

PSIXOLOGIK ZO‘RAVONLIK VA UNING NAMOYON BO‘LISH SHAKLLARI

Yaxyoyeva Shaxnoza Axmadjonovna

Andijon viloyati Asaka tumani 52- umumiy
o‘rta ta’lim maktabi psixologi

Annotatsiya: Psixologik zo‘ravonlikning namoyon bo‘lishiga, shuningdek, haxsning o‘zini o‘zi qadrlashi va qadr-qimmatini pasaytirishga qaratilgan kamsituvchi harakatlar (masalan, doimiy tanqid qilish, shaxsning qobiliyatini kamsitish, haqorat qilish), qo‘rqitish, o‘ziga, sherigiga, bolalariga, do‘stlariga jismoniy zarar yetkazish bilan tahdid qilish yoki sherigining qarindoshlari, uy hayvonlarini o‘ldirish, sherigining shaxsiy narsalarini yo‘q qilish, oila yoki do‘stlardan majburiy izolyatsiya qilish^[18], (o‘tmishdagi zo‘ravonlikni rad etish)^[19] kabilar kiradi.

Kalit so‘zlar: Zo‘ravonlik, qadrsizlanish, azob, xavotir, tayziq, qo‘rqitish

Psixologik zo‘ravonlik, shuningdek, **hissiy yoki ruhiy zo‘ravonlik** – bu psixologik jarohatlarga olib kelishi mumkin bo‘lgan zo‘ravonlik shakli bo‘lib, tashvish, ruhiy tushkunlik, travmadan keyingi^{[1][2][3]} va ikkilamchi travmatik stresslarning buzilishi deb baholanadi. Zo‘ravonlikning bu turi hokimiyat nomutanosibli holatlarida, masalan, haqoratli munosabatlar, bezorilik, ayniqsa ish joyidagi zo‘ravonlik va bolalarga nisbatan zo‘ravonlik qilish ko‘rinishida keng tarqalgan^{[2][3]}.

Bu holat ko‘pincha haqoratli munosabatlardagi kuch muvozanati holatlari bilan bog‘liq bo‘lib, ish joyida zo‘ravonlik, gazlayting va mavqeini suiiste’mol qilish holatlarini o‘z ichiga oladi^{[4][5]}. Shuningdek, qiynoqlar, boshqa zo‘ravonlik holatlarini amalga oshirgan, inson huquqlarini poymol etuvchi shaxslar tomonidan, xususan, sudsiz hibsga olish, yolg‘on ayblovlar, yolg‘on hukmlar va tuhmat, masalan, davlat va ommaviy axborot vositalari tomonidan sodir etilgan taqdirda, noqonuniy deb hisoblaniladi.

Umumiy tarifi

[tahrir | manbasini tahrirlash]

Olimlar va tadqiqotchilar psixologik zo‘ravonlikning turli xil ta’riflari borligini ma’lum qilishgan^[6]. Hozirgi kunda o‘tkazilinayotgan tadqiqotlarga ko‘ra, „psixologik zo‘ravonlik“ va „emotsional zo‘ravonlik“ atamaları, agar psixologik zo‘ravonlik bilan bog‘liq bo‘lmasa, bir-birining o‘rnida qo‘llanilinishi mumkin^[7]. Aniqroq qilib aytganda, „hissiy zo‘ravonlik tabiatan jismoniy emas, balki hissiy bo‘lgan har qanday zo‘ravonlikni o‘z ichiga qamrab oladi“. Bu og‘zaki haqorat va doimiy tanqiddan tortib, qo‘rqitish, manipulyatsiya kabi holatlarni ham o‘z ichiga olishi mumkin. Bu ishonch

va mansabni suiiste'mol qilish, boshqa odamni boshqarishga urinish, kimnidir qo'rquv yoki izolyatsiya ostida saqlash yoki kimningdir o'ziga nisbatan bo'lgan hurmatini buzish uchun so'z yoki harakatlardan foydalangan holatda sodir etiladi^[8].

Hissiy zo'ravonlik turli shakllarda bo'lishi mumkin. Qo'pol xatti-harakatlarning uchta umumiy namunasi, jumladan: tajovuzkorlik, inkor etish va minimallashtirishni o'z ichiga oladi. To'xtatib turish rad etishning yana bir shaklidir. Jazo sifatida tutqunlikda ushlash, tinglashdan, muloqot qilishdan bosh tortish va hissiy jihatdan chekinish holatlarini ham o'zida mujassamlashtiradi^[9]. Emotsional zo'ravonlikning aniq ta'rifi bo'lmasa ham, hissiy zo'ravonlik og'zaki va psixologik zo'ravonlikdan tashqari bo'lgan boshqacha ko'rinishdagi ta'rifga ega bo'lishi mumkin.

Ayblash, sharmanda qilish va laqab qo'yish jabrlanuvchiga hissiy jihatdan ta'sir qilishi mumkin bo'lgan bir nechta og'zaki haqoratli xatti-harakatlardandir. Jabrlanuvchining o'zini o'zi qadrlashi va hissiy muvozanati og'zaki tarzda aytilgan haqorat tufayli o'zgaradi va hatto o'ziga nisbatan ishonchi pasayadi, natijada hissiy zo'ravonlik qurboni bo'ladi^[10].

Jabrlanuvchi jiddiy psixologik ta'sirlarni boshdan kechiradi. Bu psixologik zo'ravonlikka olib kelishi ham mumkin, ammo hissiy zo'ravonlik jabrlanuvchining his-tuyg'ularini manipulyatsiya qilishdan iborat. Jabrlanuvchi o'z his-tuyg'ularini zo'ravon shaxs tomonidan shunday ta'sirlanayotganini yoki aksincha jabrlanuvchi zo'ravon nazorat qilmoqchi bo'lgan muammolarga nisbatan o'z his-tuyg'ulariga berilmagan holda muvozanatni saqlab qolishi mumkin. Ammo ko'p holatlarda jabrlanuvchining o'zini o'zi anglashi va mustaq qaror chiqarish muvozanati buziladi^[11].

AQSh Adliya vazirligi hissiy zo'ravonlik belgilarini qo'rqitish, o'ziga, sherigiga, farzandlariga yoki sherigining oilasi yo do'stlariga jismoniy zarar yetkazish bilan tahdid qilish, uy hayvonlari va mol-mulkiga ziyon keltirish, oila, do'stlar, maktab yoki ishdan izolyatsiya qilishga majburlash sifatida belgilaydi^[12]. Aniqroq bo'lgan hissiy haqoratli xatti-harakatlarga haqorat qilish, kamsitish, o'zboshimchalik va oldindan aytib bo'lmaydigan xatti-harakatlarni amalga oshirish va gazlayting (masalan, oldingi haqoratli hodisalar sodir bo'lganligini rad etish) kabilar kiradi. Zamonaviy texnologiyalar matnli xabarlar va onlayn kiberbulling orqali insonlar ishonchini suiiste'mol qilishning yangi shakllaripaydo bo'lishiga sabab bo'ldi.

1996-yilda Kanada sog'liqni saqlash tashkiloti hissiy zo'ravonlik „kuch va nazoratga asoslangan“ deb ta'kidlaydi^[13]. Hissiy zo'ravonlikning o'ziga xos xususiyati sifatida rad etish, kamsitish, qo'rqitish, izolyatsiya qilish, ekspluatatsiya qilish va „hissiy sezgirlikni rad etish“ holatlari deb ta'riflaydi.

Bir qator tadqiqotlar og'zaki qilingan tajovuz, dominant xatti-harakatlar yoki hasadgo'ylik oqibatida sodir etiladigan xatti-harakatlarning alohida hodisasi „psixologik zo'ravonlik“ atamasini tashkil etmasligini aniqlagan^[14]. Tomison va

Tuccining yozishicha, "emotsional zoʻravonlik vaqt oʻtishi bilan yuzaga keladigan xatti-harakatlarning holati yoki namunasi bilan tavsiflanadi ... Shunday qilib, „barqaror“ va „takroriy“ boʻladigan holatlar hissiy zoʻravonlikdagi har qanday taʼrifning hal qiluvchi tarkibiy qismi boʻla oladi"^[15]. Muallif, advokat va jinsiy jinoyatlar boʻyicha sobiq tergovchi Andrew Vachss hissiy zoʻravonlikni „boshqa shaxs tomonidan muntazam ravishda kamsitilinishi“ deb taʼriflaydi. Bu qasddan yoki ongsiz (yoki ikkalasi) boʻlishi mumkin^[16].

Shakllari

[tahrir | manbasini tahrirlash]

Koʻpgina psixologik tadqiqotlarda qoʻllaniladigan konflikt taktikasi shkalasi (CTS) yana uchta umumiy toifaga birlashtirilgan psixologik zoʻravonlikning 20 ga yaqin xarakterli koʻrinishini aniqlaydi.

- ogʻzaki va ogʻzaki boʻlmagan tajovuz (masalan, odamni haqorat qilish yoki gʻazablantirishga qaratilgan bayonotlar);
- dominant xatti-harakatlar (masalan, odamning qarindoshlari bilan muloqotini cheklash);
- boshqa odamda qasddan rashk tuygʻularini qoʻzgʻatish, shuningdek, oʻz rashki tufayli zoʻravonlik (masalan, zinokorlikda ayblash)^[17].

Psixologik zoʻravonlikning namoyon boʻlishiga, shuningdek, shaxsning oʻzini oʻzi qadrlashi va qadr-qimmatini pasaytirishga qaratilgan kamsituvchi harakatlar (masalan, doimiy tanqid qilish, shaxsning qobiliyatini kamsitish, haqorat qilish), qoʻrqitish, oʻziga, sherigiga, bolalariga, doʻstlariga jismoniy zarar yetkazish bilan tahdid qilish yoki sherigining qarindoshlari, uy hayvonlarini oʻldirish, sherigining shaxsiy narsalarini yoʻq qilish, oila yoki doʻstlardan majburiy izolyatsiya qilish^[18], (oʻtmishdagi zoʻravonlikni rad etish)^[19] kabilar kiradi.

Koʻpgina tadqiqotlar shuni taʼkidlaydiki, jismoniy va jinsiy zoʻravonlik bir biridan farqli oʻlaroq, bitta hodisa hissiy zoʻravonlikni tashkil etmaydi. Ushbu turdagi zoʻravonlik iqlim yoki xatti-harakatlarning shakllanishi bilan tavsiflanadi va hissiy zoʻravonlikni aniqlashning muhim tarkibiy qismi uning tizimli, takroriy tabiatidir. Hissiy zoʻravonlik qasddan yoki ongsiz boʻlishi mumkin, lekin bu alohida hodisa emas, balki doimo davom etadigan xatti-harakatlardir.

Psixo-emotsional zoʻravonlikning eng ogʻir shakli 1984-yil BMTning Qiynoqlarga qarshi Konventsiyasi tomonidan taqiqlangan psixologik qiynoqdir.

Bolalarga nisbatan zoʻravonlik

[tahrir | manbasini tahrirlash]

Yana qarang: Bolalarga nisbatan zoʻravonlik

Bolaga nisbatan psixologik zoʻravonlik odatda ota-onalar yoki ularga gʻamxoʻrlik qiluvchilar tomonidan bolaning kognitiv, hissiy, psixologik yoki ijtimoiy rivojlanishiga jiddiy toʻsqinlik qilishi mumkin boʻlgan xatti-harakatlar namunasi

sifatida aniqlanadi^[14]. DSM-5 ga ko‘ra, bolaning psixologik zo‘ravonligi ota-ona yoki tarbiyachi tomonidan jiddiy psixologik zararga olib kelishi mumkin bo‘lgan og‘zaki yoki ramziy harakatlar sifatida belgilanadi^[20]. Masalan, baqirish, boshqalar bilan solishtirish, ism qo‘ng‘iroq qilish, ayblash, gazni yoritish, manipulyatsiya qilish va voyaga etmaganlik maqomi tufayli suiiste‘mol qilishni normallashtirish.

Ba‘zi ota-onalar stress, yomon tarbiya ko‘nikmalari, ijtimoiy izolyatsiya va mavjud resurslarning etishmasligi yoki farzandlarining noto‘g‘ri umidlari tufayli o‘z farzandlariga hissiy va psixologik zarar etkazishi mumkin. Straus va Fieldning ta‘kidlashicha, psixologik tajovuz amerikalik oilalarda keng tarqalgan xususiyatdir: „bolaga nisbatan og‘zaki hujumlar, xuddi jismoniy hujumlar kabi, juda keng tarqalgan bo‘lib, deyarli universaldir“^[21]. 2008-yilda ingliz va boshqalar tomonidan o‘tkazilgan tadqiqot. otalar va onalar o‘z farzandlariga nisbatan og‘zaki tajovuzkor bo‘lish ehtimoli teng ekanligini aniqladilar^[22].

Psixologik zo‘ravonlikning oqibatlari

[tahrir | manbasini tahrirlash]

Shaxslararo zo‘ravonlik, shu jumladan psixologik zo‘ravonlik bo‘lgan oilalarda o‘sgan bolalarda surunkali depressiya, tashvish, travmadan keyingi stress buzilishi va dissotsiatsiya kabi jiddiy kasalliklar mavjud bo‘ladi^[23]. Tadqiqotchilar ta‘kidlaganidek, hissiy zo‘ravonlikning oqibatlari jismoniy zo‘ravonlikning oqibatlaridan sezilarli darajada farq qilmaydi^[23].

Ish joyidagi psixologik zo‘ravonlik travmadan keyingi stress buzilishining alomatlariga olib kelishi mumkin (hiper hushyorlik, intruziv tasvirlar, chekinish xatti-harakati)^[24].

Ko‘pgina psixologik zo‘ravonlikdan omon qolganlar o‘zlariga nisbatan qilingan zo‘ravonlikni zo‘ravonlik deb bilishmaydi. Psixologik zo‘ravonlik ham ko‘pincha o‘z his-tuyg‘ularini aniqlash va og‘zaki tasvirlashda qiyinchiliklarga olib keladi (aleksitimiya)^[25].

Zo‘rlovchilar va zo‘rlovchilarning xususiyatlari

[tahrir | manbasini tahrirlash]

Psixologik zo‘ravonlik qilishning asosiy sababi boshqa odamlar ustidan hokimiyat va nazorat qilish istagidir^[26].

Hissiy zo‘ravonlikka moyil bo‘lgan odamlar shubha va hasadga moyillik, kayfiyatning keskin o‘zgarishi, o‘zini tuta olmaslik, zo‘ravonlik va tajovuzni oqlash tendentsiyasi kabi xususiyatlar bilan tavsiflanadi^[27]. Bundan tashqari, psixologik va jismoniy zo‘ravonlik qilgan odamlar ko‘pincha shaxsiyatning buzilishiga ega^[28].

Ko‘pincha, suiiste‘molchilar uy vazifalarini bajarishdan qochishadi yoki oila byudjetini to‘liq nazorat qilishga intilishadi. Suiiste‘mol qiluvchilar o‘z tarafiga jabrlanuvchining do‘stlari va hatto qarindoshlarini jalb qilib, o‘zlari qilgan zo‘ravonlik uchun jabrlanuvchini ayblab, juda manipulyatsiya qilishi mumkin.

Foydalanilgan adabiyotlar

1. Dutton, D. G. (1994). Patriarchy and wife assault: The ecological fallacy. *Violence and Victims*, 9, 125—140.
2. ↑ ^{Jump up to:2,0 2,1} Maiuro, Roland D.; O'Leary, K. Daniel. *Psychological Abuse in Violent Domestic Relations*. New York:Springer Publishing Company, 2000 — 197-bet. ISBN 0-8261-1374-5.
3. ↑ ^{Jump up to:3,0 3,1} "Emotional Abuse". 1996. ISBN 0-662-24593-8
4. ↑ Dutton, Mary Ann; Goodman, Lisa A.; Bennett, Lauren (2000), „Court-involved battered women's responses to violence: the role of psychological, physical, and sexual abuse“, in Maiuro, Roland D. (muh.), *Psychological abuse in violent domestic relations*, New York: Springer Publishing Company, 197-bet, ISBN 9780826111463. Preview.
5. ↑ Thompson, Anne E.; Kaplan, Carole A. (February 1996). "Childhood emotional abuse". *The British Journal of Psychiatry* **168** (2): 143–148. doi:10.1192/bjp.168.2.143. PMID 8837902.
6. ↑ Thompson, Anne E.; Kaplan, Carole A. (February 1996). "Childhood emotional abuse". *The British Journal of Psychiatry* **168** (2): 143–148. doi:10.1192/bjp.168.2.143. PMID 8837902.
7. ↑ O'Leary, K. Daniel. *Psychological Abuse in Violent Domestic Relations* (en). Springer Publishing Company, 2004. ISBN 978-0-8261-1146-3.
8. ↑ Howard. „Signs of Emotional Abuse | Learn the Facts and the Signs“ (en-CA). *Canadian Women's Foundation* (2019-yil 4-dekabr). Qaraldi: 2022-yil 14-aprel.
9. ↑ „Emotional abuse“. Counseling Center, University of Illinois Urbana-Champaign (2007). 2014-yil 20-noyabrda asl nusxadan arxivlangan. Qaraldi: 2013-yil 8-noyabr.
10. ↑ Smith. „Domestic violence and abuse: signs of abuse and abusive relationships“. *helpguide.org*. Helpguide.org (2014-yil dekabr). Qaraldi: 2015-yil 14-fevral.
11. ↑ Mega, Lesly Tamarin; Mega, Jessica Lee; Mega, Benjamin Tamarin; Harris, Beverly Moore (September–October 2000). "Brainwashing and battering fatigue: psychological abuse in domestic violence". *North Carolina Medical Journal* **61** (5): 260–265. PMID 11008456. Pdf.