

TAZYIQ VA ZO‘RAVONLIKKA UCHRAGAN BOLALARGA
PSIXOLOGIK YORDAM

*Andijon shahar "Inson" ijtimoiy
xizmatlar markazi psixologi*

Xoldarova Nilufar Shuhratbek qizi

Annotatsiya Ushbu maqolada tazyiq va zo‘ravonlikka uchragan bolalarning psixologik holati, ularning ruhiy jarohatlari va ularni bartaraf etish yo‘llari ilmiy asosda tahlil qilinadi. Zo‘ravonlikning bolalar ongiga, hissiy rivojlanishiga va ijtimoiy moslashuviga ta’siri, shuningdek, psixologik yordamning mazmuni, bosqichlari va samarali usullari yoritiladi. Maqola yakunida amaliy tavsiyalar beriladi.

Kalit so‘zlar: tazyiq, zo‘ravonlik, psixologik yordam, travma, rehabilitatsiya, bola psixologiyasi, hissiy barqarorlik.

Аннотация

В данной статье анализируется психологическое состояние детей, подвергшихся насилию и давлению, а также пути преодоления психологических травм. Рассматривается влияние насилия на сознание, эмоциональное развитие и социальную адаптацию ребёнка. Освещается содержание, этапы и эффективные методы психологической помощи. В конце статьи представлены практические рекомендации.

Ключевые слова: давление, насилие, психологическая помощь, травма, реабилитация, детская психология, эмоциональная стабильность.

Annotation

This article analyzes the psychological state of children who have experienced violence and pressure, as well as ways to overcome psychological trauma. The impact of violence on a child’s consciousness, emotional development, and social adaptation is examined. The content, stages, and effective methods of psychological assistance are discussed. Practical recommendations are provided at the end of the article.

Keywords: pressure, violence, psychological assistance, trauma, rehabilitation, child psychology, emotional stability.

KIRISH

So‘nggi yillarda bolalar bilan bog‘liq ijtimoiy va psixologik muammolar orasida **tazyiq va zo‘ravonlik** masalasi dolzarb muammo sifatida kun tartibida turibdi. Jamiyat taraqqiyotining asosiy omillaridan biri bo‘lgan sog‘lom avlodni tarbiyalash jarayonida bola xavfsizligi, ruhiy barqarorligi va emotsional farovonligi eng muhim qadriyat hisoblanadi. Ammo, afsuski, ko‘plab holatlarda bolalar oilada, maktabda yoki keng ijtimoiy muhitda turli shakldagi bosimlar, kamsitishlar, tahdidlar, jismoniy yoki ruhiy zo‘ravonliklarga duch kelmoqda.

Zo‘ravonlik – bu nafaqat bolaning hozirgi emotsional holatini, balki uning kelajakdagi shaxsiy rivojlanishini, o‘ziga bo‘lgan ishonchini va ijtimoiy faolligini ham izdan chiqaradi. Bunday holatlar bolaning psixikasiga chuqur salbiy iz qoldiradi, travma shakllanishiga sabab bo‘ladi. Ularning aksariyati yashirin shaklda kechib, bola tomonidan ochiq ifoda etilmasligi mumkin, ammo ichki dunyosida og‘riq, qo‘rquv va ishonchsizlik ildiz otadi.

Ilmiy tadqiqotlar (Masalan, C. Rogers, A. Bandura, E. Erikson ishlari) shuni ko‘rsatadiki, bolalik davridagi travmatik tajribalar insonning butun hayoti davomida o‘z aksini topadi: hissiy beqarorlik, depressiv holatlar, o‘zini qadrlamaslik, tajovuzkorlik yoki izolyatsiyaga moyillik sifatida namoyon bo‘ladi. Shu bois, bunday bolalarga o‘z vaqtida **psixologik yordam, emotsional reabilitatsiya va psixoprofilaktik chora-tadbirlar** ko‘rsatish ularning normal rivojlanishini ta‘minlashda hal qiluvchi ahamiyatga ega.

Demak, tazyiq va zo‘ravonlikka uchragan bolalar bilan ishlash – faqatgina individual maslahatlar berish emas, balki chuqur tizimli yondashuvni talab etadi. Bu jarayonda oila, maktab, ijtimoiy xizmatlar va psixolog mutaxassislarning hamkorligi zarurdir.

Tazyiq va zo‘ravonlik tushunchasi

Tazyiq (psixologik bosim) — bu bola shaxsiga nisbatan ruhiy, hissiy yoki ijtimoiy yo‘l bilan majburiy ta’sir ko‘rsatish, uni qo‘rqitish, nazorat qilish yoki bo‘ysundirishga qaratilgan harakatlardir. Tazyiq ochiq (tahdid, haqorat) yoki yashirin (e’tiborsizlik, sovuqqonlik) shakllarda namoyon bo‘lishi mumkin. Bu holatda bola o‘z fikrini erkin ifoda eta olmaydi, doimiy stress ostida yashaydi.

Zo‘ravonlik esa — bolaning jismoniy, ruhiy, jinsiy yoki ijtimoiy daxlsizligiga qarshi qaratilgan, unga zarar etkazuvchi, insoniy huquqlarini buzuvchi har qanday harakat yoki harakatsizlikdir. Zo‘ravonlik faqat kuch ishlatish emas, balki bola shaxsiyatini xo‘rlovchi, uning qadr-qimmatini kamsituvchi barcha harakatlarni o‘z ichiga oladi.

Zo‘ravonlik – bu nafaqat individual muammo, balki ijtimoiy-psixologik hodisa bo‘lib, u jamiyatdagi tarbiya, madaniyat, iqtisodiy ahvol, axloqiy qadriyatlar bilan chambarchas bog‘liq. Har qanday shakldagi zo‘ravonlik bolaning asosiy psixologik ehtiyojlari — xavfsizlik, muhabbat, qabul qilinish, ishonch — ni buzadi va uning ruhiy rivojlanishida muvozanatni izdan chiqaradi.

Zo‘ravonlik turlari

Bolalarga nisbatan sodir etiladigan zo‘ravonliklar quyidagi asosiy turlarga bo‘linadi:

1. Jismoniy zo‘ravonlik bolaning tanasiga og‘riq etkazuvchi yoki sog‘lig‘iga zarar keltiruvchi harakatlardir: urish, tepish, jazolash, o‘tkir predmet bilan urish, majburiy mehnatga jalb qilish, och qoldirish va hokazo. Bu holatlar bolaning jismoniy sog‘lig‘igina emas, balki ruhiy holatiga ham salbiy ta’sir ko‘rsatadi. Bola doimiy qo‘rquvda yashaydi, xavfsizlik hissini yo‘qotadi, kattalarga nisbatan ishonchsizlik paydo bo‘ladi.

2. Ruhiy (emotsional) zo‘ravonlik bolaning ruhiyatiga zarar etkazuvchi, uni kamsituvchi, doimiy tanqid qilish, haqoratlash, e‘tiborsizlik qilish, tahdid qilish kabi harakatlardir. U ko‘pincha ko‘zga ko‘rinmaydi, ammo ta‘siri jismoniy zo‘ravonlikdan ham kuchliroq bo‘lishi mumkin. Ruhiy zo‘ravonlikka uchragan bolalar o‘zini aybdor, keraksiz, past baholaydigan shaxs sifatida his qiladi.

3. Jinsiy zo‘ravonlik bolaning jinsiy daxlsizligiga qaratilgan har qanday majburiy harakatlar, nojo‘ya tegishlar, jinsiy zo‘ravonlik yoki bu haqda gapirishga majburlash bu toifaga kiradi. Bu eng og‘ir psixologik travmalarni keltirib chiqaradi va bola butun umr davomida ishonch, mehr, yaqinlik munosabatlarida muammolarga duch keladi.

4. Ijtimoiy zo‘ravonlik bolaning ijtimoiy aloqalarini cheklash, uni jamoaviy faoliyatdan ajratish, e‘tiborsiz qoldirish, doimiy kamsitish orqali amalga oshiriladi. Bu holatda bola o‘zini jamiyatdan ajratilgan, keraksiz shaxs sifatida his qiladi.

5. Iqtisodiy zo‘ravonlik bolaning asosiy ehtiyojlarini (taom, kiyim, ta‘lim, sog‘liqni saqlash) ataylab ta‘minlamaslik, uni moliyaviy resurslardan mahrum etish yoki moddiy rag‘batdan cheklashdir. Bu ham bolaning o‘zini qadrlash darajasini pasaytiradi.

6. Kiber zo‘ravonlik Zamonaviy texnologiyalar rivoji bilan bolalar internet va ijtimoiy tarmoqlarda ham tazyiqqa uchramoqda. Onlayn tahdidlar, haqoratli izohlar, shaxsiy ma‘lumotlarni oshkor qilish – bularning barchasi kiberzo‘ravonlik shakllaridir. Ular ruhiy beqarorlik va ijtimoiy izolyatsiyaga olib keladi.

Zo‘ravonlikning bolalar psixologiyasiga ta‘siri

Zo‘ravonlik bolalar psixikasiga chuqur va uzoq muddatli zarar yetkazuvchi hodisadir. Bola uchun xavfsizlik, mehr, ishonch va e‘tibor kabi asosiy psixologik ehtiyojlar buzilganda, uning ruhiy holatida jiddiy o‘zgarishlar yuz beradi. Bolalik – shaxsiyat shakllanadigan eng muhim bosqich bo‘lgani sababli, bu davrda boshdan

kechirilgan tazyiq yoki zo‘ravonlik bola ongida mustahkam iz qoldiradi. Natijada u o‘zini himoyasiz, qadrsiz va keraksiz deb his eta boshlaydi.

Zo‘ravonlik bolaning emotsional rivojlanishiga birinchi bo‘lib ta‘sir qiladi. Bola doimiy qo‘rquv, xavotir va ishonchsizlik holatida yashaydi. Uning his-tuyg‘ulari noturg‘un bo‘lib qoladi: ba‘zan tajovuzkorlik, ba‘zan esa passivlik ko‘rinishida namoyon bo‘ladi. U o‘z his-tuyg‘ularini ochiq ifoda eta olmaydi, ularni bosib yashashga majbur bo‘ladi. Natijada ruhiy beqarorlik, yig‘loqilik, asabiylik yoki sovuqqonlik kabi belgilar paydo bo‘ladi. Bunday bolalar ko‘pincha o‘zlarini aybdor his qilishadi va “men yomonman” degan ichki ishonch shakllanadi. Bu esa o‘ziga bo‘lgan ishonchning pasayishiga, o‘zini qadrlamaslikka olib keladi.

Zo‘ravonlik bolaning bilish jarayonlarini ham izdan chiqaradi. Doimiy stress sharoitida bolaning diqqat, xotira va tafakkur jarayonlari sustlashadi. U o‘qishga e‘tibor qaratolmaydi, yangi ma‘lumotni qabul qilishda qiyinchiliklar yuz beradi. Buning natijasida o‘qishdagi muvaffaqiyatsizliklar ortib boradi, o‘z qobiliyatiga ishonch yo‘qoladi va motivatsiya pasayadi. Bu holat “men baribir hech narsaga yaramayman” degan fikrni shakllantiradi, bu esa kelgusida ijtimoiy faoliyatda sustkashlikka sabab bo‘ladi.

Zo‘ravonlik bolaning ijtimoiy munosabatlariga ham salbiy ta‘sir ko‘rsatadi. U odamlarga ishonmay qo‘yadi, muloqotdan qochadi yoki, aksincha, tajovuzkorlik orqali o‘zini himoya qiladi. Bu jarayon ijtimoiy izolyatsiya yoki nizolarga moyillikni kuchaytiradi. Ba‘zi bolalar o‘z his-tuyg‘ularini yashirish uchun yolg‘izlikni tanlaydi, boshqalari esa o‘zini ko‘rsatish uchun haddan ortiq agressiv bo‘lishadi. Har ikkala holatda ham bola sog‘lom muloqot ko‘nikmalarini yo‘qotadi va jamiyatga moslashishda qiyinchiliklarga duch keladi.

Zo‘ravonlik bolaning ichki dunyosida salbiy o‘zini baholashni shakllantiradi. Bola o‘zini sevilishga loyiq emas deb hisoblaydi, o‘z imkoniyatlariga ishonmaydi. Unga berilgan salbiy so‘zlar va munosabatlar asta-sekin ichki “men” konsepsiyasiga

singib boradi. Natijada bola o'z fikrini himoya qila olmaydigan, boshqalar fikriga bo'ysunuvchi yoki o'ziga nisbatan tajovuzkor shaxsga aylanishi mumkin. Bu jarayon kelajakdagi shaxsiy va ijtimoiy munosabatlarga salbiy ta'sir ko'rsatadi.

Ruhiy travma o'z vaqtida bartaraf etilmasa, u turli psixologik buzilishlarga sabab bo'ladi. Zo'ravonlikka uchragan bolalarda ko'pincha posttravmatik stress buzilishi kuzatiladi. Ular zo'ravonlik sahnalarini qayta-qayta eslaydi, yomon tushlar ko'radi, doimiy xavotirda yashaydi. Ayrim hollarda depressiya, o'zini ayblash, hayotdan norozilik va o'z joniga qasd qilish fikrlari paydo bo'ladi. Bu holatlar bolaning kelajakdagi ruhiy salomatligi uchun jiddiy xavf tug'diradi.

Zo'ravonlik xulq-atvorda ham aks etadi. Bola o'z og'rig'ini yashirish uchun agressivlik yoki befarqlikni himoya mexanizmi sifatida ishlatadi. Ba'zi bolalar itoatsiz, tajovuzkor bo'lib qoladi, boshqalari esa mutlaqo sokin, jim, muloqotdan yiroq holatga kiradi. Bu xatti-harakatlar aslida ichki og'riqning ifodasidir. Ularni jazolash yoki tanqid qilish emas, balki tushunish va qo'llab-quvvatlash zarur.

Zo'ravonlikning salbiy ta'siri faqat bolalik bilan cheklanib qolmaydi. Agar bu jarohat o'z vaqtida davolanmasa, voyaga yetgan hayotda ham u o'z izini qoldiradi. Bunday insonlar odatda o'zini qadrlamaydi, munosabatlarda ishonchsizlik sezadi, qaror qabul qilishda qiynaladi. Ayrim hollarda ular bolaligida ko'rgan zo'ravonlikni o'z farzandlariga nisbatan takrorlaydi, chunki bu holat ularga odatiy tuyuladi. Shu sababli bolalikdagi travmalarni erta aniqlash va ularni bartaraf etish bo'yicha tizimli psixologik yordam ko'rsatish juda muhimdir.

Psixologik yordamning ahamiyati

Psixologik yordam — bu shaxsning ruhiy holatini barqarorlashtirish, stress va travmatik tajribalarni yengib o'tishda unga ko'maklashish, o'z-o'zini anglash va shaxsiy resurslarini qayta tiklashga yo'naltirilgan tizimli jarayondir. Ayniqsa, **zo'ravonlik va tazyiqqa uchragan bolalar** uchun psixologik yordam ularning ruhiy

sogʻligʻini saqlashda, shaxsiy rivojlanishida va ijtimoiy moslashuvida hal qiluvchi ahamiyat kasb etadi.

Zoʻravonlik tajribasi bolaning ruhiyatida chuqur iz qoldiradi. U oʻzini himoyasiz, qadsiz va yolgʻiz deb his qiladi. Shunday holatlarda **psixologik yordamning asosiy vazifasi** — bolaning oʻziga boʻlgan ishonchini qayta tiklash, emotsional jarohatlarni yengish va ijobiy hayotiy qarashlarni shakllantirishdir. Bu jarayonda **mutaxassisning empatik tinglashi, sokin va xavfsiz muhit yaratishi,** hamda **mos psixologik texnikalardan foydalanishi** muhim rol oʻynaydi.

Psixologik yordam bolaning emotsional holatini barqarorlashtiradi. Bola oʻz his-tuygʻularini ifoda etish, ogʻriqli tajribalarini soʻz bilan bayon etish imkoniga ega boʻladi. Bu jarayon orqali u ichki bosimdan xalos boʻladi, oʻz hislarini boshqarishni oʻrganadi. **Emotsional ventilatsiya** (his-tuygʻularni ifoda etish) bolaning ruhiy salomatligini tiklashning eng muhim qadamlaridan biridir.

Psixologik yordamning yana bir ahamiyatli jihati — bola uchun **xavfsiz psixologik makon** yaratishdir. Bola mutaxassis bilan suhbat davomida hukm qilinmasligiga, tanqid qilinmasligiga ishonch hosil qiladi. Shu orqali u ochiq boʻladi, ishonch his qiladi va muammoni hal etishga tayyor boʻladi. **Ishonchli muloqot** bola va psixolog oʻrtasidagi samarali terapiyaning asosi hisoblanadi.

Psixologik yordam bolaning oʻz-oʻzini anglashini rivojlantiradi. Bola oʻz his-tuygʻulari, qoʻrquvlari, kuchli va zaif tomonlarini anglay boshlaydi. U oʻz hayoti ustidan nazoratni qayta tiklaydi, oʻzgarishlar kiritish imkoniyatini sezadi. Bu esa **oʻziga ishonchni, mustaqil qaror qabul qilishni va masʼuliyat hissini** shakllantiradi.

Zoʻravonlikka uchragan bolalar koʻpincha past oʻzini qadrlashga ega boʻladi. Psixologik yordam jarayonida **pozitiv mustahkamlash, qoʻllab-quvvatlash, muvaffaqiyatlarni eʼtirof etish** orqali bolada ijobiy “men” obrazi shakllanadi. U

o‘zining qadrlı shaxs ekanini his qiladi, “men ham qıla olaman” degan ishonchni qayta hosil qiladi.

Psixologik yordam ijtimoiy moslashuvni ham qo‘llab-quvvatlaydi. Bola asta-sekin boshqalar bilan muloqot qilishni, ishonchli munosabatlar o‘rnatishni, jamiyatda o‘z o‘rnini topishni o‘rganadi. Guruhli terapiyalar, rolli o‘yinlar, muloqot mashqlari orqali u sog‘lom ijtimoiy aloqalar o‘rnatishga tayyorlanadi.

Ota-onalar bilan ishlash ham psixologik yordamning muhim tarkibiy qismidir. Ko‘pincha bola ruhiy tiklanish jarayonida atrofdagilar qo‘llab-quvvatloviga muhtoj bo‘ladi. Shu bois, psixologlar ota-onalarga maslahatlar beradi, ularni bolaning hissiy ehtiyojlarini tushunishga va unga to‘g‘ri munosabatda bo‘lishga o‘rgatadi. **Oilaviy muhitdagi iliqlik va ishonch** bola tiklanishida hal qiluvchi rol o‘ynaydi.

Psixologik yordamning erta ko‘rsatilishi juda muhim. Vaqtida ko‘rsatilgan yordam ruhiy jarohatning chuqurlashib ketishini oldini oladi, kelajakda psixologik buzilishlar (depressiya, xavotir, posttravmatik stress) rivojlanishining oldini oladi. **Kechiktirilgan yordam esa** bola ruhiyatida travma izlarini kuchaytirib, uni yillar davomida qiynovchi omilga aylanishi mumkin.

Psixologik yordamning asosiy yo‘nalishlari va samarali usullari

Psixologik yordamning asosiy yo‘nalishlari zo‘ravonlik va tazyiqqa uchragan bolalarning ruhiy holatini tiklash, o‘ziga bo‘lgan ishonchini qayta shakllantirish hamda ijtimoiy moslashuvni qo‘llab-quvvatlashga qaratilgan. Quyidagi yo‘nalishlar eng samarali hisoblanadi:

- **Emotsional qo‘llab-quvvatlash** – bolaning his-tuyg‘ularini erkin ifoda etishiga yordam berish, uni tinglash, tushunish va xavfsiz muhit yaratish orqali ichki og‘riqni yengillashtirish.
- **O‘zini qadrlashni oshirish** – maqto‘v, rag‘bat va muvaffaqiyatni tan olish orqali bolada “men qadrlı insonman” degan ijobiy qarashni shakllantirish.

- **Stressni kamaytirish va tinchlantirish** – relaksatsiya, nafas mashqlari, art-terapiya, musiqa terapiyasi kabi usullar orqali ruhiy taranglikni pasaytirish.
- **Muloqot va ishonchni rivojlantirish** – individual va guruhli suhbatlar orqali bolaning boshqalar bilan sog‘lom munosabatlar o‘rnatishiga yordam berish.
- **Oilaviy maslahatlar** – ota-onalarni psixologik jarayonlarga jalb etish, ularni bolaning ehtiyojlarini tushunishga va qo‘llab-quvvatlashga o‘rgatish.

Samarali usullar sifatida quyidagilar keng qo‘llaniladi:

- **Art-terapiya** – rasm chizish, haykaltaroshlik, ranglar orqali his-tuyg‘ularni ifoda etish;
- **O‘yin terapiyasi** – o‘yinlar orqali bola ichki kechinmalarini namoyon qiladi va ulardan xalos bo‘ladi;
- **Kognitiv-behavioral terapiya** – salbiy fikrlarni aniqlab, ularni ijobiy qarashlar bilan almashtirishga yordam beradi;
- **Biblioterapiya** – hikoyalar va ertaklar orqali ruhiy jarayonlarga ta’sir ko‘rsatish;
- **Guruhli terapiya** – o‘xshash tajribaga ega bolalar bilan birgalikda muloqot qilish orqali ijtimoiy qo‘llab-quvvatlovni his etish.

XULOSA

Tazyiq va zo‘ravonlikka uchragan bolalar muammosi zamonaviy jamiyat oldida turgan eng dolzarb ijtimoiy-psixologik masalalardan biridir. Zo‘ravonlik nafaqat jismoniy og‘riq, balki bolaning ruhiy holatida chuqur iz qoldiruvchi, uzoq muddatli psixologik oqibatlarga ega bo‘lgan hodisadir. Bolalik davrida yuzaga kelgan har qanday salbiy tajriba shaxsiyat shakllanish jarayoniga to‘g‘ridan-to‘g‘ri ta’sir ko‘rsatadi, uning o‘ziga bo‘lgan ishonchi, ijtimoiy faolligi va emotsional barqarorligiga putur yetkazadi.

Zo‘ravonlikning ta‘siri bolaning his-tuyg‘ularida beqarorlik, xavotir, ishonchsizlik, o‘zini ayblash, past o‘zini baholash kabi salbiy holatlarda namoyon bo‘ladi. Shuningdek, bu holat bola xulq-atvorida o‘z ifodasini topadi — u tajovuzkor yoki, aksincha, passiv bo‘lib qoladi, o‘qishdagi motivatsiyasini yo‘qotadi, muloqotdan chetlanadi va jamiyatga moslashishda qiyinchiliklarga duch keladi. Bularning barchasi bolaning shaxsiy va ijtimoiy rivojlanish jarayonini sekinlashtiradi, kelajakda ruhiy muammolarga olib kelishi mumkin.

Shu bois, zo‘ravonlik va tazyiqqa uchragan bolalarga **psixologik yordam ko‘rsatish** — ularning sog‘lom shaxs sifatida shakllanishida muhim omil hisoblanadi. Bunday yordam bolaning emotsional holatini barqarorlashtirish, ichki og‘riqni yengish, o‘ziga bo‘lgan ishonchni tiklash va hayotga ijobiy qarashni shakllantirishga xizmat qiladi. Psixologik yordam jarayonida bolalar o‘z his-tuyg‘ularini ifoda etishni o‘rganadi, travmatik tajribalardan xalos bo‘ladi, muloqot va ishonch ko‘nikmalarini rivojlantiradi. Shuningdek, oilaviy maslahatlar orqali ota-onalar bola ruhiyatidagi o‘zgarishlarni tushunishga va unga zarur qo‘llab-quvvatlovni ko‘rsatishga o‘rgatiladi.

Psixologik yordamning samaradorligi, avvalo, individual yondashuvga, xavfsiz va qo‘llab-quvvatlovchi muhit yaratishga, shuningdek, art-terapiya, o‘yin terapiyasi, kognitiv-behavioral yondashuv kabi amaliy usullarni qo‘llashga bog‘liqdir. Bu usullar bolaning ichki dunyosini ochishga, og‘riqli his-tuyg‘ularni qayta ishlashga va ijobiy emotsional tajribani shakllantirishga yordam beradi.

Shuni alohida ta‘kidlash joizki, **psixologik yordamning erta ko‘rsatilishi** bolaning ruhiy tiklanishida hal qiluvchi rol o‘ynaydi. Vaqtida ko‘rsatilgan yordam nafaqat mavjud muammolarni bartaraf etadi, balki kelgusidagi psixologik buzilishlarning oldini oladi. Aksincha, yordamning kechikishi travma chuqurlashishiga, ichki og‘riqning surunkali tus olishiga va shaxsiy rivojlanishda jiddiy to‘siqlarga sabab bo‘ladi.

Foydalanilgan adabiyotlar

1. Karimova V.M. **“Psixologiya asoslari”**. – Toshkent: “O‘zbekiston” nashriyoti, 2019.
2. G‘oziyev E.G‘. **“Umumiy psixologiya”**. – Toshkent: Fan, 2020.
3. Jalilova G.T. **“Bolalar psixologiyasi”**. – Toshkent: TDPU nashriyoti, 2021.
4. Abdurahmonova M. **“Psixologik xizmat va maslahat berish asoslari”**. – Toshkent: Innovatsiya Ziyo, 2022.
5. Ergasheva N. **“Zo‘ravonlikka uchragan bolalar bilan ishlashda psixologik yondashuvlar”** // Psixologiya fanlari jurnali. – 2023. №2. – B. 45–52.
6. World Health Organization (WHO). **“Violence against children: Global status report”**. – Geneva, 2021.
7. UNICEF. **“Ending Violence Against Children”**. – New York, 2020.
8. American Psychological Association (APA). **“Trauma and Child Development”**. – Washington D.C., 2022.
9. Krug, E. G., Dahlberg, L. L., Mercy, J. A., Zwi, A. B., Lozano, R. **“World Report on Violence and Health”**. – Geneva: WHO, 2020.
10. Овчарова Р.В. **“Психологическая помощь детям, пережившим насилие”**. – Москва: Академия, 2019.
11. Захарова Е.И. **“Психологическая коррекция последствий насилия у детей”** // Вопросы психологии. – 2021. №4. – С. 65–72.
12. Petrovic, J. **“Psychological Support for Abused Children: Strategies and Practices”** // Journal of Child Psychology, 2022, Vol. 47(3), pp. 210–225.
13. Murodova N. **“Inklyuziv ta’limda bolalar psixologik qo‘llab-quvvatlovi”** // Ta’lim va fan jurnali. – 2023. №3. – B. 30–36.
14. WHO & UNICEF. **“INSPIRE: Seven Strategies for Ending Violence Against Children”**. – Geneva, 2020.