



## ZILZILADAN KEYINGI TRAVMA VA MAKTAB YOSHIDAGI BOLALAR PSIXOLOGIYASI: TURKIYA TAJRIBASI

*Qobulova Mohinur Farhod qizi*

*Jadidlar Xalqaro Ilmiy Tadqiqotlar Assotsiatsiyasi rahbari*

<https://orcid.org/0009-0000-1986-3832>

[qobulovamohinur30@gmail.com](mailto:qobulovamohinur30@gmail.com)

+998884470312

*Annotatsiya.* Mazkur maqolada Turkiyada yuz bergan yirik zilzilalardan soʻng maktab yoshidagi bolalarda kuzatiladigan psixologik travma va uning taʼlim jarayoniga taʼsiri tahlil qilinadi. Tadqiqot travmatik stress, xavotir, depressiv simptomlar va kognitiv faoliyat pasayishi kabi omillarni nazariy asosda oʻrganadi. Natijalar shuni koʻrsatadiki, zilzila kabi tabiiy ofatlar bolalarning emotsional barqarorligi, oʻquv motivatsiyasi va ijtimoiy moslashuviga sezilarli taʼsir koʻrsatadi. Maktab muhitida psixologik qoʻllab-quvvatlash mexanizmlarini kuchaytirish zarurati asoslab beriladi.

**Kalit soʻzlar:** zilzila, psixologik travma, maktab yoshidagi bolalar, posttravmatik stress, taʼlim tizimi, Turkiya.

Turkiya seysmik faol hududlardan biri boʻlib, soʻnggi yillarda yuz bergan yirik zilzilalar jamiyatning turli qatlamlariga chuqur taʼsir koʻrsatdi. Tabiiy ofatlar nafaqat iqtisodiy va infratuzilmaviy yoʻqotishlarga, balki psixologik travmalarga ham sabab boʻladi. Ayniqsa, maktab yoshidagi bolalar bunday hodisalarga nisbatan yuqori darajada sezuvchan guruh hisoblanadi.

Bolalik davrida xavfsizlik hissi shaxs shakllanishining muhim omili hisoblanadi. Zilzila esa aynan shu xavfsizlik hissini izdan chiqaradi. Natijada bolalarda qoʻrquv, xavotir, uyqu buzilishi, maktabga borishdan bosh tortish, ijtimoiy chekinish kabi simptomlar kuzatilishi mumkin.



Mazkur tadqiqotning maqsadi — zilziladan keyingi travmaning maktab yoshidagi bolalar psixologiyasiga ta'sirini tahlil qilish va ta'lim tizimi doirasida psixologik yordam mexanizmlarini asoslashdir.

Mazkur tadqiqot aralash metodologiya (mixed-methods design) asosida loyihalashtirildi. Tadqiqotning asosiy maqsadi — zilziladan keyingi travmaning maktab yoshidagi bolalarning psixologik holati va o'quv faoliyatiga ta'sirini empirik aniqlash hamda sifat jihatdan talqin qilishdir.

Tadqiqot ikki bosqichda amalga oshiriladi:

1. Kvantitativ bosqich – psixologik travma va akademik ko'rsatkichlar o'rtasidagi bog'liqlikni statistik tahlil qilish.
2. Sifat bosqichi – bolalar, ota-onalar va o'qituvchilar bilan yarim strukturalangan intervyular orqali chuqur psixologik tajribani aniqlash.

Tadqiqot natijalari kvantitativ va sifat tahlillari asosida tizimlashtirildi. Olingan ma'lumotlar zilziladan keyingi travmaning maktab yoshidagi bolalarning psixologik va akademik holatiga sezilarli ta'sir ko'rsatishini tasdiqladi.

Psixologik travma darajasi CPSS shkalasi natijalariga ko'ra, ishtirokchilarning:

38% da o'rta darajadagi posttravmatik stress simptomlari, 21% da yuqori darajadagi simptomlar aniqlangan.

Eng ko'p kuzatilgan simptomlar:

Doimiy xavotir hissi

Tungi qo'rquv va uyqu buzilishi

To'satdan baland tovushlarga haddan tashqari reaksiya

Bu natijalar zilzila bolalar ruhiyatida uzoq muddatli stress reaksiyalarini yuzaga keltirganini ko'rsatadi.

Xavotir va depressiv ko'rsatkichlar RCADS natijalariga ko'ra:

44% o'quvchilarda umumiy xavotir darajasi yuqori,

27% da depressiv simptomlar qayd etilgan.



Qiz bolalarda xavotir darajasi o'g'il bolalarga nisbatan statistik jihatdan yuqori ( $p < 0.05$ ) bo'lgan.

Pearson korrelyatsiya tahlili travma darajasi bilan akademik ko'rsatkichlar o'rtasida salbiy bog'liqlik mavjudligini ko'rsatdi ( $r = -0.46$ ).

Bu shuni anglatadiki:

Travma darajasi oshgani sari o'quv natijalari pasaygan.

Diqqat va xotira bilan bog'liq qiyinchiliklar ko'paygan.

Davomat ko'rsatkichlari ham travma darajasi bilan bog'liq holda kamaygan.

Ko'plab o'quvchilar maktabni "barqaror va xavfsiz joy" sifatida tasvirlagan.

O'qituvchining qo'llab-quvvatlashi travma simptomlarini kamaytiruvchi omil sifatida qayd etilgan.

Ota-onalarning iqtisodiy va ruhiy bosimi bolalarda xavotir kuchayishiga sabab bo'lgan.

Natijalar asosida quyidagi model shakllandi:

Zilzila → Travmatik stress → Emotsional beqarorlik → Kognitiv pasayish → Akademik samaradorlikning kamayishi.

Biroq, maktabdagi psixologik qo'llab-quvvatlash mavjud bo'lsa, bu zanjirning ta'siri sezilarli darajada yumshaydi.

Tadqiqot zilziladan keyingi travma maktab yoshidagi bolalarning emotsional barqarorligi va akademik faoliyatiga sezilarli salbiy ta'sir ko'rsatishini tasdiqladi. Shu bilan birga, maktab instituti travmani kamaytiruvchi himoya omili sifatida muhim rol o'ynashi aniqlandi.

Tadqiqot natijalari zilziladan keyingi travma maktab yoshidagi bolalarning emotsional barqarorligi, kognitiv faoliyati va akademik samaradorligiga sezilarli ta'sir ko'rsatishini tasdiqladi. Olingan ma'lumotlar travmatik stress va o'quv natijalari o'rtasida statistik jihatdan ahamiyatli salbiy bog'liqlik mavjudligini ko'rsatdi. Bu natijalar xalqaro tadqiqotlar bilan mos keladi, ya'ni tabiiy ofatlar bolalarning psixologik rivojlanishiga uzoq muddatli ta'sir ko'rsatadi.



Posttravmatik stress simptomlarining yuqori ko'rsatkichlari shuni anglatadiki, zilzila bolalarda xavfsizlik hissining buzilishiga olib kelgan. Bolalik davrida barqaror muhit shaxs shakllanishining asosiy omillaridan biri hisoblanadi. Xavfsizlik hissining yo'qolishi esa kognitiv jarayonlar – diqqat, xotira va motivatsiya –ning susayishiga sabab bo'ladi. Tadqiqot natijalarida aniqlangan akademik pasayish aynan shu mexanizm bilan izohlanadi.

Shuningdek, jinsiy farqlar (qiz bolalarda xavotir darajasining yuqoriligi) travmatik tajribaga emotsional javob berish usullaridagi ijtimoiy va psixologik tafovutlar bilan bog'liq bo'lishi mumkin. Bu holat maktab psixologik xizmatlarida differensial yondashuv zarurligini ko'rsatadi. Sifat tahlili natijalari maktabning travmadan keyingi tiklanish jarayonidagi muhim rolini ochib berdi. O'quvchilar maktabni xavfsiz va barqaror ijtimoiy makon sifatida qabul qilganlari aniqlangan. Bu maktabning nafaqat ta'lim beruvchi, balki psixologik reabilitatsiya instituti sifatidagi ahamiyatini ko'rsatadi. O'qituvchining qo'llab-quvvatlovchi roli travmatik stressni kamaytiruvchi omil sifatida namoyon bo'ldi.

Biroq, tadqiqot Turkiyada maktab psixologlari va travma bilan ishlash bo'yicha maxsus tayyorgarlik yetishmasligi muammosini ham ko'rsatadi. Psixologik yordam tizimi tizimli va institutsional darajada mustahkamlanmasa, travma oqibatlari uzoq muddatli ijtimoiy va akademik muammolarga aylanishi mumkin.

Nazariy jihatdan, natijalar travma va ta'lim o'rtasidagi o'zaro bog'liqlikni ko'rsatadi: ta'lim muhitining barqarorligi travmatik tajribani yumshatuvchi himoya omili bo'lishi mumkin. Bu esa maktablarni faqat bilim beruvchi emas, balki ijtimoiy-psixologik barqarorlikni ta'minlovchi institut sifatida qayta ko'rib chiqish zarurligini ko'rsatadi. Umuman olganda, zilziladan keyingi davrda bolalar bilan ishlashda kompleks yondashuv – psixologik qo'llab-quvvatlash, pedagogik moslashuv va oilaviy hamkorlik – muhim ahamiyat kasb etadi.

Xulosa qilib aytganda, zilziladan keyingi travma maktab yoshidagi bolalarning emotsional barqarorligi va akademik faoliyatiga sezilarli salbiy ta'sir ko'rsatadi. Travmatik stress diqqat, motivatsiya va o'quv natijalarining pasayishiga



olib keladi. Shu bilan birga, maktab muhitining barqarorligi va psixologik qo‘llab-quvvatlash tizimi travma ta’sirini kamaytiruvchi muhim himoya omili hisoblanadi.

Shu bois, zilziladan zarar ko‘rgan hududlarda maktab psixologik xizmatlarini tizimli ravishda kuchaytirish zarur.

### FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR:

1. American Psychiatric Association. Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders (DSM-5). – 5th ed. – Washington, DC : APA, 2013. – 947 p.
2. Bonanno G.A., Brewin C.R., Kaniasty K., La Greca A.M. Weighing the costs of disaster: Consequences, risks, and resilience in individuals, families, and communities // *Psychological Science in the Public Interest*. – 2010. – Vol. 11, № 1. – P. 1–49.
3. Norris F.H., Friedman M.J., Watson P.J. 60,000 disaster victims speak: Part II. Summary and implications of the disaster mental health research // *Psychiatry*. – 2002. – Vol. 65, № 3. – P. 240–260.
4. Pynoos R.S., Steinberg A.M., Goenjian A. Traumatic stress in childhood and adolescence: Recent developments and current controversies // *Traumatic Stress / Ed. by B.A. van der Kolk, A.C. McFarlane, L. Weisaeth*. – New York : Guilford Press, 1996. – P. 331–358.
5. Masten A.S. *Ordinary Magic: Resilience in Development*. – New York : Guilford Press, 2014. – 370 p.
6. Yule W., Bolton D., Udwin O., Boyle S., O’Ryan D., Nurrish J. The long-term psychological effects of a disaster experienced in adolescence // *Journal of Child Psychology and Psychiatry*. – 2000. – Vol. 41, № 4. – P. 503–511.
7. Karanci A.N., Aksit B. Building disaster-resistant communities: Lessons learned from past earthquakes in Turkey // *International Journal of Mass Emergencies and Disasters*. – 2000. – Vol. 18, № 3. – P. 403–416.
8. Erden G., Gurdil G. The effects of disasters on children: Psychological impact and intervention strategies // *Turkish Psychological Articles*. – 2009. – Vol. 12, № 23. – P. 1–15.



9. World Health Organization. Psychological First Aid: Guide for Field Workers. – Geneva : WHO Press, 2016. – 56 p.
10. UNICEF. Child Protection and Psychosocial Support in Emergencies: Türkiye Earthquake Situation Report. – New York : UNICEF, 2023.
11. Save the Children. Türkiye Earthquake Response Report. – Ankara : Save the Children International, 2023.