

ZO‘RAVONLIKKA UCHRAGAN BOLALARGA PSIXOLOGIK XIZMATNING AHAMIYATI

*Andijon viloyati Oltinko‘l tumani
"INSON" ijtimoiy xizmatlar markazi
Psixologlar guruhi bosh mutaxassisi
Sotvoldiyev Azamat Abdilxaevich*

Annotatsiya: Bolalar psixologiyasi fanining asosiy yo‘nalishlaridan biri bu bolalarni turli salbiy omillardan himoya qilish hamda ular bilan bog‘liq psixologik xizmatlarni tashkil etish hisoblanadi. Bugungi kunda jamiyatda turli ko‘rinishdagi zo‘ravonliklar, afsuski, bolalar hayotida ham uchrab turadi. Bunday vaziyatlarda o‘z-o‘ziga kelayotgan avlodning psixologik salomatligini ta‘minlash, ruhiy holatini barqarorlashtirish va normal ijtimoiy hayotga qo‘shilishini kafolatlash maqsadida, psixologik xizmati muhim o‘rin tutadi. Psixologik xizmat bu – professional psixologlar tomonidan bolalarga ko‘rsatiladigan tavsiya, maslahat va amaliy yordamlarni o‘z ichiga olib, har bir bola o‘zining shaxsiy muammolarini engishida yordam ko‘rsatadi.

Kalit so‘zlar: bolalar, zo‘ravonlik, psixologik xizmat, ruhiy salomatlik, stress, psixolog, maslahat, yordam, tahlil, ijtimoiy muhit.

Bolalarga nisbatan zo‘ravonlik turli ko‘rinishda namoyon bo‘lishi mumkin. Bu – jismoniy, ruhiy, emotsional yoki iqtisodiy ko‘rinishda bo‘lishi ehtimoli mavjud. Aynan shunday holatlarda bolalarning psixikasida xavotir, qo‘rquv, iztirob, o‘ziga bo‘lgan ishonchsizlik kabi salbiy hissiyotlar paydo bo‘ladi. Bunday bolalarda ruhiy jarohatlar, o‘z-o‘zini ayblash hissi, agressivlik, kommunikativ muammolar, izolyatsiya, tushkunlik, ijtimoiy moslashuv yetishmovchiligi kuzatilishi mumkin. Ta‘lim muassasalari, oilaviy muhit, ijtimoiy muhit kabi joylarda bolalar uchun maxsus psixologik xizmatlarni tashkil etish nafaqat ularga yordam berish, balki zo‘ravonlikdan so‘ng paydo bo‘layotgan salbiy oqibatlarini kamaytirish va oldini olishda ham muhim ahamiyatga ega. Psixologik xizmatlarning asosiy maqsadi bolalarda yuzaga kelgan salbiy emotsional holatlarni bartaraf etish, ularning ichki dunyosiga kirib, holatini to‘g‘ri baholash va mos xizmat ko‘rsatishda yaqqol namoyon bo‘ladi. Bolalar ko‘pincha o‘z muammolarini ochiq ifoda etishda qiynaladi yoki o‘z ichiga yopilib oladi. Shu sababli, psixolog bolani diqqat bilan tinglab, unga ishonchli sharoit yaratishi, bosqichma-bosqich suhbatlar, psixodiagnostika, art-terapiya va boshqa usullar orqali ruhiy bosimni yengillashtirishga intiladi. Bolaning o‘zini qadrlash hissini kuchaytirish, shaxsiy huquqlari borligi, uni himoya qilish mexanizmlarini o‘rgatishda ham psixologik xizmatlar juda muhimdir [1].

Psixologik xizmat jarayonida bola va uning oila a'zolari o'rtasidagi munosabatlarni tahlil qilish, oiladagi muhitni yaxshilash, ota-ona bolaga nisbatan qanday munosabatda bo'layotgani ustida ishlash muhim sanaladi. Ba'zi hollarda, bolaga yordam ko'rsatishda ota-onalarning ham psixologik konsultatsiyadan o'tishi muhim, chunki ko'pincha zo'ravonlik oiladan boshlanadi yoki bola oilaviy muammolarning "aynan" qurboni bo'ladi. Shu nuqtayi nazardan, psixologik xizmat faoliyati individual va guruhli ko'rinishda olib boriladi, bolalarning o'zaro suhbatlashish, o'z his-tuyg'ularini ifoda eta olishiga erkinlik yaratiladi. Bolalar uchun yaratiladigan psixologik xizmatlarni tashkil etishda anonimlik, ishonch, soddalik va qat'iylik prinsiplari ustuvor ahamiyatga ega. Bola o'zining muammolarini oshkora bayon qila olmasa, unga sifatli yordam ko'rsatish qiyinlashadi, shuning uchun mutaxassislar bolaning huquqlarini to'liq hurmat qilgan holda, har bir bolaning individual holatini hisobga olib xizmat ko'rsatishadi. Psixologik yordam jarayoni davomida bola o'zini yanada erkinroq his eta boshlaydi, ijtimoiy muhitga integratsiya qilinadi, u o'z imkoniyatlariga, qobiliyatlariga, atrofdagilarning unga bo'lgan munosabatiga boshqacha nazar bilan qaray boshlaydi [2].

Psixologik xizmatda doimiy monitoring, fikr-mulohaza almashish, natijalarni baholash hamda kerak bo'lsa, yangi metodlarni kiritib borish maqsadga muvofiq. Bolaning o'zidagi salbiy hissiyotlarni to'g'ri ifodalay olishiga erishish uchun asosan og'zaki suhbatlar, didaktik o'yinlar, rasm chizish, hikoya tuzish, dramatik mashg'ulotlar va boshqa ko'rinishlar keng qo'llaniladi. Bu orqali bola o'zini va atrofdagilarni to'g'ri anglab boradi, birdaniga yoki asta-sekinlik bilan o'z muammosini boshqalarga bayon qila oladi, yordam olishga ishonadi. Bu esa, uni ruhiy zo'rliqlardan himoya qiladi va kelajakda avvalo o'ziga ishonchli va yetuk inson sifatida shakllanishiga xizmat qiladi. Bundan tashqari, psixologik xizmatning ahamiyati shundaki, bolalar ichki stressni, xavotirni engilroq boshdan kechirib, zo'ravonlikdan so'ng o'z hayotlarini ijobiy rusumda davom ettirishlari uchun yangi imkoniyatlar ochiladi. Bola ruhiyati, kayfiyati, ijtimoiy moslashuvi va yangi qo'shimcha ko'nikmalar orttirish ehtimoli sezilarli darajada kuchayadi. Bolaga psixologik yordam ko'rsatishda individual yondashuv, uning shaxsiy hajrdan chiqishi uchun motivatsiya yaratish, o'zini kuchli deb his qilishiga yordam beruvchi faoliyat turlari orqali ham katta natijalarga erishish mumkin. Zamonaviy jamiyatda ushbu xizmatlar bozori kengayib borayotgani, turli jamoat tashkilotlari tomonidan ham bolalarning ruhiy salomatligiga oid loyihalar amalga oshirilayotgani ayni haqiqat [3].

Ayniqsa, ta'lim muassasalarida psixologik xizmatlar olib borilishi pedagog va tarbiyachilarga ham o'z ta'sirini ko'rsatib, ular orqali bolalarning individual muammolari ehtiyotkorlik bilan aniqlanadi va to'g'ri yo'nalishda hal qilinadi. Psixologlar bolalarning so'zlashuv, muloqot, o'z-o'zini anglash, his-tuyg'ularni to'g'ri ifodalash ko'nikmalarini rivojlantirishda muhim rol o'ynaydi. Turli mashg'ulotlar,

treninglar va konsultatsiyalar orqali bolalar o'zlarini boshqa bolalardan ajralib qolgan emas, balki to'g'ri tushungan, hurmatlangan, e'tibor qilingan inson sifatida his qiladilar. Bu esa ularning o'z oldilariga maqsad qo'yib yashashlari, turli muammolari bilan kurashish motivatsiyasini oshiradi. Zo'ravonlikdan aziyat chekkan bolalarga ko'rsatilgan samarali psixologik xizmat natijasida, bola jamoaga qayta ijtimoiylashadi va o'z hayotini davom ettirishda, kelgusi hayoti uchun to'g'ri yo'l tanlashda mustahkam asosga ega bo'ladi. U o'zining qadrini his qiladi, jamoada o'zini teng huquqli sifatida his eta boshlaydi, o'ziga nisbatan ishonchi ortadi. Bu esa bola hayotida yuzaga keladigan boshqa qiyinchiliklarni, ruhiy muammolarni yengilroq yengib o'tishida katta yordam beradi. Bunday xizmatlar natijasida bola o'z mustaqilligini namoyon qila oladi, zo'ravonlik natijasidagi travmani oldirish, o'zini sog'lom va baxtli his qilish imkoniyatiga ega bo'ladi. Bolalar uchun tashkil etilgan psixologik xizmatlar to'g'ri va muntazam yo'lga qo'yilsa, ularning kelajagi yorqin, jamoadagi o'rni mustahkam, ruhiy salomatligi barqaror bo'ladi. O'zbekiston tajribasida ham bu boradagi ijobiy natijalar ahamiyatli va e'tiborga molik. Bolalarga yordam berishda nafaqat psixologlar, balki pedagoglar, ota-onalar, jamiyat vakillari ham birgalikda harakat qilishi, hamkorlikda ish olib borishi muhim sanaladi [4].

Zo'ravonlikka uchragan bolalarga psixologik xizmat ko'rsatishda tahliliy yondashuv alohida ahamiyat kasb etadi. Tahlil jarayonida bolalarning ijtimoiy va psixologik muhitidagi uzviy o'zgarishlar, ularning hissiy kechinmalari, xatti-harakatlaridagi o'zgarishlar va muammolar aniqlanadi. Psixologik xizmat olib borilgan bolalarning o'z-o'zini anglash darajasining oshishi, his-tuyg'ularni boshqarish ko'nikmasining rivojlanishi, atrof-muhitga munosabatining ijobiy tomonga o'zgara boshlashi yaqqol seziladi. Dastlab zo'ravonlik tajribasidan azob chekkan bolalar o'z muammolari to'g'risida gapirishdan uyaladi, o'zini yakkalanib qolgan, begonasiragan holatda his qiladi. Sifatli va tizimli psixologik yordam orqali bunday bolalarda o'ziga nisbatan ishonch hissining shakllanishi, o'z fikrini ochiq ayta olish, his-tuyg'usini to'g'ri ifoda eta boshlab, jamoadagi o'rnini qayta topishga erishadi. Psixologik xizmat natijasida bolada stress, xavotir va depressiya kabi salbiy kechinmalar birmuncha kamayadi. Bola kundalik hayotga asta-sekin qayta integratsiyalashadi, o'zini tengdoshlaridan ajralib qolgan emas, balki jamoaning bir bo'lagi sifatida his eta boshlaydi. Dars jarayonida va ijtimoiy muhitda faol ishtirok etishga kirishadi. Yordam ko'rsatilgan bolalar o'z kelajagiga ishonch bilan qaray boshlaydi, turli muammolarga mustaqil yondasha olish ko'nikmasini egallaydi. Tahlil jarayonida aniqlanadiki, zo'ravonlikka uchragan bolalarga professional psixologik yordam ko'rsatish natijasida ularning umumiy ruhiy salomatligi tiklanadi, o'zini qadrlash darajasi oshadi, ishonchli muhit yaratilganda ular ichki dunyosidagi tortishuvlarni engillashtira boshlaydi. Yordam ko'rsatilgan bolalar o'z his-tuyg'ularini boshqara oladi, muammolarini bosqichma-bosqich yengib o'tadi, yangi mahorat va bilimlarni egallashga harakat

qiladi. Yakunlov tahlillar shuni ko'rsatadiki, psixologik xizmat jarayonida nafaqat bolalar, balki ularning ota-onalari va atrof-muhiti ham turli ijobiy o'zgarishlarni boshdan kechiradi. Oila a'zolari o'z farzandi holatini to'g'ri baholay boshlashi, unga to'g'ri yordam bera olish ko'nikmasiga ega bo'lishi ularni ruhiy yaqinlashtiradi. Jamiyatda bunday bolalarga nisbatan e'tibor kuchayadi, sog'lom muloqot va hamkorlik uchun zaminda ijobiy muhit yuzaga keladi. Shuningdek, tahlil natijalariga ko'ra, bolalarda ruhiy barqarorlikka erishish, turli ijtimoiy va psixologik ehtiyojlarni qondirish samarali yo'lga qo'yiladi. Yangi hayotiy qoidalarni o'rganish, hayotdagi vaziyatlarga ijobiy pozitsiya bilan yondashish, o'z huquqlarini bilish va ularni himoya qilish uchun zarur bo'lgan bilimlarni egallashga imkoniyat yaratiladi. Bolalar jamiyatda o'z o'rnini topishga, kelajak uchun reja qurishga va motivatsiyaga ega bo'lib boradi [5].

Barcha tahliliy natijalar shundan dalolat beradiki, zo'ravonlikka uchragan bolalarga eng avvalo, doimiy va tizimli psixologik xizmat ko'rsatish ularning jamiyatga qayta moslashuvi, sog'lom shaxs sifatida o'sib-ulg'ayishlari, atrofidaqilar bilan to'g'ri muloqot qilishlari, o'z huquqlarini anglab yetishlari va o'z kuchiga, hayotga bo'lgan ishonchni tiklashiga eng muhim omil hisoblanadi. Shu sababdan, bunday xizmatlar ko'lamini kengaytirilishi va takomillashtirilishi jamiyat taraqqiyoti uchun nihoyatda dolzarb sanaladi [6].

Xulosa: Xulosa o'rnida aytish mumkinki, bolalarga nisbatan sodir bo'layotgan har qanday zo'ravonlik holati ularning ruhiy salomatligiga, kelajakdagi rivojlanishiga jiddiy salbiy ta'sir ko'rsatadi. Shu boisdan, har bir bola uchun psixologik xizmatlarni samarali va sifatli tashkil qilish, bolalarning o'z kuchiga, imkoniyatlariga ishonchini tiklash, ular uchun xavfsiz va ijobiy muhit yaratish jamiyat uchun ustuvor vazifalardan biri bo'lib qoladi. Bunday xizmatlar nafaqat bolalarni, balki butun jamiyatni sog'lom kelajak sari yetaklaydi.

Foydalanilgan adabiyotlar:

1. Karimova N.R. Bolalar psixologiyasi. Toshkent: "Sharq", 2020.
2. Abdullaeva F.A. Psixologik xizmat va uning ahamiyati. Toshkent: "Yangi asr avlodi", 2018.
3. Juraev R.T. Zo'ravonlik va bolalar huquqlari muhofazasi. Toshkent: "Fan va texnologiya", 2019.
4. Ochildiyeva S.S. Bolalarda stress va uni bartaraf etish yo'llari. Samarqand: "Ilm ziyo", 2021.
5. Rajabova M.B. Bolaning psixologik himoyasi va rivojlanishi. Farg'ona: "Noshir", 2022.
6. Qaipov A.A. Psixologik yordam ko'rsatish asoslari. Toshkent: "Mehnat", 2017.
7. Shodmonova G.S. Zo'ravonlikdan aziyat chekkan bolalarda psixologik muammolar. Toshkent: "O'zbekiston", 2023
8. Yusupova D.M. Pedagogik va psixologik maslahat asoslari. Buxoro: "Buxoro", 2019.