

## OILALARDAGI AJRIM HOLATLARINING O‘QUVCHI YOSHLARGA PSIXOLOGIK TA’SIRLARI

*Karimova Gulfira Burxonovna*

*Samarqand viloyat Kattaqor’gon tuman MMTBga qarashli 66-maktabning amaliyotchi psixolog*

*Muhammadiyahva Hulkar Maxammadi qizi*

*Samarqand viloyat Kattaqor’gon tuman MMTBga qarashli 108-maktabning amaliyotchi psixolog*

**Annotatsiya:** Ushbu maqolada oilaviy ajrimlarning maktab yoshidagi o‘quvchilar ruhiyatiga ko‘rsatadigan ko‘p qirrali ta’sirlari tizimli ravishda tahlil qilinadi. Tadqiqotda ajrim jarayonining bolalarda keltirib chiqaradigan emotsional, kognitiv va xulq-atvor o‘zgarishlari, shuningdek, ushbu travmaning turli yosh davrlaridagi o‘ziga xos xususiyatlari yoritilgan. Maqolada o‘quvchi shaxsini reabilitatsiya qilishda pedagogik-psixologik qo‘llab-quvvatlash tizimining ahamiyati ilmiy asoslab berilgan.

**Kalit so‘zlar:** oilaviy ajrim, psixologik travma, emotsional deprivatsiya, adaptatsiya, kognitiv blokada, deviant xulq-atvor, maktab psixologi, ijtimoiy reabilitatsiya.

Oila har bir inson, ayniqsa, shakllanayotgan yosh avlod uchun tashqi dunyodagi xavf-hatarlardan himoya qiluvchi "psixologik qo‘rg‘on" vazifasini o‘taydi. Bola ushbu muhitda o‘zining qadrlanishini his qiladi, emotsional ishonch topadi va ijtimoiy rollarni o‘zlashtiradi. Biroq, zamonaviy jamiyatda oilaviy inqirozlar va ajrimlar sonining ortishi ushbu qo‘rg‘onning parchalanishiga olib kelmoqda. O‘quvchi yoshlar uchun ajrim — bu shunchaki ota-onaning birga yashamasligi emas, balki ularning barqaror olami, kelajakdagi rejalari va o‘z-o‘ziga bo‘lgan ishonchining qulashidir [1]. Ushbu maqolada ajrimning o‘quvchi shaxsiga ta’sir etuvchi yashirin va ochiq psixologik mexanizmlarini keng ko‘lamda tahlil qilamiz.

**1. Ajrim jarayonining psixologik dinamikasi.** Ajrim bir lahzalik voqea emas, balki uzoq davom etadigan psixologik jarayondir. Psixolog olimi Dj. Uollerstayn tadqiqotlariga ko‘ra, bolaning ajrimga moslashishi bir necha yillarni talab qilishi mumkin.

**Hissiy gomeostazning buzilishi:** Oila a’zolari o‘rtasidagi emotsional bog‘lanish uzilganda, bola "psixologik vakuum"ga tushib qoladi. U o‘zini hech kimga kerakmasdek, himoyasiz va yolg‘iz his qila boshlaydi. Bu holat fanda **emotsional deprivatsiya** deb ataladi, ya’ni bolaning eng yaqin insonlaridan oladigan hayotiy muhim hissiy quvvatdan mahrum bo‘lishi [2].

**2. Yosh xususiyatlariga ko‘ra psixologik reaksiyalar tahlili.** Ajrimning ta’sir darajasi bolaning o’sha paytdagi yoshiga va uning kognitiv rivojlanish darajasiga bevosita bog‘liq.

**Kichik maktab yoshi (6–10 yosh).** Bu davrda bolalar hali mantiqiy xulosalar chiqarishda oqsoqlanishadi va olamdagi barcha hodisalarni o‘zlariga bog‘laydilar (egotsentrizm).

- **Aybdorlik hissi:** Ular ota-onasi o‘rtasidagi janjallarga o‘zlarining "yomon xulqi" yoki "o‘yinchoqlarini yig‘ishtirmagani" sabab bo‘lgan deb o‘ylashadi.
- **Qaytish fantaziyalari:** Ular ota-onasi baribir birga bo‘lishini orzu qilib, xayoliy dunyoga g‘arq bo‘ladilar, bu esa dars jarayonida diqqatning tarqoqligiga olib keladi [3].

**O‘smirlik davri (11–15 yosh).** O‘smirlar uchun ajrim shaxsiyat inqirozi bilan bir vaqtga to‘g‘ri kelgani sababli, u yanada og‘irroq kechadi.

- ✓ **Nihilizm va isyon:** Ota-onasidan nafratlanish, oilaviy qadriyatlarni rad etish. Ular uydagi adolatsizlikni ko‘chada "kuch ko‘rsatish" orqali kompensatsiya qilishga urinadilar.
- ✓ **Ertaga bo‘lgan ishonchsizlik:** O‘zining kelajakdagi oilaviy hayotiga nisbatan pessimistik qarashlar shakllanadi.

**3. Akademik o‘zlashtirish va kognitiv sohadagi inqirozlar.** Oiladagi ajrim bevosita maktab o‘quvchisining intellektual faoliyatini tormozlaydi. Psixologik zo‘riqish sharoitida bosh miyaning kognitiv funksiyalari (xotira, diqqat, mantiqiy fikrlash) susayadi.

- **Kognitiv blokada:** Stress gormonlari (kortizol) darajasi yuqoriligi sababli bola yangi ma’lumotlarni o‘zlashtirishga qiynaladi. "O‘rganishga bo‘lgan qiziqishning yo‘qolishi" aslida bolaning dardi bilan bandligining natijasidir.
- **Maktab fobiya:** Bolada maktabga borishdan qo‘rqish paydo bo‘ladi, chunki u uydagi qolgan ota-onasi ham u yo‘qligida "ketib qolishidan" qo‘rqadi (separatsion xavotir) [4].

**4. Ijtimoiy adaptatsiya va xulq-atvordagi o‘zgarishlar.** Ajrimdan so‘ng o‘quvchining ijtimoiy statusi ko‘pincha salbiy tomonga o‘zgaradi:

1. **Viktimizatsiya:** Bola o‘zini "baxtsiz", "yetim" yoki "nuqsanli" deb hisoblay boshlaydi. Bu esa uning tengdoshlari bilan muloqotida tortinchoqlik yoki haddan tashqari agressivlikni keltirib chiqaradi.
2. **Parentifikatsiya:** Ayrim hollarda bola o‘z zimmasiga kattalarning rolini olishga majbur bo‘ladi (masalan, onasiga tasalli berish, ukalariga qarash). Bu esa bolaning o‘z bolaligidan voz kechishiga va ruhiy toliqishiga olib keladi [5].
3. **Deviant xulq-atvor:** Nazoratning pasayishi va oiladagi tartibning buzilishi natijasida bola salbiy guruhlarga qo‘shilib qolishi, dars qoldirishi yoki huquqbuzarliklar sodir etishi mumkin.

**5. Psixologik reabilitatsiya va profilaktika choralari.** Ajrimdan keyingi davrda o'quvchini qayta tiklash uchun "uchburchak" modeli (Ota-ona — Maktab — Psixolog) asosida ish ko'rilishi lozim.

**Psixologik yordam yo'nalishlari:**

- 🔔 **Katarsis (Hissiy bo'shshish):** Bolaga o'zining qo'rquv va g'azabini xavfsiz yo'l bilan (rasm chizish, qum terapiyasi, ochiq suhbat) chiqarishiga yordam berish.
- 🔔 **Kognitiv qayta ishlash:** Bolaga ota-onasining ajrimiga u sababchi emasligini, ota va ona uni baribir yaxshi ko'rishini muntazam uqtirish [6].
- 🔔 **Pedagogik optimallashtirish:** O'qituvchilar bolaning vaqtincha pasaygan o'zlashtirishiga tushunish bilan qarashlari, uni jamoat ishlariga jalb qilish orqali o'zini kerakli his qilishini ta'minlashlari zarur.

**6. Ota-onalar uchun tavsiyalar (Konstruktiv ajrim madaniyati).** Agar ajrim muqarrar bo'lsa, bolaga yetadigan zararni kamaytirish uchun:

- Bola oldida bir-birini ayblamaslik va haqoratlamaslik.
- Bolaning kundalik rejimini keskin o'zgartirmaslikka harakat qilish.

Ota yoki onaning bola bilan muloqotini cheklamaslik (agar bu xavfli bo'lmasa) [7].

Oilaviy ajrim — bu o'quvchi yoshlar ruhiyatini parchalaydigan jiddiy travmatik omildir. Uning ta'siri yillar davomida saqlanib qolishi va bolaning kelajakdagi ijtimoiy faoliyatiga to'sqinlik qilishi mumkin. Biroq, maktab muhitida bolaga nisbatan ko'rsatilgan e'tibor, psixologik diagnostika va korreksiya ishlari, shuningdek, ota-onalarning ongli yondashuvi ushbu inqirozni o'quvchi uchun "hayotiy tajriba" sifatida qabul qilinishiga va uning ruhiy barqarorligi tiklanishiga yordam beradi. Bizning vazifamiz — ajrimdan so'ng bolani "taqdir hukmiga" tashlab qo'yimaslik, balki unga o'zining yangi ijtimoiy realigida mustahkam o'rin topishiga ko'maklashishdir.

#### Foydalanilgan adabiyotlar:

1. Wallerstein, J. S. *The Unexpected Legacy of Divorce: A 25 Year Landmark Study*. Hyperion, 2000.
2. Hetherington, E. M. *For Better or for Worse: Divorce Reconsidered*. W. W. Norton & Company, 2002.
3. Kon, I. S. *Psixologiya ranniy yunosti*. Moskva: Prosvesheniye, 1989.
4. Amato, P. R. *Children of Divorce in the 1990s: An Update of the Amato and Keith (1991) Meta-Analysis*. Journal of Family Psychology, 2001.
5. Emery, R. E. *Marriage, Divorce, and Children's Adjustment*. SAGE Publications, 1999.
6. Nishatova, N. J. *Oilaviy inqirozlarning bolalar ruhiyatiga ta'siri*. Toshkent, 2023.
7. Prichozhan, A. M. *Psixologiya trevojnosti v detskom vozraste*. Piter, 2009.