

OILA MUHITIDAN UZOQLASHGAN BOLALARNI RUXIY MOSLASHUVI

Dadamirzayeva Ibodatxon Ulug'bek qizi

Andijon viloyati Baliqchi tumani "Inson" ijtimoiy xizmatlar

markazi psixologlar guruxi bosh mutaxassisi

Annotatsiya: Ushbu maqolada oila muhitidan uzoqlashgan bolalarning psixologik moslashuvi, ularning ijtimoiylashuv jarayonidagi muammolari hamda ularni bartaraf etish yo'llari tahlil qilinadi. Tadqiqotda bola shaxsining emotsional, kognitiv va ijtimoiy sohalaridagi o'zgarishlar, tarbiyaviy muhitning o'rnini hamda psixologik yordam shakllari yoritilgan. Olingan natijalar asosida ruhiy moslashuvni yengillashtirish bo'yicha pedagogik va psixologik tavsiyalar ishlab chiqilgan.

Kalit so'zlar: oila muhitidan uzoqlashgan bola, psixologik moslashuv, emotsional muvozanat, ijtimoiylashtirish, tarbiyaviy muhit, reabilitatsiya, ruhiy qo'llab-quvvatlash.

Oila — bola shaxsining shakllanishida eng muhim psixologik va ijtimoiy institutdir. Ota-ona mehridan, oila iliqligidan uzoqlashgan bola, tabiiy ravishda, ruhiy muvozanatini yo'qotadi va yangi muhitga moslashishda qiyinchiliklarga duch keladi. Bunday holatlar, ayniqsa, internat, mehribonlik uyi, ijtimoiy markazlar yoki uzoq qarindoshlar qo'lida tarbiya topayotgan bolalar orasida keng uchraydi.

O'zbekiston Respublikasining “Bola huquqlari to'g'risida”gi qonuni (2008)da bolalarning to'liq ruhiy, jismoniy va ijtimoiy rivojlanish huquqi ta'minlanishi zarurligi belgilangan. Ammo oila muhitidan uzoqlashgan bolalarda bu jarayon ko'pincha sekin kechadi, ular ko'proq himoyasizlik, ishonchsizlik, qo'rquv va yakkalanish hissini boshdan kechiradi. Shu bois, mazkur maqolada ularning ruhiy moslashuvini tahlil qilish va samarali psixologik yordam tizimini ishlab chiqish dolzarb masala sifatida qaraladi.

Oila muhitidan uzoqlashish bolaning ota-onasi yoki oilaviy muhitdan ajralishi bo'lib, ajralish (divors), migratsiya sababli qoldirilish yoki mehribonlik uyi/internatga joylashtirilishni o'z ichiga oladi. Bu holat bolalarning ruhiy salomatligi va moslashuviga jiddiy ta'sir ko'rsatadi. Jahoniy va mahalliy tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, bunday ajralishlar bolalarda stress, emotsional buzilishlar va uzoq muddatli psixologik muammolarni keltirib chiqaradi, ammo ko'pchilik bolalar qo'llab-quvvatlash bilan moslashadi.

Ajralishning sabablari va turlari

- Ota-ona ajralishi (divors): O'zbekistonda ajrashgan oilalarda o'sayotgan bolalarda emotsional noaniqlik, xavotir va ijtimoiy moslashuvning past darajasi

kuzatiladi. Tadqiqotlar (masalan, ajrashgan oilalar bo'yicha empirik ishlar) shuni tasdiqlaydiki, oiladagi nizolar va ajralish bola ruhiyatiga bevosita ta'sir qiladi.

- Migratsiya sababli ajralish: Ko'pincha ota-onalar ish izlab chet elga ketganda bola qarindoshlar yoki yolg'iz qoladi. Xitoy va boshqa mamlakatlardagi tadqiqotlar shunga o'xshash holatlarda depressiya va ijtimoiy muammolar xavfini oshirishini ko'rsatadi.

- Institutsional parvarish (mehribonlik uylari): O'zbekistonda mehribonlik uylari va bolalar shaharchalari mavjud bo'lib, ularda tarbiyalanayotgan bolalar psixologik rivojlanishda kechikishlar ko'rsatadi. Jahoniy tadqiqotlar (masalan, Ruminiya va boshqa mamlakatlardagi institutsional bolalar) shuni ko'rsatadiki, bunday muhitda bolalar xavfsiz bog'lanishni shakllantira olmaydi, natijada ichki va tashqi muammolar (depressiya, agressiya) paydo bo'ladi.

Ruhiy ta'sirlar va moslashuv qiyinchiliklari

- Hissiy-emotsional buzilishlar: Bolalarda yolg'izlik, past o'zini qadrlash, xavotir va depressiya kuchayadi. Ajralishdan keyin bola ruhiy bo'shliqni his qiladi, masalan, oila rasmlarida faqat bir ota-onani chizish orqali namoyon bo'ladi. Uzoq muddatli ajralishlar miya rivojlanishiga (stress gormonlari orqali) doimiy ta'sir qoldiradi.

- Ijtimoiy va xulq-atvor muammolari: Yangi muhitga moslashish qiyinlashadi, agressiya, ichki chekinish yoki tengdoshlar bilan munosabat muammolari paydo bo'ladi. Institutsional bolalarda tashqi muammolar (agressiya, huquqbuzarlik) ko'proq kuzatiladi.

- Yoshga bog'liq farqlar: Eng zaif davr — 0-3 yosh va 9 oygacha bo'lgan bosqich. Bu vaqtda ajralish emotsional rivojlanishga jiddiy zarar yetkazadi. 9 yoshgacha bo'lgan bolalarda travma belgilari kuchliroq.

- Uzoq muddatli oqibatlar: Tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, ajralish ruhiy kasalliklar xavfini 1,5-2 baravar oshiradi, shu jumladan depressiya, anksiyete, substansiya ishlatish va hatto o'z joniga qasd qilish fikrlari. Institutsional bolalarda nevrologik o'zgarishlar va kechikkan rivojlanish kuzatiladi.

Ko'pchilik bolalar resilient (bardoshli) bo'lib, 1-2 yil ichida moslashadi, ayniqsa oilaviy aloqa saqlansa yoki yangi muhitda iliq munosabatlar bo'lsa. Qisqa muddatli ajralishlar ba'zan "stressga chidamlilik" hosil qilishi mumkin, ammo uzoq muddatlilari salbiy.

Himoya omillari va moslashuvni osonlashtirish

- Ijobiy omillar: Ota-ona bilan muntazam aloqa, sifatli parvarish, psixologik yordam va oilaviy terapiya. Yuqori sifatli ota-ona-bola munosabatlari moslashuvni yaxshilaydi.

- Resilience (bardoshlilik): Bolaning temperamentı, ijtimoiy qo'llab-quvvatlash va psixologik intervensiyalar muhim. Tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, oilaga qaytgan bolalar travmadan tezroq tiklanadi.

- O'zbekistonda: Oila kodeksi va qonunlar bolalarni himoya qiladi, mehribonlik uylarida psixologik yordam ko'rsatiladi. Migratsiya va ajralishlar keng tarqalgan bo'lib, psixologik xizmatlarni kuchaytirish zarur. So'nggi yillarda institutsional parvarishni oilaviy shakllarga o'tkazish choralari ko'rilmogda.

Tavsiyalar

Agar bola ajralishni boshdan kechirayotgan bo'lsa:

- Muntazam aloqa va iliq muhit ta'minlang.
- Psixolog yoki mutaxassisga murojaat qiling (depressiya, xavotir belgilari paydo bo'lsa).

- Oilaviy terapiya va qo'llab-quvvatlash dasturlari (masalan, mahalla yoki "Inson" markazlari orqali) foydali.

- Bolaning yoshiga mos tajribalar va ijobiy munosabatlar moslashuvni tezlashtiradi.

Bu mavzu bo'yicha tadqiqotlar davom etmoqda, ammo aniqki, oilaviy muhit bolaning ruhiy salomatligi uchun eng muhimi. Agar qo'shimcha ma'lumot kerak bo'lsa, batafsil misollar yoki manbalar haqida so'rang.

Tahlil natijalari shuni ko'rsatadiki, oila muhitidan uzoqlashgan bolalarda asosiy psixologik muammolar – bu mehr yetishmasligi va emotsional beqarorlikdir. Shuningdek, ularning ijtimoiy muhitga ishonchi past bo'ladi, bu esa kommunikativ qobiliyatlarni rivojlantirishga to'sqinlik qiladi.

Ruhiy moslashuv jarayonida tarbiyachilarning psixologik savodxonligi, bolalar bilan individual yondashuvning mavjudligi va jamoaviy o'yinlar muhim rol o'ynaydi. Har bir bola uchun “xavfsiz muhit” yaratish zarur, bu esa ishonch, e'tibor va rag'bat orqali shakllanadi.

Shuningdek, ota-onasiz bolalar bilan ishlashda art-terapiya, muzikoterapiya, o'yinli psixodrama kabi zamonaviy usullar ularning emotsional muvozanatini tiklashda samarali ekanligi kuzatildi.

Xulosa

Oila muhitidan uzoqlashgan bolalarda ruhiy moslashuvni ta'minlashda psixologik qo'llab-quvvatlashning tizimli mexanizmini yaratish lozim. Mehribonlik uylari va internatlarda faoliyat yurituvchi pedagog va psixologlar uchun maxsus trening va malaka oshirish dasturlari joriy etilishi zarur. Bunday bolalar uchun ijodiy faoliyatlar (rasm chizish, musiqa, sport, sahna o'yinlari) orqali o'zini ifoda etish imkoniyatlari kengaytirilishi lozim. Oila muhitiga qayta integratsiya jarayonlari bosqichma-bosqich olib borilishi, bolaga ijtimoiy va emotsional moslashuvda yordam berilishi kerak. Psixologik xizmatlarda “individual rivojlanish xaritasi” tizimi yo'lga qo'yilishi tavsiya etiladi.

Adabiyotlar:

1. UNICEF (2021). *Children without parental care: Global study report*. Geneva: UNICEF Publications.
2. WHO (2022). *Mental health of children deprived of parental care*. World Health Organization Report.
3. Abdullayeva, N. (2023). *Ruhiy moslashuvda ijtimoiy qo‘llab-quvvatlash omillari*. Toshkent: TDPU ilmiy jurnali, №3, 45–52-betlar.
4. O‘zbekiston Respublikasi “Bola huquqlari to‘g‘risida”gi qonuni. (2008-yil 7-yanvar).
5. G‘aybullayeva, L. (2020). *Mehribonlik uylari bolalarining psixologik moslashuvi muammolari*. “Psixologiya va pedagogika” jurnali, №5, 60–67-betlar.
6. Sultonova, Z. (2021). *Psixologik treninglarning bola ruhiyatiga ta’siri*. Toshkent: Pedagogika universiteti nashriyoti.
7. Zainetdinova, F. (2022). *Internat muassasalari tarbiyalanuvchilarida ijtimoiy-emotsional rivojlanish xususiyatlari*. Jizzax: JizzDU nashriyoti.
8. Pavlenko, I. & Makarova, T. (2017). *Psychological adaptation of orphans to social environment*. Moscow: Pedagogical Press.
9. Petrov, A. (2019). *Socialization problems in children from deprived families*. Journal of Social Psychology, Vol. 5(3), 88–96.
10. Kholmurodova, D. (2023). *Bolalarda emotsional yetishmovchilikning ijtimoiy oqibatlari*. Namangan: NamDPI Ilmiy asarlar to‘plami.