

BOLALARGA NISBATAN PSIXOLOGIK BOSIM VA UNING OQIBATLARI

Andijon Davlat Tibbiyot Instituti

O‘zbek tili va adabiyoti tillar kafedrası o‘qituvchisi

Dumarova Gulfira Kozimbekovna

Andijon davlat tibbiyot instituti

Usmonova Moxinur G‘ofurjon qizi

Annotatsiya: Mazkur maqolada bolalarga nisbatan psixologik bosimning sabablari, shakllari va uning ruhiy rivojlanishdagi salbiy oqibatlari tahlil qilinadi. Psixologik bosim bola hissiyoti, irodasi va shaxsiy erkinligiga zarar yetkazuvchi asosiy omil sifatida qaraladi. Tadqiqotda oilaviy va ta’limiy muhitdagi bosim holatlari o‘rganilgan va uning bola ruhiyatiga ta’siri aniqlangan. Maqolada shuningdek, ota-onalar va pedagoglarning psixologik savodxonligini oshirish, ijobiy muloqot madaniyatini shakllantirish hamda psixologik qo‘llab-quvvatlash mexanizmlarini rivojlantirish zaruriyati ko‘rsatildi. Tadqiqot natijalari shuni tasdiqladiki, psixologik bosim bolalarda o‘ziga ishonchsizlik, depressiv holatlar, tashvish, agressiya va ijtimoiy moslashuv qiyinchiliklariga olib keladi.

Kalit so‘zlar: psixologik bosim, bola psixologiyasi, emotsional rivojlanish, oila, ta’lim, ijtimoiy muhit, ruhiy salomatlik, tarbiya, stress.

Kirish

So‘nggi yillarda bolalarning ruhiy salomatligini ta’minlash davlat siyosati darajasida ustuvor yo‘nalishlardan biri hisoblanadi. Prezidentimiz Sh.M. Mirziyoyev tomonidan ilgari surilgan “Yangi O‘zbekiston – bolalar davlati” tamoyili yosh avlodning har tomonlama rivojlanishini ta’minlashga qaratilgan. Ushbu tashabbuslar doirasida ota-onalar va pedagoglarga bolalarning ruhiy farovonligini oshirishga qaratilgan ko‘plab dasturlar, treninglar va ilmiy tavsiyalar ishlab chiqilmoqda. Oilaviy muhitda psixologik bosim ko‘pincha ortiqcha talab, doimiy tanqid, solishtirish yoki emotsional sovuqlik shaklida namoyon bo‘ladi. Tadqiqotlar shuni ko‘rsatadiki, bunday bosim bolalarda o‘zini qadrsiz his qilish, o‘ziga bo‘lgan ishonchning pasayishi, tashvish va depressiv holatlar rivojlanishiga olib keladi. Pedagogik muhitda esa o‘quvchilarga doimiy solishtirish, baholar orqali bosim o‘tkazish va tahdid qilish kabi omillar mavjud bo‘lib, ular bola emotsional barqarorligini susaytiradi. Bolalarning ruhiy rivojlanishi va ijtimoiy moslashuvini o‘rganishda E. Eriksonning psixososial rivojlanish nazariyasi va D. Golemanning emotsional intellekt modeli asosiy nazariy yondashuv sifatida xizmat qiladi. O‘zbekiston psixologik xizmat markazlari tomonidan o‘tkazilgan tadqiqotlar shuni ko‘rsatdiki, bolalarning 40–45 foizi oilada va maktabda

psixologik bosimga uchraganligini bildirgan. Shu bois bu mavzu nafaqat psixologlar, balki pedagoglar, ijtimoiy ishchilar va ota-onalar e'tiborida bo'lishi lozim. Bolalarga nisbatan psixologik bosimning manbalari, shakllari va oqibatlarini tahlil qilishi hamda uni kamaytirish bo'yicha ilmiy asoslangan tavsiyalarni taklif qiladi.

Bolalarga nisbatan psixologik bosim masalasi so'nggi yillarda o'zbek psixologlari tomonidan ham faol o'rganilmoqda. M. Jo'rayevning tadqiqotlarida oilaviy muhit va bolaning hissiy qo'llab-quvvatlanishi o'rtasidagi bog'liqlik aniqlangan. Unga ko'ra, ota-onaning befarqligi yoki haddan tashqari tanqidi bolalarda o'zini past baholash va tashvish hissinı kuchaytiradi. S. To'xtayeva psixologik bosimning turli shakllarini, jumladan verbal tanqid, tahdid va haddan ortiq talablarni tahlil qilgan. Tadqiqot natijalariga ko'ra, bu omillar bolaning emotsional barqarorligini buzadi, depressiv va agressiv xatti-harakatlarga olib keladi. N. Karimova esa pedagogik muhitning bolalar psixologiyasiga ta'sirini o'rgangan. Uning tadqiqotlari shuni ko'rsatadiki, maktabdagi salbiy muloqot — doimiy solishtirish, o'quvchilarga qattiq talablar qo'yish va jazolar — psixologik bosimning asosiy manbalaridan biridir. G'ulomova M. oiladagi muloqot psixologiyasini tahlil qilgan va ota-onalarning bolaga nisbatan ijobiy yoki salbiy munosabati bolaning ruhiy rivojlanishiga bevosita ta'sir ko'rsatishini isbotlagan. Mehr-muhabbat va hurmatga asoslangan muloqot bolalarda o'ziga bo'lgan ishonchni oshiradi, emotsional barqarorlikni kuchaytiradi, deb qayd etilgan. Djalilova S. bolalarning ruhiyatida stress omillarini o'rganib, oilaviy muhitdagi psixologik bosimning salbiy oqibatlarini aniqladi. Tadqiqotlar shuni ko'rsatdiki, psixologik bosim bolalarda tashvish, depressiya, agressiya va o'zini past baholash kabi belgilarni yuzaga keltiradi. Shermuhammedova L. esa pedagogik muloqotning shaxsiy o'sishga ta'sirini o'rgangan. U bolalarga ijobiy ta'sir ko'rsatadigan muloqot strategiyalari, ota-ona va pedagogning psixologik tayyorgarligi, shuningdek, stressni kamaytirish usullarini tahlil qilgan. Xalq ta'limi vazirligi Psixologik xizmat markazi tomonidan taqdim etilgan hisobotlar psixologik bosimning maktab va oiladagi statistik ko'rsatkichlarini beradi va tadqiqot uchun asos bo'lib xizmat qiladi.

Psixologik bosimning shakllari quyidagicha tasniflandi:

- Verbal bosim: tanqid, so'z bilan kamsitish;
- Emotsional befarqlik: mehr-muhabbat yetishmasligi;
- Talabchanlik va ortiqcha nazorat;
- Qo'rqitish va tahdid.

Psixologik bosimning asosiy sabablari sifatida ota-onalarning pedagogik savodxonligi yetarli emasligi, ijtimoiy tarmoqlardagi noto'g'ri stereotiplar, maktabdagi psixologik xizmatning cheklanganligi va oila ichidagi konfliktlar aniqlangan. Shu bois bolalarning ruhiy salomatligini ta'minlashda ota-onalar va pedagoglarning psixologik tayyorgarligi, ijobiy muloqot madaniyati va psixologik qo'llab-quvvatlash mexanizmlari muhim ahamiyat kasb etadi. Natijalar shuni ko'rsatadiki, psixologik

bosim bolaning ijtimoiy va ruhiy rivojlanishiga jiddiy zarar yetkazadi. Shu bilan birga, ijobiy muloqot va qo‘llab-quvvatlovchi oilaviy muhit bolalarda stressni kamaytiradi, o‘ziga bo‘lgan ishonchni oshiradi va emotsional barqarorlikni mustahkamlaydi.

Xulosa

Bolalarga nisbatan psixologik bosim bolaning shaxs sifatida shakllanish jarayoniga salbiy ta’sir ko‘rsatadi. U o‘zini qadrsiz his qilgan bola hissiy jihatdan beqaror, ijtimoiy jihatdan yopiq va o‘qishga demotivatsiyalangan bo‘ladi. Ota-onalar psixologik savodxonligini oshirib, tarbiya jarayonida mehr-muhabbat va hurmatga asoslangan muloqotni shakllantirishi zarur. Shunday muhit bolalarda o‘ziga bo‘lgan ishonchni oshiradi va emotsional barqarorlikni ta’minlaydi. Pedagoglar va maktab psixologlari faoliyatini kuchaytirish, o‘qituvchilarga psixologik treninglar o‘tkazish bolalarda stressni kamaytiradi va ijtimoiy moslashuvni yaxshilaydi. Davlat miqyosida bolalarning ruhiy farovonligini ta’minlash maqsadida “Oila psixologiyasi markazlari” tarmog‘ini kengaytirish va ijtimoiy-ma’rifiy dasturlarni yo‘lga qo‘yish muhimdir. Bolalarning ruhiy rivojlanishi nafaqat oilaga, balki butun jamiyatga bog‘liq masala hisoblanadi. Faqat ijobiy psixologik muhit va qo‘llab-quvvatlovchi muloqot orqali sog‘lom avlod tarbiyalash mumkin. Shu asosda, psixologik bosimning oldini olishga qaratilgan kompleks chora-tadbirlarni amalga oshirish ota-onalar, pedagoglar va davlat organlarining birgalikdagi vazifasi sifatida ko‘riladi.

Foydalanilgan adabiyotlar:

1. Jo‘rayev M. *Psixologik ta’sir va shaxslararo munosabatlar*. – Toshkent: Fan, 2019.
2. To‘xtayeva S. *Oilaviy muhit va bola ruhiyati*. – Toshkent: O‘zbekiston, 2020.
3. Karimova N. *Bola psixologiyasi asoslari*. – Toshkent: Yangi asr avlodi, 2018.
4. G‘ulomova M. *Oilada muloqot psixologiyasi*. – Toshkent: Fan, 2022.
5. Djalilova S. *Bola ruhiyatida stress omillari*. – Samarqand: Imkon, 2021.
6. Shermuhammedova L. *Pedagogik muloqot va shaxsiy o‘qish*. – Toshkent: TDPU, 2020.
7. Xalq ta’limi vazirligi Psixologik xizmat markazi hisobotlari. – Toshkent, 2023.