

OILALARDAGI ZO‘RAVONLIK VA ZO‘RAVONLIKGA UCHRAGAN BOLALARGA PSIXOLOGIK VA IJTIMOY YORDAM KO‘RSATISH ASOSLARI

Mamajonova Mavluda Muydinovna

Oltiariq tumani „Inson“ ijtimoiy xizmatlar markazi psixologi

Oilalarda zo‘ravonlik — bu oila a‘zolari o‘rtasida sodir bo‘ladigan jismoniy, ruhiy, iqtisodiy yoki jinsiy bosim va tajovuz shaklidir. Bu muammo jamiyatning eng og‘riqli va dolzarb masalalaridan biri hisoblanadi, chunki u insonning qadr-qimmati, sog‘ligi va hayotiga jiddiy zarar yetkazadi. Oiladagi zo‘ravonlik turli ko‘rinishlarda namoyon bo‘lishi mumkin. Jismoniy zo‘ravonlik urish, tepish, tan jarohati yetkazish orqali sodir etiladi. Ruhiy zo‘ravonlik esa haqorat qilish, qo‘rqitish, kamsitish yoki doimiy nazorat ostida ushlab turish orqali amalga oshiriladi. Iqtisodiy zo‘ravonlikda esa jabrlanuvchining pul mablag‘lariga ega bo‘lishi cheklanadi yoki u moliyaviy jihatdan qaram qilib qo‘yiladi. Jinsiy zo‘ravonlik esa insonning roziligisiz majburan jinsiy aloqaga kirishish yoki boshqa nojo‘ya harakatlarni o‘z ichiga oladi. Bunday zo‘ravonlikning sabablari turlicha bo‘lishi mumkin: oiladagi nizolar, ishsizlik, moddiy qiyinchiliklar, spirtli ichimliklar yoki giyohvandlikka ruju qo‘yish, shuningdek, tarbiya va madaniy muhitdagi kamchiliklar. Ba‘zan zo‘ravonlik avloddan-avlodga o‘tib, odatiy holdek qabul qilinishi ham mumkin. Oiladagi zo‘ravonlikning oqibatlarini juda og‘ir bo‘ladi. Jabrlangan shaxslar jismoniy jarohatlar bilan bir qatorda ruhiy travma, depressiya, qo‘rquv va o‘ziga bo‘lgan ishonchni yo‘qolishiga duch keladilar. Ayniqsa, bolalar bunday muhitda ulg‘aysa, ularning ruhiy rivojlanishiga salbiy ta‘sir ko‘rsatadi va kelajakda ular ham zo‘ravonlikni takrorlashi ehtimoli oshadi. Bu muammoni hal etish uchun jamiyatda huquqiy, ijtimoiy va ma‘naviy choralarni kuchaytirish zarur. Eng muhimi, zo‘ravonlikni yashirmaslik va unga qarshi kurashishda befarq bo‘lmaslikdir. Jabrlanganlarga yordam ko‘rsatish, ularni qo‘llab-quvvatlash va huquqiy himoya bilan ta‘minlash muhim ahamiyatga ega. Demak, oiladagi zo‘ravonlik — bu shaxsiy emas, balki butun jamiyatga ta‘sir qiluvchi muammo. Uni oldini olish uchun har bir inson hurmat, sabr-toqat va o‘zaro tushunishni qadrlashi zarur.

Zo‘ravonlikka uchragan bolalar bilan ishlash — juda nozik, mas‘uliyatli va tizimli yondashuvni talab qiladigan jarayon. Bunday bolalarga psixologik xizmat ko‘rsatish va ijtimoiy yordam berish nafaqat ularning hozirgi ruhiy holatini barqarorlashtirish, balki kelajakdagi sog‘lom rivojlanishini ta‘minlash uchun ham muhim hisoblanadi.

Avvalo, zo‘ravonlikka uchragan bolalarda turli xil psixologik muammolar kuzatiladi. Ular qo‘rquv, xavotir, uyqu buzilishlari, o‘ziga ishonchsizlik, depressiv holatlar, agressiya yoki aksincha, ijtimoiy chekinish kabi belgilarni namoyon qilishi mumkin. Ba‘zi hollarda bolalarda travmadan keyingi stress buzilishi (PTSD) rivojlanadi. Shu sababli psixologik xizmatning asosiy vazifasi — bolaning ruhiy holatini tiklash, o‘zini xavfsiz his qilishiga erishish va ichki resurslarini qayta faollashtirishdir.

Psixologik yordam ko‘rsatishning birinchi bosqichi — diagnostika hisoblanadi. Bu jarayonda mutaxassis bolaning ruhiy holatini, travma darajasini, oilaviy muhitini va ijtimoiy

15-Mart, 2026-yil

sharoitini o‘rganadi. Diagnostika suhbat, kuzatuv, psixologik testlar va loyihaviy metodlar orqali amalga oshiriladi. Muhimi, bu jarayonda bolaga bosim o‘tkazmaslik, unga ishonchli va xavfsiz muhit yaratishdir.

Keyingi bosqich — psixokorreksion va psixoterapevtik ishlar. Zo‘ravonlikka uchragan bolalar bilan ishlashda o‘yin terapiyasi, art-terapiya, kognitiv-xulq-atvor terapiyasi (CBT) va travmaga yo‘naltirilgan terapiya usullari keng qo‘llaniladi. Masalan, kichik yoshdagi bolalar bilan o‘yin orqali his-tuyg‘ularni ifodalash osonroq bo‘ladi. Rasm chizish, ertak tuzish yoki rolli o‘yinlar orqali bola o‘z kechinmalarini tashqi shaklda ifodalaydi va bu uning ichki bosimini kamaytiradi.

Katta yoshdagi bolalar va o‘smirlar bilan ishlashda esa suhbat, refleksiya va fikrlashni qayta qurishga qaratilgan usullar samarali bo‘ladi. Bu yerda mutaxassis bolaning o‘ziga bo‘lgan salbiy fikrlarini o‘zgartirish, aybdorlik hissini kamaytirish va sog‘lom o‘zini baholashni shakllantirishga yordam beradi. Juda muhim jihat — bolaga “sen aybdor emassan” degan tushunchani singdirishdir.

Psixologik xizmat bilan bir qatorda ijtimoiy yordam ham katta ahamiyatga ega. Zo‘ravonlik ko‘pincha oilaviy muhit bilan bog‘liq bo‘lgani sababli, ijtimoiy xizmatlar bolaning yashash sharoitini ham o‘rganadi. Zarur hollarda bola xavfsiz muhitga — qarindoshlar yoki maxsus ijtimoiy muassasalarga joylashtiriladi. Shu bilan birga, oila bilan ishlash, ota-onalarni psixologik va pedagogik jihatdan qo‘llab-quvvatlash ham muhim yo‘nalishlardan biridir.

Ijtimoiy yordam doirasida bolaga huquqiy himoya ko‘rsatish ham ko‘zda tutiladi. Bu yerda huquqni muhofaza qiluvchi organlar, vasiylik va homiylik tashkilotlari bilan hamkorlik zarur bo‘ladi. Bolaning huquqlari himoya qilinishi, zo‘ravonlik qayta takrorlanmasligi uchun profilaktik choralar ko‘riladi.

Reabilitatsiya jarayoni uzluksiz va bosqichma-bosqich amalga oshiriladi. Dastlab inqirozdan chiqarish (krizis intervensiya), keyin esa uzoq muddatli psixologik qo‘llab-quvvatlash bosqichi olib boriladi. Bu jarayonda maktab, psixolog, ijtimoiy xodim va ota-onalar o‘rtasidagi hamkorlik juda muhimdir.

Xulosa qilib aytganda, zo‘ravonlikka uchragan bolalarga yordam ko‘rsatish kompleks yondashuvni talab qiladi. Psixologik yordam bolaning ichki dunyosini tiklashga xizmat qilsa, ijtimoiy yordam uning tashqi muhitini xavfsiz va barqaror qilishga qaratilgan. Faqatgina shu ikki yo‘nalish uyg‘unlashgandagina bola to‘liq reabilitatsiya qilinishi va sog‘lom hayotga qaytishi mumkin.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR:

1. American Psychological Association. (2017). Clinical practice guideline for the treatment of posttraumatic stress disorder (PTSD) in children and adolescents. Washington, DC: Author.
2. Cohen, J. A., Mannarino, A. P., & Deblinger, E. (2017). Treating trauma and traumatic grief in children and adolescents (2nd ed.). New York, NY: Guilford Press.

15-Mart, 2026-yil

3. Finkelhor, D. (2008). Childhood victimization: Violence, crime, and abuse in the lives of young people. New York, NY: Oxford University Press.
4. Herman, J. L. (1992). Trauma and recovery: The aftermath of violence—from domestic abuse to political terror. New York, NY: Basic Books.
5. United Nations Children’s Fund. (2014). Hidden in plain sight: A statistical analysis of violence against children. New York: UNICEF.

