asab tizimining faoliyatida buzilishlarning "yengil simptomlari" ni boshdan kechirishlari mumkin. Biroq, bunday alomatlariga olib kelishi mumkin bo'lgan bolalik davridagi tarbiya, chaqaloqlik davridagi e'tiborsizlik, oziqlanish yetishmovchiligi va to'liq bo'lmagan hissiy stimulyatsiya kabi ko'plab holatlar. Ko'pincha bolalarda aybdorlik hissi bo'ladi. Xafagarchilik va og'riqdan tashqari, bola g'azab va og'ir ruhiy stressni boshdan kechiradi. Natijada, u o'z his-tuyg'ularini inkor qila boshlaydi.

Har xil turdagi zo'ravonlik bolaning rivojlanishi uchun turli xil oqibatlariga olib kelishi mumkin. Kaltaklash, jazolash, jinsiy zo'ravonlik va zo'ravonlik bolaning intellektual, psixologik va ijtimoiy rivojlanishiga turli xil, ko'pincha qarama-qarshi ta'sir ko'rsatadi. Bundan tashqari, o'zlarini haqorat qilish holatlarining xususiyatlari bolaga turli yo'llar bilan ta'sir qiladi. Zo'ravonlikning turidan qat'i nazar, bolalar psixosomatik bo'lgan turli kasalliklarni boshdan kechirishlari mumkin: semirish yoki aksincha, oshqozon buzilishi tufayli to'satdan vazn yo'qotish. Ruhiy zo'ravonlik uchragan bola, ko'pincha teri toshmasi, allergik patologiya, oshqozon yarasi, pastki qorinda og'riqlar mavjud. Ko'pincha bolalarda duduqlanish, enurez (siydikni ushlab tura olmaslik), enkoprez (najasni ushlab tura olmaslik) kabi nevropsixi atrik kasalliklar rivojlanadi.

XULOSA

Turli xil zo'ravonliklarga duchor bo'lgan bolalarning o'zlari g'azabni

boshdan kechirishadi, bu ko'pincha zaif bolalarga: yosh bolalarga, hayvonlarga g'azabini ko'rsatadi. Ko'pincha ularning tajovuzkorligi o'yinda namoyon bo'ladi, ba'zida ularning g'azablanishlari aniq sababga ega emas. Ulardan ba'zilari, aksincha, haddan tashqari passiv, o'zini himoya qila olmaydi. Ikkala holatda ham, tengdoshlar bilan muloqot buziladi. Tashlab ketilgan, hissiy jihatdan mahrum bo'lgan bolalarda har qanday yo'l bilan o'zlariga e'tiborni jalb qilish istagi ba'zan o'zini bo'ysundiruvchi, noodatiy xatti-harakatlar shaklida namoyon qiladi. Jinsiy zo'ravonlikdan omon qolgan bolalar jinsiy aloqalar haqida yoshiga mos bilimlarga ega bo'lishadi, bu ularning xatti-harakatlarida, boshqa bolalar bilan o'yinlarda yoki o'yinchoqlarda namoyon bo'ladi. Hatto maktab yoshiga yetmagan va jinsiy zo'ravonlik qurboni bo'lgan yosh bolalar ham keyinchalik jinsiy zo'ravonlikning tashabbuskori bo'lib, ularga ko'plab ishtirokchilarni jalb qilishlari mumkin. Har qanday zo'ravonlikka uchragan bola o'z-o'zini hurmat qilmaslik, o'zini past baholash, aybdorlik hissi, uyat tuyg'ularini boshdan kechiradi, u o'zining eng yomoni ekanligiga doimiy ishonadi. Natijada, bolaga boshqalarning hurmatiga erishish, muvaffaqiyat, tengdoshlar bilan muloqot qilish qiyin bo'ladi.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR RO'YXATI:

1. Фурманов И.А., Аладьин А.А., Фурманова Н.В. Психологическая особенности детей, лишенных родительского попечительства. – Мн.: Тесей, 1999. – 160 с.
2. Сафонова Т.Я., Цымбал Е.И Жестокое обращение с детьми и- его последствия; // Жестокое обращение с детьми: сущность, причины, социальноправовая защита. Мi, 1993.
3. Холл З. Последствия сексуальных и психологических травм детства// Психол. журнал, № 5. – т.13, 1992. – С.120-129.
4. Соколова Е.Т. Влияние на самооценку нарушений эмоциональных контактов между родителем и ребенком и формирование аномалий личности // Семья и формирование личности. М.: МПУ им. М.ВШомонова, 1981.