

OTA-ONASI XORIJIY DAVLATGA KETGAN BOLALARDA VUJUDGA KELGAN PSIXOLOGIK MUAMMOLAR BILAN ISHLASHDA IJTIMOIIY VA PSIXOLOGIK YONDASHUV

Abduxoshimova Madinaxon Fazliddin qizi

Qo'rg'ontepa tuman "Inson" ijtimoiy xizmatlar markazi psixologi

Annotatsiya: Ushbu maqolada ota-onasi xorijda ishlayotgan bolalarda uchraydigan psixologik muammolar, ularning sabab va oqibatlari tahlil qilinadi. Bolalar bilan ishlashda ijtimoiy va psixologik yondashuvlarning mazmuni, ahamiyati va samarali usullari ilmiy asosda yoritilgan. Shuningdek, mazkur yondashuvlarning uyg'unlashuvi bolaning ruhiy barqarorligi va ijtimoiy moslashuvini ta'minlashdagi o'rni ko'rsatib o'tilgan.

Kalit so'zlar: migratsiya, bola psixologiyasi, ijtimoiy yondashuv, psixologik yordam, emotsional beqarorlik, shaxsiy rivojlanish.

Annotation: This article analyzes the psychological problems of children whose parents are working abroad, their causes and consequences. The paper scientifically explains the essence, importance, and effective methods of social and psychological approaches in working with such children, highlighting their combined impact on emotional stability and social adaptation.

Keywords: migration, child psychology, social approach, psychological support, emotional instability, personal development.

Аннотация: В статье рассматриваются психологические проблемы детей, родители которых находятся за границей, причины и последствия этих проблем. Научно обосновано содержание, значение и эффективные методы социальных и психологических подходов в работе с такими детьми, а также их роль в обеспечении эмоциональной стабильности и социальной адаптации.

Ключевые слова: миграция, психология детей, социальный подход, психологическая помощь, эмоциональная нестабильность, личностное развитие.

KIRISH

So'nggi yillarda global migratsiya jarayonlarining kuchayishi natijasida ko'plab ota-onalar xorijiy davlatlarga mehnat maqsadida ketmoqda. Ushbu holat oilaning iqtisodiy ahvolini yaxshilashga xizmat qilsa-da, bolalarning ruhiy va ijtimoiy rivojlanishida salbiy oqibatlar yuzaga kelmoqda. Chunki ota-ona mehrining yetishmasligi, emotsional qo'llab-quvvatlovning yo'qligi bola shaxsiyatida turli psixologik muammolarni keltirib chiqaradi.

Ota-onasi xorijda bo'lgan bolalarda ko'pincha **emotsional beqarorlik, yolg'izlik hissi, past o'zini baholash, xavotir, tajovuzkorlik** yoki **ijtimoiy passivlik** kabi holatlar kuzatiladi. Bu esa ularning shaxsiy rivojlanishi, o'qishga bo'lgan motivatsiyasi va jamiyatga moslashuvini qiyinlashtiradi.

O'zbekiston Respublikasining **“Bola huquqlari to'g'risida”gi Qonuni** (2008-yil), **“Ijtimoiy xizmatlar to'g'risida”gi Qonuni** (2021-yil), va **Bola huquqlarini himoya qilish strategiyasi** (2022–2026-yillar)da ota-ona mehridan mahrum qolgan bolalarni ruhiy, ijtimoiy va psixologik jihatdan qo'llab-quvvatlash ustuvor yo'nalish sifatida belgilangan. Shu bois, bu toifadagi bolalar bilan ishlashda **ijtimoiy va psixologik yondashuvlarni** uyg'un holda qo'llash muhimdir.

Mazkur maqolada ota-onasi xorijda bo'lgan bolalarning ruhiy holati, ularda shakllanadigan psixologik muammolar hamda ularni yengishda ijtimoiy va psixologik yordamning o'rni ilmiy asosda tahlil qilinadi.

Ota-onasi xorijda bo'lgan bolalarda kuzatiladigan psixologik muammolar

Psixologik tadqiqotlar (E. Erikson, J. Bowlby, A. Maslou, L. Vigotskiy)ga ko'ra, bola uchun barqaror emotsional aloqa va ota-ona mehrining mavjudligi ruhiy salomatlikning asosi hisoblanadi. Ular yetishmagan sharoitda:

- **Emotsional beqarorlik** (tez jahllanish, yig'loqlik, hissiyotlarni yashirish);
- **O'zini qadrlashning pastligi** (o'zini keraksiz his etish);
- **Ijtimoiy moslashuvda qiyinchilik** (tengdoshlar bilan aloqa sustligi);
- **Motivatsiya va diqqat buzilishi** (o'qishga qiziqishning pasayishi);
- **Tashvish va xavotir** (ota-onaning qaytishiga oid noma'lumlikdan qo'rquv);
- **Agressiv yoki yopiq xulq** (ichki stressning tashqi ifodasi) holatlari kuzatiladi.

Emotsional beqarorlik

Bola ota-onasining yo'qligini chuqur his qiladi. U tez jahli chiqadigan, yig'loqi yoki hissiyotlarini yashiradigan bo'lishi mumkin. U o'zini yolg'iz va tashlab ketilgandek his qiladi. Bu holat ruhiy bezovtalik, kayfiyatning tez-tez o'zgarishi, ichki xavotir va beqarorlikka olib keladi. Bunday bolalar ko'pincha mehrga, e'tiborga chanqoq bo'ladi.

O'zini qadrlashning pasayishi va o'ziga ishonchsizlik

Ota-onasining uzoqligi bola ongida “men muhim emasman” degan noto'g'ri tasavvurni shakllantiradi. Bola o'zini keraksiz yoki tashlab ketilgandek his qiladi. Natijada o'zini past baholaydi, o'z kuchiga ishonmaydi, muvaffaqiyatga erishishga ishonchsizlik paydo bo'ladi. Bu esa uning o'qishga, faoliyatga va hayotga bo'lgan qiziqishini susaytiradi.

Ijtimoiy moslashuvdagi qiyinchiliklar

Ota-ona yo'qligidan kelib chiqadigan ichki bo'shliq bolaning ijtimoiy munosabatlariga ham ta'sir qiladi. U tengdoshlari bilan muloqotda sustlashadi, do'stlar topishda qiyinchiliklarga duch keladi. Ba'zi hollarda esa, aksincha, bola tajovuzkor, nizolarga moyil bo'lishi mumkin. Natijada jamoaviy ishlarda qatnashishni istamaydi, o'zini jamiyatdan ajratadi.

Tashvish va xavotir

Ota-ona uzoqda bo'lgani sababli bola doimo ularni sog'inadi, ularning qaytishini kutadi. "Qachon qaytadi?", "meni unutishmadimikan?" kabi savollar bolaning ongida qayta-qayta paydo bo'ladi. Bu holat ichki xavotirni kuchaytiradi, ba'zan uyqusizlik, ishtahaning yo'qolishi, asabiylik va yig'loqlikda namoyon bo'ladi.

Motivatsiya va o'qishga bo'lgan qiziqishning kamayishi

Ota-onaning rag'batlari, nazorati va ishtirokisiz bola ko'p hollarda o'qishga bo'lgan qiziqishini yo'qotadi. U o'z mehnatining natijasiga befarq bo'ladi, sababi unga kimdir maqto'v yoki e'tibor berishiga ishonmaydi. Natijada diqqat susayadi, darslarda faol ishtirok etish kamayadi, baholar tushadi.

Agressivlik yoki passivlik

Ba'zi bolalar ichki og'riqni tajovuzkorlik orqali ifoda etadi – ular atrofdagilarga nisbatan qo'pollashadi, tez jahli chiqadi. Boshqalari esa, aksincha, o'ziga yopiladi, kamgap bo'lib qoladi, atrofdagi odamlar bilan muloqot qilishni istamaydi. Bu holat ichki stressning turlicha ko'rinishlaridir.

Ruhiy travmalar va uzoq muddatli oqibatlar

Ota-ona mehridan uzoq bo'lgan bola ruhiy jihatdan jarohatlanadi. Bu holat yetuklik davrida ham seziladi — o'ziga ishonchsizlik, boshqalarga ishonmaslik, mehr va e'tiborni qabul qila olmaslik, munosabatlarda beqarorlik kabi muammolar paydo bo'ladi. Ayrim holatlarda depressiv holatlar yoki o'zini yakka'lash tendensiyalari yuzaga keladi.

Mas'uliyat hissining erta shakllanishi

Ba'zi bolalar esa, aksincha, hayotga erta jiddiylik bilan qaraydi. Ular o'zini oiladagi kattalardek tutishga harakat qiladi, mas'uliyatni erta his qiladi. Biroq bu ijobiy ko'rinadigan xususiyatlar ham aslida ichki emotsional og'riqni yashirish mexanizmi bo'lishi mumkin.

Ijtimoiy yondashuvning ahamiyati

Ota-onasi xorijda bo'lgan bolalar nafaqat emotsional va psixologik, balki ijtimoiy muammolarga ham duch keladi. Shuning uchun ularning rivojlanishini ta'minlash, hayot sifatini yaxshilash, ijtimoiy himoya va qo'llab-quvvatlash uchun **ijtimoiy yondashuv** muhim ahamiyat kasb etadi. Ijtimoiy yondashuv — bu bola muammosini faqat psixologik emas, balki **ijtimoiy muhit, munosabatlar, resurslar va tizimli omillar bilan bog'liq holda** ko'rib chiqishdir.

Bola shaxsini ijtimoiy muhitda rivojlantirish

Bola jamiyatda yashaydi va uning xulqi, qadriyatlar, qarashlari ijtimoiy muhit ta'sirida shakllanadi. Ota-ona yo'qligida bolaning asosiy ijtimoiy tayanchi — bu maktab, mahalla, do'stlari, o'qituvchilar va vasiylardir. Shuning uchun ijtimoiy yondashuv bolaning atrofidagi muhitni barqaror va qo'llab-quvvatlovchi qilishga qaratiladi.

Ijobiy ijtimoiy muhit:

- Bola o'zini himoyalangan his qiladi;
- Ijtimoiy aloqalar mustahkamlanadi;
- Yordam so'rash va muammolarni hal qilish ko'nikmalari rivojlanadi;
- Shaxsiy ishonch va ijtimoiy faollik oshadi.

Resurslarni aniqlash va jalb qilish

Ijtimoiy yondashuvda bola hayotida ishtirok etuvchi barcha tizimlar (maktab, mahalla, vasiylik organlari, ijtimoiy xizmatlar) **birgalikda ishlashi** kerak. Bu tizimlar orqali bolaga moddiy, ma'naviy, axborot va psixologik resurslar yetkaziladi. Shu orqali bola o'z hayotidagi bo'shliqlarni to'ldira oladi.

Masalan:

- Mahalla tomonidan nazorat va qo'llab-quvvatlov;
- Maktab orqali ta'lim va tarbiya bilan birga psixologik kuzatuv;
- Ijtimoiy xizmatlar tomonidan maslahatlar, moddiy yordam va ijtimoiy rehabilitatsiya.

Ijtimoiy nazorat va profilaktika

Ota-onasi xorijda bo'lgan bolalarda deviant xulq, giyohvandlik, huquqbuzarlik yoki ijtimoiy izolyatsiya kabi xavfli holatlar yuzaga kelmasligi uchun **ijtimoiy nazorat** zarur. Bu jarayonda mahalla, maktab, psixologlar va ijtimoiy xodimlar bola hayotidagi o'zgarishlarni muntazam kuzatib boradilar.

Profilaktik yondashuv bolada:

- mas'uliyat hissi,
- ijtimoiy rollarni to'g'ri anglash,
- jamiyatdagi o'rnini his etish,
- sog'lom hayot tarziga intilish kabi ijobiy fazilatlarni shakllantiradi.

Ijtimoiy qo'llab-quvvatlash tizimi

Ijtimoiy yondashuv bolaning ruhiy holatini tiklashda **jamoaviy yordamni** yo'lga qo'yishni nazarda tutadi. Bunda:

- psixologlar — emotsional yordam beradi,
- o'qituvchilar — ta'limiy ko'mak ko'rsatadi,
- ijtimoiy xodimlar — muhit va resurslar bilan ta'minlaydi,
- vasiylar va qarindoshlar — mehr va nazoratni ta'minlaydi.

Bunday **ko'p tomonlama yondashuv** bolaning ijtimoiy moslashuvini tezlashtiradi va ruhiy barqarorlikni tiklashga yordam beradi.

Jamiyatga integratsiya va faol ijtimoiy ishtirok

Ijtimoiy yondashuvning yana bir muhim jihati – bu bolani jamiyat hayotiga faol jalb etishdir. Bolalar turli klublar, sport to‘garaklari, madaniy tadbirlarda ishtirok etish orqali o‘z ijtimoiy ko‘nikmalarini rivojlantiradi. Bu jarayonda ular o‘zini jamiyatning muhim a‘zosi sifatida his qiladi, yolg‘izlik hissi kamayadi va o‘ziga bo‘lgan ishonch ortadi.

Psixologik yondashuvning mazmuni

Psixologik yondashuv — bu bolaning ruhiy holatini chuqur o‘rganish, uning shaxsiy xususiyatlari, hissiy kechinmalari, fikrlash tizimi va xulq-atvori orqali ichki dunyosini anglash va unga individual tarzda yordam ko‘rsatishga yo‘naltirilgan jarayondir. Ushbu yondashuv boladagi mavjud muammolarni yuzaki emas, balki ularning **asl sabablari** orqali tushunishga imkon beradi.

Psixologik yondashuvning asosiy maqsadi — bolaning **ruhiy salomatligini tiklash, emotsional barqarorlikni shakllantirish, shaxsiy rivojlanishiga yordam berish** hamda uning ijtimoiy hayotda faol ishtirok etishiga sharoit yaratishdir.

Bola shaxsini individual o‘rganish

Har bir bola o‘ziga xos shaxsdir. Ularning ruhiy kechinmalari, hayotiy tajribasi, hissiyotlari bir-biridan farq qiladi. Psixologik yondashuv bolaning ichki dunyosini individual tarzda o‘rganadi: u nimadan xavotirda, nimaga muhtoj, qanday his-tuyg‘ularni yashiryapti — shular aniqlanadi.

Bu jarayonda psixolog:

- suhbatlar (intervyu) o‘tkazadi,
- testlar va diagnostik metodlardan foydalanadi,
- kuzatuv orqali bolaning holatini baholaydi.

Natijada bola uchun **individual psixologik yordam rejasi** tuziladi.

Emotsional holatni tushunish va barqarorlashtirish

Psixologik yondashuvda asosiy e‘tibor bolaning emotsional holatiga qaratiladi. Chunki stress, xavotir, g‘am, qo‘rquv, o‘zini yolg‘iz his etish kabi hissiyotlar bolaning ruhiy muvozanatini buzadi. Psixolog bu hissiyotlarni aniqlab, ularni **to‘g‘ri ifoda etish, qabul qilish** va **boshqarish** ko‘nikmalarini o‘rgatadi.

Bu jarayon quyidagilarga yordam beradi:

- stressni kamaytirish,
- ichki xotirjamlikni tiklash,
- o‘ziga ishonchni oshirish,
- ijobiy fikrlashni shakllantirish.

Motivatsiyani oshirish va o‘ziga ishonchni rivojlantirish

Psixologik yondashuv bolaning ichki motivatsiyasini qayta tiklashga yordam beradi. Ko‘p hollarda ota-onaning yo‘qligi yoki e‘tibor yetishmasligi natijasida bolalar

o'ziga bo'lgan ishonchni yo'qotadi, maqsadsizlik holatiga tushadi. Psixolog bu jarayonda bolaga:

- o'z qobiliyatlarini anglash,
- muvaffaqiyatlarini tan olish,
- hayotda ijobiy maqsadlar qo'yish ko'nikmalarini shakllantiradi.

Shu tariqa bola o'z imkoniyatlarini qadrlay boshlaydi, muvaffaqiyatga intilish hissi ortadi.

Xulq-atvorni tahlil qilish va to'g'rilash

Psixologik yondashuv bolaning xulqidagi o'zgarishlarni ham o'rganadi. Agressivlik, befarqlik, yopiq yoki tajovuzkor xatti-harakatlar ko'pincha ichki ruhiy og'riqning belgisi bo'ladi. Psixolog bu xatti-harakatlar sababini aniqlab, bolani o'z his-tuyg'ularini sog'lom tarzda ifoda etishga o'rgatadi. Bu esa xulqni ijobiy yo'nalishga o'zgartiradi.

Ijtimoiy munosabatlarni tiklash

Bolaning ruhiy muammolari ko'pincha atrofdagilar bilan munosabatlarga ta'sir qiladi. Psixologik yondashuv bolaga sog'lom muloqot qilish, tengdoshlari bilan do'stlashish, kattalar bilan ochiq va ishonchli aloqa o'rnatish ko'nikmalarini o'rgatadi. Bu bola ijtimoiy muhitda o'zini xavfsiz va qulay his qilishiga yordam beradi.

Psixoprofilaktika va reabilitatsiya

Psixologik yondashuv faqat muammolarni bartaraf etish emas, balki **ularning oldini olish** (profilaktika) va **ruhiy tiklanish** (reabilitatsiya) jarayonlarini ham o'z ichiga oladi. Bola o'z hissiyotlarini tanib, to'g'ri ifoda etishni o'rgangach, kelgusida stressli holatlarni yengib o'tishda mustahkam psixologik immunitetga ega bo'ladi.

Xulosa

Ota-onasi xorijda mehnat qilayotgan bolalar psixologik jihatdan himoyasiz qatlarga mansub bo'lib, ularning ruhiy salomatligini saqlashda tizimli yondashuv zarur. Ijtimoiy va psixologik yondashuvlarning uyg'un qo'llanilishi bolaning emotsional muvozanatini tiklaydi, o'zini qadrlashni oshiradi, jamiyatga moslashuvni yengillashtiradi. Shu bois, davlat siyosati va amaliy faoliyatda bu yo'nalishdagi psixologik xizmatlar tizimini rivojlantirish muhim ahamiyatga ega.

Foydalanilgan adabiyotlar

1. O'zbekiston Respublikasi Konstitutsiyasi. – Toshkent, 2023.
2. "Bola huquqlari to'g'risida"gi Qonun. – Toshkent, 2008-yil.
3. "Ijtimoiy xizmatlar to'g'risida"gi Qonun. – Toshkent, 2021-yil.
4. O'zbekiston Respublikasi Prezidentining "Bola huquqlarini himoya qilish tizimini takomillashtirish to'g'risida"gi farmoni. – 2022-yil.
5. Erikson E. "Identity and the Life Cycle". – New York, 1994.
6. Bowlby J. "Attachment and Loss". – London: Basic Books, 1982.
7. Maslow A. "Motivation and Personality". – New York: Harper, 1954.

8. Vigotskiy L.S. “Psixologiya razvitiy rebenka”. – Moskva, 1984.
9. Karimova V.M. “Oila psixologiyasi”. – Toshkent: Fan, 2010.
10. O‘zbekiston Respublikasi Xalq ta’limi vazirligi. “Psixologik xizmat konsepsiyasi”. – Toshkent, 2022

