

**OILALARDAGI TAZYIQ VA ZO'RAVONLIKNING BOLA
SHAXSIGA SALBIY TA'SIRI**

Eshimova Maftuna Boybòri qizi

Surxondaryo viloyati Shòrchi tumani 46-maktab amaliyotchi psixologi

***Annotatsiya:** Oiladagi zo'ravonlik ko'plab oilalar uchun jiddiy muammo bo'lib, uning barcha qurbonlari unga qanday yechim topishni bilishmaydi. Zo'ravonlikni sodir etgan shaxsning pozitsiyasi, qat'iyasizligi va boshqa jihatlari ayanchli vaziyatlarga olib kelishi mumkin.*

***Kalit so'zlar:** abyuz, zo'ravonlik, tazyiq, agressiya, ruhiy holat, tushkunlik, psixik jarayonlar, muloqot, munosabatlar*

KIRISH

Oiladagi zo'ravonlik (abyuz)-oila a'zosining boshqa oila a'zosiga nisbatan uning huquqlarini, erkinliklarini, qonuniy manfaatlarini buzadigan va unga jismoniy va (yoki) ruhiy azob-uqubatlarni keltirib chiqaradigan jismoniy, psixologik, jinsiy xislatlardagi qasddan qilingan harakatlar. Oilaviy zo'ravonlik (abyuz) - bu hozirgi yoki sobiq turmush o'rtoqlar o'rtasida sodir bo'ladigan jismoniy, psixologik, jinsiy yoki iqtisodiy xarakterdagi harakatlar, shuningdek, qarindosh bo'lgan, ularning huquqlari, erkinliklarini, qonuniy manfaatlarini buzadigan va ularga jismoniy va (yoki) ruhiy azob-uqubatlarni keltirib chiqaradigan odamlar o'rtasida sodir bo'lishi mumkin. Bundan tashqari, oiladagi zo'ravonlikni muntazam ravishda takrorlanadigan jismoniy yoki boshqa ta'sir harakatlari deb atash mumkin. Ko'p odamlar o'xshash munosabatlarga ega oilalarda yashashlari kerak va ularda ishonch o'rniga xavfsizlik, sevgi, sheriklik, shafqatsizlik, tashvish, qo'rquv hissi yetakchi rol o'ynaydi.

Oiladagi zo'ravonlik haqida gap ketganda, tasavvur ko'pincha dahshatli rasmlarni tortadi: er xotinini yoki onasini uradi, bolalarni bezovta qiladi va hokazo. Birinchi navbatda, mast-erkak, qimorboz, aqldan ozgan rashkchi, haddan tashqari dindor er bo'lib ko'rinadi. Haqiqiy hayot har doim ham bu ssenariylarni

anglatmaydi. Oiladagi zo'ravonlikning qo'zg'atuvchisi ko'pincha ayol (ona, xotin, opa-singil va boshqalar) va boladir.

Kim azob chekadi va oiladagi zo'ravonlikning sababi nima

Xavfli oqibatlariga olib keladigan asosiy noto'g'ri tushuncha shundaki, zo'ravonlik sababi zo'rlovchini "qo'zg'atgan" jarohatlangan sherikning harakatlarida yotadi. Bu esa "nima uchun?" savoliga olib keladi, bu tajovuzkorni ongsiz ravishda oqlaydi. Zo'ravonlikka muntazam ravishda murojaat qilish uchun xulq-atvor sababi yo'qligini yodda tutish muhimdir. Yagona sabab faqat zo'rlovchining qiynoqqa moyilligidir.

Agressor – bu boshqasiga tajovuz ko'rsatadigan odam.

Xatarli, buzg'unchi tajovuz – bu ongli xulq-atvor modeli bo'lib, ong ostida "men buni qilishga haqqim bor" tushuncha undaydi.

Oilaviy tajovuzkorlar odatda o'zlarini yaxshi nazorat qiladilar va ko'chada yoki ishda tajovuzkor xatti-harakatlarga yo'l qo'ymaydilar. Ular buni faqat o'zlaridan past deb hisoblagan odamlarga nisbatan ko'rsatadilar (daraja yoki maqomda). Qoida tariqasida, bu ularning xotinlari yoki sheriklari, bolalari, hayvonlari. Va bu faqat mahalliy tajovuzkorning belgisi. U birovning hayotini nazorat qilishga urinayotganda o'ziga zarar yetkazadigan hech narsa qilishdan yehtiyot bo'ladi (masalan, u qotillik uchun qamoqqa tashlanadi): sherigiga nima kiyish, qayerga borish va kim bilan muloqot qilish kerakligini aytadi.

Agressorni nima undaydi?

1. Inson ustidan hukumatga ega bo'lish istagi, uni boshqarish istagi.
2. Uyat: tajovuzkor boshqalarning nazarida u qandaydir noto'g'ri ko'rinishidan, uning xotini uning maqomiga tahdid solishidan xavotirda.
3. Qo'rquv: masalan, boshqa odamlar u noto'g'ri kiyinadigan yoki ko'ylaklarini yomon dazmollaydigan yomon xotinni tanlagan deb o'ylashadi. Yoki xotini uni aldashidan qo'rqadi. Qoida tariqasida, bu qo'rquvlar mantiqsiz, haqiqiy asosga yega yemas.

Ko'pincha ayollar oiladagi zo'ravonlikdan aziyat chekishadi. Sababi nima? Ko'pincha zolim fazilatlariga ega bo'lgan sherikda.

Zo'ravonlik uchun xavf omillariga quyidagilar kiradi:

- * ta'limning past darajasi;
- * bolalikda zo'ravonning o'zini suiiste'mol qilish;
- * ota va ona yoki boshqa qarindoshlar o'rtasida kuzatilgan zo'ravonlik;
- * antisosial shaxsiyat buzilishi;
- * spirtli ichimliklarni suiste'mol qilish.

Zo'ravonlikka moyil bo'lgan odamni qanday aniqlay olish kerak

Insonda zo'rlovchi fazilatlarini erta bosqichda aniqlab olish juda muhimdir. Bu odatda rashk, boshqa odamlarning xohish-istaklariga bexurmatsizlik, ularning ehtiyojlari, haqoratli so'zlar va boshqalar bilan tan olinadi. Erkaklar odatda ayolga "tarbiya" kerak deb o'ylab, juda ko'p gender stereotiplariga ega.

Potensial zolim sizning joylashuvingizni nazorat ostida ushlab turishga harakat qiladi, sizni doimo uyda qolishga majbur qiladi, do'stlaringiz bilan muloqot qilishni taqiqlaydi. Sizning xarajatlaringiz nazorat ostida, siz barcha xarajatlar to'g'risida hisobot berishingiz kerak. Agar sizning elektron pochtingiz, ijtimoiy tarmoqlaringiz, messenjerlaringiz, telefon qo'ng'iroqlaringiz tekshirilayotgan bo'lsa, yomonlik belgisidir. Agressor muammolar uchun jabrlanuvchini ayblashga intiladi. U muntazam ravishda uni kichik narsalarda tanqid qiladi, muvaffaqiyatsizliklarda ayblaydi, kiyinish madaniyatingiz ustidan kuladi, qo'pol munosabatni tan oladi. Agar ba'zi moddalar yoki spirtli ichimliklar ta'sirida sherik (partnyor) g'azablansa, hayvonlarni xafa qilsa, sizni itarib yuborsa, ba'zi tahdidlarni aytsa, qo'llaringizni qo'pol ravishda ushlasa, sizning xohishingizga qarshi jinsiy aloqaga kirishga majbur qilsa, bu tashvishli belgidir.

Oiladagi zo'ravonlik (qariyalar, bolalar, boshqa qarindoshlar ustidan)

Yuqorida aytib o'tilganidek, nafaqat zolim erlarning xotinlari oiladagi zo'ravonlikdan aziyat chekmoqda. Bolalar xam, jismoniy va ruhiy zo'ravonlikka moyil bo'lgan otalar va onalarning qurbonlari. Ular o'zlarini zulmdan qanday himoya qilishni bilmaydilar, boshqa eloji yo'q, yillar davomida nosog'lom muhitda yashashga majbur. Kelajakda ular xam zo'ravonlikka moyil bo'lishi mumkin. Shuningdek, o'zini himoya qila olmaydigan, uyda sodir bo'layotgan zulm

haqida hech kimga aytishga uyaladigan yoki zolimdan yanada ko'proq tajovuz

qilishdan qo'rqadigan keksa odamlar xam, ko'pincha oiladagi zo'ravonlik qurboniga aylanishadi.

Oiladagi zo'ravonlikning asosiy belgilari

Oiladagi zo'ravonlik alomatlarini qanday aniqlash mumkin

Oiladagi zo'ravonlik qo'pol muomala, og'zaki haqorat bilan boshlanadi.

Agar jismoniy ta'sir aniq bo'lsa, unda psixologik (ruxiy, hissiy) surunkali toksikligi bilan yanada katta xavfni yashiradi. Psixologik zo'ravonlik doimiy tashvish, depressiya, nochorlikka olib keladi.

Psixologik (hissiy) xo'rlash, haqorat qilishga yo'l qo'ygan odam tezda jismoniy zo'ravonlik qilishi mumkin. Ko'pincha ayollar "bola otasi bilan yaxshiroq" yoki moliyaviy imtiyozlarga ega ekanligiga ishonib, bunday davolanishga toqat qilishda davom etadilar. Doimiy stress ostida yashash jiddiy muammolarga olib keladi. Oiladagi zo'ravonlikning asosiy belgisi – qo'rquvdir. Har kuni sherikning (er, ona, bola) g'azabini qo'zg'atmaslik uchun gapiradigan so'zlaringizni eloji boricha nazorat qilib, "arqonda yurayotgan" kabi tuyuladi – demak, sizning uyingizda psixologik zo'ravonlik mavjud.

Ko'p ayollar yosh avlodga ota kerakligini aytib, bolaning zo'rlovchi ota bilan qolishlarini oqlaydilar. Biroq, ular bir narsani hisobga olmaydilar: hech kimga zo'rlovchi ota kerak emas va ruhiy nosog'lom bola kelajakda sog'lom turmush tarzini olib bora olmaydi. Bunday holda, "bunday" otasiz yashash yaxshiroqdir.

Hissiy zo'ravonlik ham sog'liqqa jiddiy zarar yetkazadi. Bunday bosimni boshdan kechirgan qurbonlar keyinchalik toshbaqa kasalligi, oshqozon yarasi, depressiya, o'z joniga qasd qilish tendensiyalari, alkogollikga duch kelishadi.

Oiladagi zo'ravonlikning doiraviy ketma-ketligi:

- Zo'ravonlik harakati sodir yetilishi.
- Yarashish bosqichi. Zo'rlovchi jabrlanuvchidan kechirim so'raydi, kelajakda buni qilmaslikka va'da beradi, nima bo'lganining sababini tushuntiradi, jinoyatchilarni topadi, aybdorlik tuyg'usini ko'rsatadi.

➤ Tinchlik bosqichi. Zoʻravonlikdan keyin tajovuzkor xotirjam, gʻamxoʻr, mehribon erga aylanadi. U aybini kechirish, xotinini yaqin tutish, munosabatlarni mustahkamlash uchun hamma narsani qiladi. Bu bosqich hamma uchun har xil davom yetadi. Baʼzilarida bir necha soat, boshqalarida bir necha yilda. Bu davrda aybdorlik hissi oʻtadi, keyingi bosqich boshlanadi.

➤ Provokatsiya, keskin vaziyat. Zoʻrlovchi zulmni sodir etish uchun sharoit yaratadi.

➤ Yangi zoʻravonlik harakatlarini amalga oshirish.

Oiladagi zoʻravonlik turlari

1. Jismoniy – bu jismoniy salomatlikka zarar yetkazishga qaratilgan harakatlar. Tan jarohati yetkazish, kaltaklash, urish.

2. Psixologik – bu psixologik salomatlikka zarar yetkazish. Xoʻrlash, tahdidlar, aldash, shantaj, nazorat.

3. Jinsiy – bu aldash, shantaj yoki kuch bilan jinsiy harakatga majburlash.

4. Iqtisodiy – bu ishlash, oʻqish, oʻzingiz uchun zarur narsalarni sotib olish, xarajatlar va daromadlarni nazorat qilishni taqiqlash shaklida namoyon boʻladi.

5. Kiberbulling (kiberhjum) - bu Internet texnologiyalaridan foydalangan holda taʼqid qilishning bir shakli. Uning namoyon boʻlish shakllari har xil – haqorat, shantaj, tahdidlar, tuhmat, taʼqid va hokazolar.

Jismoniy

Jabrlanuvchiga bevosita yoki bilvosita taʼsir qilish, uning maqsadi uning jismoniy shikastlanishiga, kaltaklanishiga, urishiga, tepishiga va hokazolarga olib keladi. Oiladagi zoʻravonlik shakllaridan biri boʻlgan har qanday oila aʼzosiga nisbatan jismoniy jazo. Jismoniy zoʻravonlikka, shuningdek, birinchi yordam koʻrsatishni istamaslik, hayotiy yehtiyojlardan (xammom, hojatxona) mahrum qilish, uyqusizlik, giyohvandlik yoki spirtli ichimliklarga majburlash kiradi.

Jabrlanuvchiga psixologik taʼsir koʻrsatishga urinishda boshqa oila aʼzolari yoki hayvonlarga shikast yetkazish. Bu jismoniy zoʻravonlikning bilvosita shakli.

Oiladagi jismoniy zoʻravonlikning yeng shafqatsiz shakllaridan biri bu zoʻrlashdir. Natijada istalmagan homiladorlik va jinsiy yoʻl bilan yuqadigan

kasalliklar bo'lishi mumkin. Ko'pincha qurbonlar, jamoatchilik fikridan qo'rqib, zo'rlash haqida jim turishadi.

Ushbu turdagi zo'ravonlik odatda oiladagi zo'ravonlikning boshqa shakllaridan foydalangan holda sodir yetiladi. Jinsiy xarakterdagi har qanday majburlash harakati, shuningdek, uni ishontirish, shantaj, ta'qid qilish, poraxo'rlik shaklida majburlash nazarda tutiladi.

Bizning jamiyatimizda xam, boshqa ko'plab mamlakatlarda bo'lgani kabi, nikoh ko'pincha erkak tomonidan xotini bilan jinsiy aloqada bo'lish va yaqinlikni istamaganida kuch ishlatish uchun shartsiz huquqlarga ega bo'lish deb hisoblanadi.

Nikoh burchi haqida "tajribali" gapirish xam majburiy jinsiy zo'ravonlik hisoblanadi, chunki xech qanaqa nikoh burchi yo'q. Sog'lom munosabatlarda jinsiy aloqa har doim konsensual bo'lib, ikkala sherikga ham mamnuniyat va quvonch keltiradi. Jinsiy zo'ravonlik shakllari orasida jinsiy a'zolari namoyish, pornografiya ham mavjud.

Psixologik

Oiladagi zo'ravonlikning bu shakli boshqalarga qaraganda keng tarqalgan. Bu vaqti-vaqti bilan jismoniy zo'ravonlik bilan birga bo'lishi mumkin. Buni tashxislash, shuningdek sudga isbotlash qiyin. Qolgan shakllar aniq jismoniy oqibatlariga olib keladi, psixologik shakl esa kamdan-kam ko'rinadigan oqibatlariga olib keladi. Shu bilan birga, ruhiy zarar juda og'ir bo'lib qolmoqda.

Psixologik zulmni zo'rlovchi oddiy tanqid, istehzoli hazillar, jabrlanuvchini kamsitadigan har qanday bayonotlar deb ataydigan cheksiz so'zlar bilan ifodalash mumkin. Shuningdek, do'stlar yoki qarindoshlar bilan uchrashuvlar, ishga borish va hokazolarga nisbatan turli xil taqiqlar mavjud. Boshqa ko'rinishlar: jismoniy ta'sirsiz kuchni namoyish qilish.

Gazlayting - alohida kichik element deb ajratish mumkin. Bu so'z "Gazli chiroq" (1944) filmning chiqarilgan vaqtidan kelib chiqadi. Filmda bir kishi boshqa kishining yetarliligiga shubha tug'dirishi, sodir bo'layotgan voqealarning haqiqatini tasdiqlamasligi va shu bilan uni aqldan ozdirishi ko'rsatilgan.

Ya'ni, haqiqiy hayotda haqiqatni inkor etish quyidagicha ko'rinishi mumkin:

- "Men buni hech qachon aytmaganman, siz buni o'ylab topyapsiz", "sizga shunday tuyuldi", "bu hech qachon bo'lmagan" (faktlarni inkor etish);
- "Siz menga nisbatan g'azablana olmaysiz", "siz o'zingizni yomon his qilyapsiz deb o'ylaysiz, lekin siz emassiz" (hissiyotlarni rad yetish);
- "Eshiting, siz o'zingizni g'alati tutyapsiz, bu yomon tugashi mumkin", "bu yomon kayfiyat emas – sizda depressiya bor" (ruhiy anormalliklarga ishora).

Moliyaviy yoki iqtisodiy

Bu oilaning moliyaviy resurslari ustidan nazoratni, jabrlanuvchini moliyaviy jihatdan cheklashni, tovlamachilik yoki unga majburlashni nazarda tutadi. Xuddi shu toifada ish bilan ta'minlash, o'qitish, shuningdek, oilaviy mablag'larni qasddan isrof qilish (keskin munosabatlarni yaratish uchun). Iqtisodiy zo'ravonlik shakllaridan biri: sheriklardan birining ishlashni istamasligi.

Oiladagi zo'ravonlik natijalari

1. Qotillik, o'z joniga qasd qilish shaklida halokatli natija;
2. Bolaga xomilador paytida zo'ravonlik xomiladorlikni yo'qotish, erta tug'ish, erta homila, o'lik tug'ilish bilan tahdid qiladi;
3. Depressiya, stress, uyqusizlik;
4. Spirtli ichimliklar va giyohvand moddalarni suiiste'mol qilish, nikotinga qaramlikning paydo bo'lishi;
5. O'chokli, bel og'rig'i, oshqozon-ichak kasalliklari, sog'lig'ining yomonlashishi;
6. Bolalarga salbiy psixologik ta'sir;
7. Bolalarda kasallanishi oshishi;
8. Jabrlanganlar izolyatsiyadan, moliyaviy mustaqillikning yetishmasligidan aziyat chekmoqda.

Kiberhujum

Kiberbullingga sabab bo'luvchi omillar zahirida ko'pincha uning tashabbuskorining psixologik muammolari (qo'rquvlar, voqea-hodisalar kompleksi, travma) yotadi. Kiberbulling jabrlanuvchisiga ta'sir o'tkazish uchun ular ijtimoiy tarmoqlar, elektron pochta, messengerlar va boshqa onlayn platformalardan

foydalanadilar, chunki bu vositalar orqali har qanday ma'lumot yashin tezligida tarqaladi. Kompyuter yoki telefonning tugmasini bitta bossa bo'ldi – haqoratomuz va badnom qiluvchi sharmandali fotosuratlar, video tasvirlar, masxaralovchi rasmlar, turli mish-mishlar juda katta auditoriyaga yetib boradi. Internet va mobil telefonlardan foydalangan holda, kiber tajovuzkorlar o'z jabrdiydalarini tunu kun qo'rquvda ushlab turib, ularga o'z hayotlarini to'liq nazorat qilish illyuziyasini yaratib berishlari mumkin.

Zo'ravonlikka toqat qilishni to'xtating

Aksariyat ayollar mavjud muammo haqida jim turishadi, ayrimlari yordam so'raydi. Ko'pchilik quyidagi sabablarga ko'ra yillar davomida kaltaklash va xo'rlikka chidagan:

1. Uyat. Agar er oilada xotinini kamsitsa, bu uyatli hisoblanadi. Shuning uchun ular o'zlariga qarshi zo'ravonlikni yashirib, jim turishadi.

2. Ota-onalar, tanishlar tomonidan qo'llab-quvvatlanmaslik. Aybdorlik taklifi — "u aybdor", zolimga bo'ysunish takliflar;

3. Jamoatchilik fikriga bog'liqlik. Oilaviy madaniy qadriyatlar har qanday vaziyatda oilani saqlab qolishni talab qiladi.

4. Qo'rquv. Jabrlanuvchi zo'rlovchidan qo'rqadi, chunki u qo'rqitish va tahdid qilish xujumidan foydalanadi. Ishda, tanishlar orasida zo'rlovchining obro'siga putur yetkazishdan qo'rqish;

5. O'ziga shubha. Ko'p yillar davomida tahqirlangan ayollar o'z hayotlari, his-tuyg'ulari, tanasi, ongi, izolyatsiyasi ustidan nazoratni yo'qotadilar. O'ziga ishonch, mustaqillik va odamlarga bo'lgan ishonch yo'qoladi.

6. Odat. Ayol doimiy stressda yashashga odatlanib qoladi. U hamma narsa o'zgarishiga ishonadi, eri o'zgaradi. Zo'rlovchi o'zgarmaydi, u qurbonining qo'rquvi va hissiyotlari bilan oziqlanadi.

7. "Stokgolm sindromi" oilalarda keng tarqaldi. Jabrlanuvchi hurmat qiladi, sevadi, uning zo'ravonligi, ularning o'zaro hissiyotlariga ishonadi. Qo'rquv, og'riq, xafagarchilik xotirada qolmaydi.

XULOSA

Muammoni anglash uchun siz his-tuyg'ulardan voz kechishingiz va hayotingizni tahlil qilishingiz kerak. Har bir insonning hayoti sevimli ishi, ijodi, o'zini o'zi anglashi, qarindoshlari, do'stlari, sog'lom oilaviy munosabatlari tufayli to'la va quvonchli bo'lishi kerak. Agar bunday bo'lmasa, hayotingizni o'zgartirishingiz kerak.

FOYDALANGAN ADABIYOTLAR RO'YXATI:

1. Shoumarov. Xaydarov. N.A. Sog'inov. Akramova.F.A . Solixova.2009-y.
2. Shoumarov.G'.B. Muhabbat va oila.
3. Shoumarov.G'.B. Onalarga psixologik maslahat.
4. Karimova.V.M Oilaviy hayot psixologiyasi. 2006-y.
5. Oila manfaatlarini ta'minlash borasida.1998-yil.
6. Akramova. G'. A. Oilada muamalarni tashkil etish psixologiyasi.
7. Akramova. G'. A. LatfullayevaN.X. Xaydarova. X.R. SHaxsni ijtimoiy munosabatlarda o'rganishga oid psixologik testlar. 2006-yil.
8. Akramova. G'. A. Abdullayeva.R. M. Oilaviy hayotga oid psixologik tavsiyalar. 2002-yil.
9. Oila psixologiyasi. SHoumarov. T:2006-y.
10. Shoumarov. G'. V. Sog'inov. N.A. Yosh o'zbek oilalarida yuzaga keladigan qaynona-kelin nizolarining etnik xususiyatlari. 1998-yil.