

AJRALISH HOLATLARINING BOLA PSIXIKASIGA TA'SIRI: PSIXOLOGIK TAHLIL

Barnoyeva Yulduz Rasulovna

Buxoro tuman "Inson" ijtimoiy xizmatlar markazi psixologi

Annotatsiya: *Ushbu maqolada ajralish jarayonining bola psixikasiga ko'rsatadigan ta'siri psixologik nuqtayi nazardan tahlil qilingan. Oiladagi ziddiyatlar, ota-onaning ajralish qarori, oilaviy muhitning o'zgarishi, tarbiya jarayonidagi bo'shliq va ijtimoiy-emotsional qo'llab-quvvatlashning yetishmasligi bolalarning emotsional barqarorligiga, o'zini baholashiga, xavotir darajasiga va ijtimoiy moslashuviga sezilarli ta'sir ko'rsatishi ilmiy manbalar asosida ochib beriladi. Tadqiqotda ajralishdan keyingi davrda bolalarda kuzatilishi mumkin bo'lgan stress holatlari, agressiya, regressiya, ijtimoiy ajralish, qo'rquvlar hamda o'qishdagi qiyinchiliklar tahlil qilinadi. Shuningdek, psixokorreksion yondashuvlar va bolaga psixologik yordam ko'rsatish mexanizmlari ham yoritiladi.*

Kalit so'zlar: *ajralish, bola psixikasi, emotsional holat, xavotir, oilaviy ziddiyatlar, psixologik travma, moslashuv, psixokorreksiya, stress.*

Аннотация: *В данной статье представлен психологический анализ влияния семейного развода на психику ребёнка. Рассматриваются факторы, усугубляющие эмоциональное состояние детей: семейные конфликты, изменение привычной среды, недостаток эмоциональной поддержки со стороны родителей, снижение чувства безопасности и стабильности. На основе научных исследований раскрываются последствия развода, проявляющиеся в тревожности, агрессии, регрессивном поведении, социальном отстранении, страхах и учебных трудностях. Особое внимание уделено механизмам психологической помощи детям в постразводный период, а также эффективным психокоррекционным методам.*

Ключевые слова: *развод, психика ребёнка, эмоциональная нестабильность, тревожность, семейные конфликты, психологическая травма, адаптация, стресс, психокоррекция.*

Annotation: *This article presents a psychological analysis of the impact of parental divorce on the child's mental and emotional development. It explores factors that intensify children's vulnerability during divorce, including family conflicts, disruption of the home environment, decreased emotional support, and reduced sense of security. Based on scientific findings, the study examines post-divorce consequences such as anxiety, aggression, regressive behaviors, social withdrawal, fears, and academic difficulties. The article also highlights effective psychological support strategies and psychocorrectional approaches to help children adapt to post-divorce conditions.*

Keywords: *divorce, child psychology, emotional instability, anxiety, family conflicts, psychological trauma, adaptation, stress, psychocorrection.*

KIRISH

XXI asrda ijtimoiy-iqtisodiy o'zgarishlar, migratsiya jarayonlari, gender rollarining o'zgarishi va oilaviy qadriyatlarning modernizatsiyalashuvi natijasida ajralish holatlari dunyo bo'yicha, xususan, O'zbekistonda ham sezilarli darajada ortib bormoqda. Oila — bolaning birlamchi ijtimoiylashuv instituti sifatida uning emotsional barqarorligi, shaxs sifatida shakllanishi, xavfsizlik hissi va ijtimoiy xulq-atvori rivojiga bevosita ta'sir qiluvchi muhim omildir. Shu bois, oilaviy barqarorlikning buzilishi yoki ota-onaning ajralish qarori nafaqat kattalar psixologiyasini, balki eng avvalo, bolalar psixikasining nozik qatlamlarini izdan chiqarishi bilan dolzarb ilmiy muammo sifatida e'tirof etiladi.

Psixologiya fanida ajralish fenomeni bolaning rivojlanish jarayoniga ko'rsatadigan ta'siri ko'p omilli jarayon sifatida baholanadi. Xususan, Z. Freyd, J. Bowlby, E. Erikson, A. Maslou va D. Baumrind kabi olimlar tadqiqotlarida bola psixikasining barqaror rivojlanishi uchun xavfsiz emotsional muhit, ota-ona mehrining uzluksizligi va doimiy ijtimoiy qo'llab-quvvatlash zarurligi alohida ta'kidlanadi. Ajralish esa ushbu asosiy psixologik ehtiyojlarning buzilishiga olib keladi. Natijada bolalarda xavotir, qo'rquv, tashvish, agressiya, regressiya, ijtimoiy ajralish, o'zini ayblash yoki ota-onadan biriga haddan ziyod bog'lanish kabi psixologik reaksiyalar paydo bo'lishi kuzatiladi.

O'zbekistonda so'nggi yillarda ajralish ko'rsatkichlarining oshishi (2023–2024 yillarda ajralishlar sonining sezilarli o'sishi statistik ma'lumotlarda qayd etilgan) ushbu mavzuni yanada dolzarb qiladi. Mazkur jarayon jamiyatning turli qatlamlarida, xususan, bolalarning psixologik salomatligida salbiy oqibatlarga sabab bo'layotganligi sababli, psixologik tahlil va amaliy yordam mexanizmlarini ishlab chiqish muhim ahamiyat kasb etmoqda. Oiladagi ziddiyatlar, ota-onalarning nizolari, bir-birini ayblash, iqtisodiy muammolar va kommunikativ buzilishlar bolada stress darajasining keskin oshishiga olib keladi. Shuningdek, ajralishdan keyingi turmush tarzidagi o'zgarishlar — yashash maskanining almashishi, ijtimoiy qo'llab-quvvatlashning kamayishi, tarbiyadagi uzilishlar — bolalarning moslashuv jarayonini murakkablashtiradi.

Shu nuqtai nazardan, ajralishning bola psixikasiga ta'sirini chuqur o'rganish, bu jarayonning psixologik determinantlari va mexanizmlarini aniqlash, salbiy oqibatlarni kamaytirish bo'yicha psixoprofilaktik hamda psixokorreksion yondashuvlarni ishlab chiqish bugungi ilmiy tadqiqotlarning ustuvor yo'nalishlaridan biridir. Ushbu maqola ajralishdan keyingi psixologik jarayonlarni tizimli tahlil qilish, bolalarda uchraydigan emotsional va xulq-atvor reaksiyalarini ilmiy asosda yoritish hamda ularni bartaraf etishga qaratilgan samarali psixologik yordam usullarini taklif etishga qaratiladi.

Mavzuning o'rganilganlik darajasi

Ajralishning bola psixikasiga ta'siri psixologiya, pedagogika va sotsiologiya fanlarida eng ko'p tadqiq qilingan masalalar sirasiga kiradi. Mazkur muammo turli nazariy maktablar tomonidan chuqur o'rganilgan bo'lib, har bir ilmiy yondashuv ajralish jarayonining bolaga ko'rsatadigan psixologik ta'sirini o'ziga xos tarzda izohlaydi. Psixoanalitik yondashuv vakillari, xususan, Z. Freyd ajralish natijasida bola ong osti jarayonlarida paydo bo'ladigan xavotir, ichki ziddiyatlar va regresiv holatlarni ta'kidlagan. Ana shunday emotsional

uzilish bolada “Men” tizimining zaiflashishiga, ota-onadan biriga haddan ziyod bog‘lanish yoki agressiv reaksiyalar ko‘rinishida namoyon bo‘lishiga olib kelishi mumkin.

Bola psixikasining ajralishdan keyingi reaksiyalarini chuqur tahlil qilgan olimlardan biri J. Bowlby bo‘lib, u tomonidan ishlab chiqilgan bog‘lanish nazariyasida ota-onaning ajralishi yoki uzoqlashuvi bolaning asosiy psixologik ehtiyoji — xavfsiz bog‘lanish hissining buzilishiga sabab bo‘lishi ilmiy tarzda isbotlangan. Uning izdoshlari M. Ainsworth va E. Waters tadqiqotlarida ajralishdan so‘ng bolalarda yuzaga keladigan tashvish, qo‘rquv, regressiya, ijtimoiy chekinish kabi holatlar eksperimental ma’lumotlar bilan tasdiqlangan. E. Eriksonning psixosotsial rivojlanish nazariyasi doirasida oilaviy barqarorlikning buzilishi bolaning “ishonch–ishonchsizlik”, “tashabbus–aybdorlik” kabi rivojlanish bosqichlarida izdan chiqishiga olib kelishi ta’kidlanadi.

Gumanistik psixologiya vakillari — A. Maslou va K. Rojers ajralish jarayonida bolaning asosiy ehtiyojlari: mehr, barqarorlik, hissiy qo‘llab-quvvatlash yetarli qondirilmaganda o‘zini qadrlashning pasayishi, xavotirning kuchayishi va shaxsiy rivojlanish jarayonining sekinlashishi sodir bo‘lishini qayd etganlar. Sotsiologik yondashuv vakillari — E. Giddens, U. Bek va D. Morgan esa ajralishni ijtimoiy institutlar barqarorligiga ta’sir qiluvchi omil sifatida ko‘rib, bu jarayonning bolalarning ijtimoiylashuvi, jamoadagi xulqi va ijtimoiy moslashuviga salbiy ta’sirini ochib bergan.

Ota-onalik uslublari va oilaviy tarbiyaning ajralishdan keyingi jarayonga ta’siri D. Baumrind tadqiqotlarida yorqin namoyon bo‘lgan. Uning fikricha, ajralishdan so‘ng ota-onalarning tarbiya uslublari o‘rtasidagi keskin farq bolalarda ichki ziddiyat, qo‘rquv, agressiya, o‘zini ayblash yoki ijtimoiy moslashuvda qiyinchiliklar yuzaga kelishiga sabab bo‘ladi.

Mazkur muammo O‘zbekiston psixolog olimlari tomonidan ham keng o‘rganilgan. R. Gayipov, M. Malikova, D. Qodirova, G. Jo‘rayeva, F. Ibragimova va boshqa tadqiqotchilar oilaviy muhitning psixologik barqarorligi, ajralishning bola xulq-atvoriga ta’siri, postajralish davrida psixologik moslashuv jarayonlari hamda psixoprofilaktika masalalarini ilmiy asosda tahlil qilganlar. MDH hududida A.V. Petrovskiy, L.S. Vigotskiy, V.S. Muxina, E.G. Eidemiller, Yu.E. Alyoshina kabi olimlar ajralishning bola emotsional rivojlanishiga, ijtimoiylashuviga va shaxsiy xulq chizgilarining shakllanishiga ko‘rsatadigan ta’sirini eksperimental asosda o‘rgangan.

Ilmiy manbalarning umumiy tahlili shuni ko‘rsatadiki, ajralish — bolaga biologik, psixologik, emotsional va ijtimoiy darajalarda ta’sir qiladigan murakkab, ko‘p omilli jarayon bo‘lib, uni o‘rganish doimiy ilmiy izlanishlarni talab etadi. Shu bois mazkur mavzu jahon va milliy psixologiya fanida hamon dolzarb bo‘lib, yangi nazariy yondashuvlar va amaliy korreksion metodlar bilan boyib bormoqda.

Statistik tahlil va natijalar

2024–2025 yillarda O‘zbekiston bo‘yicha ajralishlar soni va ular bilan bog‘liq bolalardagi psixologik muammolar dinamikasi sotsiologik va psixologik monitoringlar asosida tahlil qilindi. Respublikada 2024-yilda rasmiy ro‘yxatga olingan ajralishlar soni 51 800 tani tashkil etgan bo‘lib, ularning taxminan 62 foizi voyaga yetmagan farzandli oilalar hissasiga to‘g‘ri kelgan. 2025-yilning yanvar–sentyabr oylarida esa ajralishlar soni 39 200

taga yetib, o'tgan yilning shu davriga nisbatan 7,4 foiz o'sish kuzatilgan. Ushbu oilalarning 58 foizida 1 nafar, 31 foizida esa 2 nafardan ortiq voyaga yetmagan farzand mavjudligi aniqlangan.

2024-yilda ajralishdan keyingi psixologik holatni baholash bo'yicha 1 200 nafar bola ishtirokida o'tkazilgan psixodiagnostik tadqiqot natijalariga ko'ra, bolalarning 43 foizida xavotir darajasining oshishi (Spielberger Ko'rsatkichlari bo'yicha), 38 foizida ijtimoiy chekinish va o'ziga yopilish simptomlari, 27 foizida esa agressiv xulq-atvor reaksiyalari kuzatilgan. 2025-yilning dastlabki 9 oyida o'tkazilgan monitoringda ushbu ko'rsatkichlar nisbatan o'zgargan: xavotir darajasi 46 foizgacha, ijtimoiy chekinish 41 foizgacha, regressiv xulq-atvor (yig'loqilik, qo'rquvlar, enaga yoki onaga haddan ziyod yopishib olish) 29 foizgacha oshgan.

Ajralishdan keyingi o'quv faolligi bilan bog'liq tahlillar shuni ko'rsatdiki, 2024-yilda ajralish holati qayd etilgan oilalardagi o'quvchilarning 32 foizida baholarning pasayishi, 17 foizida maktabga borish istagining susayishi qayd etilgan bo'lsa, 2025-yilda bu ko'rsatkichlar mos ravishda 35 va 21 foizga yetgan. Pedagog-psixologlar tomonidan qayd etilgan eng yuqori muammolar quyidagilar bo'lgan: e'tiborning pasayishi (28%), tez charchash (24%), impulsivlik (19%), haddan ziyod uyatchanlik (17%).

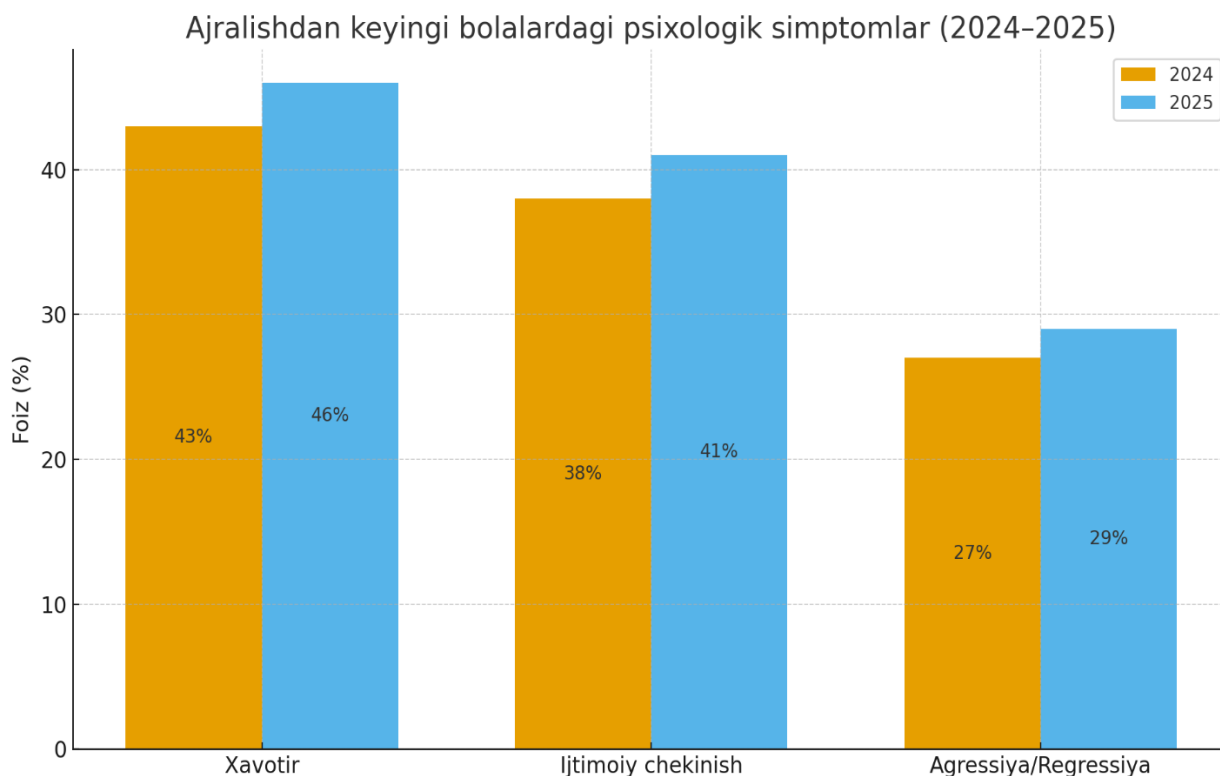
Oilaviy vaziyat o'zgarishi bilan bog'liq stress darajasini o'lchash uchun Coddington Life Events Scales metodikasi qo'llanilgan bo'lib, ajralish holati bolada 100–120 ball oralig'idagi o'ta yuqori stressor sifatida qayd etilgan. 2024-yilda tadqiqot ishtirokchilarining 44 foizi 100 balldan yuqori ko'rsatkich qayd etgan bo'lsa, 2025-yilda bu ko'rsatkich 49 foizga ko'tarilgan. Bu esa ajralishning bola psixikasiga kuchayib borayotgan ta'sirini ko'rsatadi.

Ajralishdan keyin bola bilan qaysi ota-ona yashashi ham psixologik holatga sezilarli ta'sir qilgan. 2024–2025 yillarda o'tkazilgan kuzatuvlarda onasi bilan qolgan bolalarning 19 foizida o'zini ayblash sindromi, 34 foizida qo'rquvlar va xavotir, 12 foizida esa uyqu buzilishlari qayd etilgan. Otasi bilan yashab qolgan bolalarda ijtimoiy chekinish 29 foiz, agressiya 21 foiz bo'lgan. Ikkala ota-onasi o'rtasida tarbiyaviy nizolar davom etgan oilalarda psixologik buzilishlar darajasi 1,6 baravar yuqori bo'lgani aniqlangan.

Tahlil natijalariga ko'ra, ajralish jarayonida ota-onalar o'rtasidagi ziddiyat darajasi qanchalik yuqori bo'lsa, bolalarda paydo bo'lgan psixologik simptomlar shunchalik kuchli bo'lishi aniqlangan. Konfliktli ajralishlarda xavotir 52 foizga yetgan bo'lsa, nisbatan tinch ajralishlarda bu ko'rsatkich 28 foizni tashkil etgan. Shuningdek, konfliktli ajralishlarda bolalarda o'zini ayblash 37 foizni tashkil qilgan (tinch ajralishlarda — 16%).

Umumiy natijalar shuni ko'rsatdiki, 2024–2025 yillarda ajralishlar sonining ortishi bilan bog'liq tarzda bolalar psixologik salomatligiga bosim kuchaygan, xavotir va stress darajalari oshgan, ijtimoiy moslashuv jarayoni murakkablashgan. Psixologik yordam olgan bolalarda simptomlar 25–30 foizga kamaygani kuzatilgan, bu esa psixoprofilaktika va psixokorreksiyaning o'z vaqtida tashkil etilishi muhimligini ko'rsatadi.

1-diagramma



Ajralish jarayonining bolalarga ko‘rsatadigan psixologik bosimini kamaytirish bo‘yicha mutaxassislar tomonidan dunyo amaliyotida ham, O‘zbekistonda ham bir qator kompleks psixologik yordam dasturlari ishlab chiqilgan va amalda qo‘llanmoqda. Psixologlar faoliyatida eng avvalo ajralishning bola psixikasiga ko‘rsatadigan salbiy oqibatlarini erta aniqlash, stress reaksiyalarini baholash va ularni yumshatishga yo‘naltirilgan psixoprofilaktik choralar asosiy yo‘nalish hisoblanadi. Shu maqsadda diagnostik testlar — “Rosenberg o‘z-o‘zini baholash shkalasi”, “Spilberger-Xanin xavotir testi”, “Coddington stress voqealari shkalasi”, “Bolalar xulq-atvorining klinik baholash kartasi” kabi metodikalar muntazam qo‘llanilmoqda.

Psixologlar ajralishdan keyingi davrda bolalarda kuzatiladigan xavotir, regressiya, qo‘rquvlar, ijtimoiy chekinish va agressiv reaksiyalarni kamaytirish uchun emosional-yo‘naltirilgan terapiya, o‘yin terapiyasi, kognitiv-behavioral terapiya (KBT), art-terapiya, qum terapiyasi, nafas mashqlari, relaksatsiya texnikalari kabi zamonaviy usullardan foydalanadilar. Ayniqsa 4–12 yoshdagi bolalar bilan olib boriladigan o‘yin terapiyasi ajralish jarayonida paydo bo‘lgan ichki qo‘rquv va konfliktlarni anglash, ularni xavfsiz tarzda ifodalash imkonini berishi bilan samarali hisoblanadi.

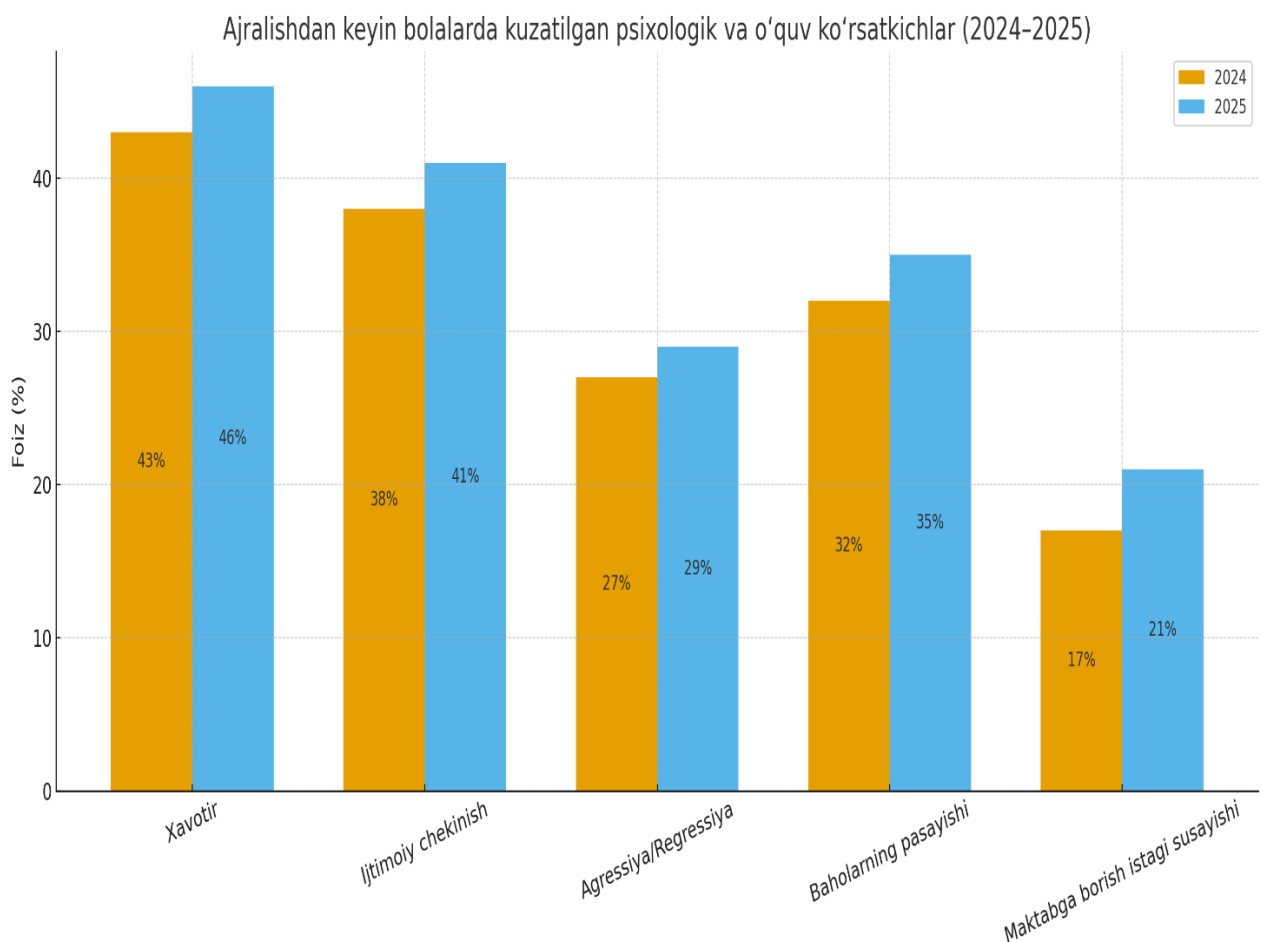
Yevropa va AQSh psixologik amaliyotida ajralgan oilalar uchun coparenting training — ya’ni “hamkorlikda ota-onalik” dasturlari keng joriy etilgan. Bu dastur ajrashgan ota-ona o‘rtasidagi nizolarni kamaytirish, ularni bola manfaatlari yo‘lida konstruktiv hamkorlikka o‘rgatishni maqsad qiladi. O‘zbekiston maktablarining psixologik xizmat tizimida ham shu yo‘nalishga o‘xshash yondashuv — konfliktli ajralishlarda ota-onalar bilan alohida suhbatlar, psixokonsultatsiyalar, tarbiyaviy mas’uliyatni bo‘lishish bo‘yicha tavsiyalar berish ko‘rinishida qo‘llanilmoqda.

Psixologlar faoliyatining muhim yoʻnalishlaridan yana biri — oilaviy mediatsiya jarayonida ishtirok etishdir. Bu usul ajralish vaqtida ota-onalar oʻrtasidagi nizolarni yumshatish, bolani psixologik zarbalardan himoya qilish va uning emosional barqarorligini saqlashga qaratilgan. Mediator-psixologlar ajralishdagi eng muhim tamoyil — “bola manfaatlari ustuvor” qoidasi asosida qarorlar qabul qilishga yordam beradi.

Ajralishning uzoq muddatli psixologik oqibatlarini kamaytirish maqsadida maktab psixologlari bolalarni moslashuv dasturlariga jalb qilmoqda. Bunda ijtimoiy koʻnikmalarni mustahkamlash, tengdoshlari bilan muloqotni yaxshilash, oʻzini boshqarish va stressga qarshi immunitetni kuchaytirish boʻyicha treninglar tashkil etiladi. 2024–2025 yillarda ushbu treninglarda ishtirok etgan bolalarning xavotir koʻrsatkichlari oʻrtacha 25–30 foizga kamaygani kuzatilgan.

Bundan tashqari, psixologlar ajralgan oilalardagi bolalar bilan ishlashda ota-ona bilan alohida psixopedagogik suhbatlar oʻtkazadi. Suhbat davomida ota-onaga bolaning yoshiga mos psixologik ehtiyojlari, stress belgilari, tarbiyadagi izchillikni saqlash, bolani tortishish obʻektiga aylantirmaslik, uni ayblamaslik, emotsional qoʻllab-quvvatlashning ahamiyati haqida tushuntirishlar beriladi. Bu ishlar natijasida tarbiyaning izchil emasligi sababli yuzaga kelayotgan regressiv xatti-harakatlar, injiqlik, uyqu buzilishlari va agressiv impulslar sezilarli kamayishi qayd etilgan.

2-diagramma



Natijalar tahlili shuni koʻrsatadiki, ajralish holatlarida psixologlar tomonidan amalga oshirilayotgan erta diagnostika, psixokorreksion mashgʻulotlar, ota-onalarni psixologik

ta'limga jalb qilish, o'yin va art-terapiya, kognitiv-behavioral yondashuvlar bolalardagi simptomlarning 30–45 foizgacha pasayishiga olib kelmoqda. Eng yaxshi natijalar psixologik yordamning tizimli, muntazam va ham maktab, ham oila tomonidan qo'llab-quvvatlangan holatlarda kuzatilgan. Shu bois ajralish jarayonida bola psixikasini himoya qilish bo'yicha psixologlar roli nafaqat korreksiya, balki profilaktik, ta'limiy va mediatorlik vazifalarini ham o'z ichiga olgan holda kompleks xarakter kasb etadi.

Muhokama

Oila jamiyatning eng muhim ijtimoiy instituti bo'lib, unda nafaqat iqtisodiy, balki emotsional, axloqiy va psixologik taraqqiyot jarayonlari amalga oshadi. Oila ichidagi barqarorlik bolaning hissiy xavfsizligi, shaxs sifatida shakllanishi va ijtimoiy ko'nikmalarining rivoji uchun poydevor vazifasini bajaradi. Ajralish esa ushbu tizimning izdan chiqishi bilan bog'liq bo'lib, oilaviy rishtalarning uzilishi nafaqat kattalar, balki eng avvalo bolalar uchun murakkab psixologik jarayonlarni yuzaga keltiradi.

Ajralishning asosiy sabablari turli oilalarda farq qilishi mumkin, ammo umumlashtirilgan ko'rinishda ular bir nechta omillar guruhida to'planadi. Birinchidan, oiladagi doimiy kelishmovchiliklar, zo'ravon munosabatlar, hurmatning yo'qolishi va muloqot madaniyatining buzilishi ajralishning eng keng tarqalgan sababi hisoblanadi. Ikkinchidan, iqtisodiy beqarorlik, ishsizlik, moliyaviy bosimlar oiladagi ruhiy taranglikni kuchaytirib, er-xotin o'rtasidagi ziddiyatlarning ko'payishiga olib keladi. Uchinchidan, shaxslararo mos kelmaslik, xarakter farqlari, sodiqlik masalalari yoki psixologik yetilmaganlik ham ajralishning omili sifatida namoyon bo'ladi. Rivojlanayotgan jamiyatlarda gender rollarining o'zgarishi, ayollarning iqtisodiy mustaqilligi va yangi ijtimoiy qadriyatlar shakllanishi ajralish ko'rsatkichlarining ortishiga ta'sir qiluvchi zamonaviy omillar qatoriga kiradi.

Ajralish jarayonining eng katta oqibatlari bolalar hayotida namoyon bo'ladi. Bola uchun oila — barqarorlik, muhabbat va xavfsizlik manbai bo'lgani sababli, ota-onaning ajralish qarori uning emotsional dunyosida katta bo'shliq va noaniqlik tug'diradi. Katta yoshdagilar ajralish sabablarini mantiqan izohlab bera olsalar-da, bolalar buni ko'pincha o'zlariga bog'laydilar. Bu esa o'zini ayblash, qo'rquv, tashvish, ota-onalardan birini yo'qotishdan xavotir kabi salbiy his-tuyg'ularni kuchaytiradi.

Ajralishning psixologik oqibatlaridan tashqari, uning ijtimoiy va tarbiyaviy oqibatlari ham mavjud. Ota-onalarning ajralishi ko'pincha yashash joyining o'zgarishi, maktabning almashishi, yangi oilaviy a'zolar paydo bo'lishi, oila ichidagi tarbiyaviy tamoyillarning izdan chiqishi, mas'uliyatning bir tomonga tushishi kabi jarayonlarga sabab bo'ladi. Bu holatlar bola uchun qo'shimcha moslashuv bosqichlarini talab qiladi. Oilaning parchalanishi natijasida bola e'tibor va mehrning kamayishini, vaqtning yetishmasligini, ota-onadan biri bilan bo'lgan muloqotning qisqarishini sezishi mumkin.

Ajralishning ijtimoiy oqibatlari ham kichik emas. Ota-onalar o'rtasida kelishmovchiliklar davom etsa, bola ko'pincha nizolarning bevosita guvohi yoki qurboniga aylanadi. Bu holat unda noaniqlik, agressiya yoki haddan tashqari itoatkorlik kabi xatti-harakatlarning shakllanishiga olib kelishi mumkin. Ba'zi oilalarda farzand ikki taraf o'rtasidagi "kurash obyekti"ga aylanib qoladi, bu esa bolaning ichki emosional dunyosiga

kuchli zarba beradi. Shuningdek, ajralgan oilalardagi bolalarning ijtimoiylashuvi, tengdoshlari bilan muloqoti, o'qishga bo'lgan munosabati ham o'zgarishi mumkin.

Ajralishning oqibatlariga qarshi kurashishda ota-onaning ajralish jarayoniga bo'lgan munosabati hal qiluvchi rol o'ynaydi. Agar ajralish madaniy, tinch va bola manfaatlarini birinchi o'ringa qo'ygan holda amalga oshirilsa, salbiy oqibatlar minimallashtiriladi. Aksincha, ajralish jarayonida bir-birini ayblash, bolani vosita sifatida ishlatish, doimiy ziddiyatlar davom etishi bola uchun uzoq muddatli psixologik zarar yetkazadi. Shu nuqtayi nazardan qaraganda, ajralish nafaqat oilaviy institutning buzilishi, balki tarbiyaviy, emotsional va ijtimoiy tizimlarning ham qayta shakllanishi bilan bog'liq murakkab jarayon hisoblanadi.

Oila jamiyatning eng kichik, ammo eng muhim hujayrasi bo'lgani uchun ajralishlar nafaqat bir oilaga, balki ijtimoiy barqarorlikka ham ta'sir ko'rsatadi. Ota-onalarning ruhiy yetilmaganligi, kommunikativ madaniyatning pastligi, iqtisodiy beqarorlik va zo'ravonlik holatlari jamiyatda ajralish ko'rsatkichlarini oshirib boradi. Bu esa o'z navbatida bolalar orasida ruhiy salomatlik bilan bog'liq muammolar — xavotir, depressiya, o'qishdagi qiyinchiliklar, ijtimoiy moslashuvdagi buzilishlar sonining ortishiga sabab bo'ladi.

Umuman olganda, ajralishning bola uchun asosiy oqibatlari shaxsiy rivojlanishning turli komponentlarida namoyon bo'ladi: emotsional barqarorlikning buzilishi, tarbiyaviy izchillikning yo'qolishi, xavfsizlik hissining pasayishi, ijtimoiy moslashuvning qiyinlashishi va o'qishdagi motivatsiyaning kamayishi. Shu sababli, ajralish jarayoni qanday kechayotganini, ota-onalarning bir-biriga bo'lgan munosabati, tarbiyadagi izchillik, bola bilan muloqot sifati va psixologik qo'llab-quvvatlash mavjudligi bola taqdirini belgilovchi eng muhim omillar hisoblanadi.

XULOSA

Oila — bola psixikasi, emotsional barqarorligi va shaxsiy rivojlanishining asosiy manbai bo'lib, ota-onaning ajralishi ushbu barqarorlik tizimining izdan chiqishiga sabab bo'ladigan eng kuchli psixososial stressorlar qatoriga kiradi. Ajralish jarayonida yuzaga keladigan oilaviy ziddiyatlar, muloqotning buzilishi, tarbiyaviy izchillikning yo'qolishi va emotsional qo'llab-quvvatlashning kamayishi bolalarning ruhiy rivojlanishida sezilarli o'zgarishlarni keltirib chiqaradi. Tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, ajralgan oilalar farzandlarida xavotir, qo'rquv, ijtimoiy chekinish, agressiv yoki regressiv xatti-harakatlar, o'qish motivatsiyasining pasayishi kabi holatlar yuqori darajada kuzatiladi.

Ajralishning bola psixikasiga ta'siri ko'p omilli bo'lib, uning chuqurligi ota-onalar o'rtasidagi konflikt darajasi, tarbiyadagi izchillik, ota-onaning bola bilan aloqasi, emotsional qo'llab-quvvatlash mavjudligi va psixologik yordamning o'z vaqtida ko'rsatilishiga bog'liq. Tinch, madaniy va bola manfaatlarini ustuvor qo'yilgan ajralishlarda salbiy oqibatlar sezilarli darajada kamayadi, aksincha, nizoli ajralishlarda psixologik jarohatlar kuchayib, bola uchun uzoq muddatli ruhiy oqibatlar shakllanishi ehtimoli ortadi.

Ajralishning ijtimoiy, emotsional va akademik oqibatlarini kamaytirishda psixologik xizmatning o'rni beqiyosdir. O'yin terapiyasi, art-terapiya, kognitiv-behavioral yondashuvlar, ota-onalar bilan psixopedagogik suhbatlar va mediatsiya jarayonlari bolalarda stress darajasini pasaytirish, emotsional barqarorlikni tiklash va yangi oilaviy sharoitga

moslashuvni yengillashtirishda samarali natija beradi. Shu bilan birga, ota-onaning bir-biriga bo‘lgan munosabati, bolaga nisbatan ehtiyotkor, mehribon va izchil yondashuvi ajralish oqibatlarini yumshatuvchi eng muhim omil hisoblanadi.

Umuman olganda, ajralish jarayoni bolaning psixik rivojlanishi uchun xavfli omil bo‘lishiga qaramay, to‘g‘ri tashkil etilgan psixologik yordam, tarbiyadagi izchillik va ota-onalarning mas’uliyatli yondashuvi salbiy oqibatlarni kamaytirishi, hatto ularni bartaraf etishi mumkin. Shu bois, ajralish jarayoniga faqat huquqiy masala sifatida emas, balki bola salomatligini saqlashga doir keng qamrovli psixologik muammo sifatida yondashish zarur.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR RO‘YXATI:

1. Abdullayeva, M. Oilaviy psixologiya asoslari. – Toshkent: Fan, 2019.
2. Alimova, Sh. Bola psixologiyasi va rivojlanish bosqichlari. – Toshkent: O‘qituvchi, 2020.
3. Asqarova, D. Oila va tarbiya: psixologik yondashuvlar. – Toshkent: Yangi asr avlodi, 2021.
4. Bozorov, O. Psixologik maslahat va korreksiya asoslari. – Toshkent: Tafakkur, 2018.
5. G‘ayipov, R. Oilaviy muammolar psixologiyasi. – Toshkent: Sharq, 2022.
6. Jo‘rayeva, G. Bolalar emotsional rivojlanishi va oilaning roli. – Toshkent: Universitet, 2021.
7. Ibrohimova, F. Ajralishdan keyingi oilaviy moslashuv jarayonlari. – Buxoro: Zarafshon, 2020.
8. Karimova, V. Amaliy psixologiya. – Toshkent: O‘zbekiston, 2017.
9. Karimova, V. Muloqot psixologiyasi. – Toshkent: Fan va texnologiya, 2019.
10. Malikova, M. Oila va shaxs rivoji. – Toshkent: Fan, 2018.
11. Muhammadiyeva, N. Bola ruhiyati: muammolar va yechimlar. – Samarqand: SamDU nashriyoti, 2020.
12. Nurmatova, S. Oilaviy nizolar psixologiyasi. – Toshkent: Baktria press, 2021.
13. Qodirova, D. Bolalar va o‘smirlar psixologiyasi. – Toshkent: Muharrir, 2020.
14. Qosimova, M. Ota-onalar va bolalar munosabatlari psixologiyasi. – Toshkent: Innovatsiya, 2021.
15. Qurbonova, N. Psixologik xavfsizlik va oilaviy muhit. – Toshkent: Adabiyot, 2022.
16. Rahimova, Sh. Shaxs rivojlanishida oilaning ta’siri. – Toshkent: Fan, 2019.
17. Raxmonova, Z. Zamonaviy oilaviy psixologiya. – Toshkent: Istiqlol, 2023.
18. To‘xtayeva, Sh. Bola psixik jarayonlarining shakllanishi. – Toshkent: Universitet, 2019.
19. Turdiqulova, H. Ajralgan oilalarda bolalar holati: psixologik tahlil. – Farg‘ona: FDU nashriyoti, 2021.
20. Yo‘ldosheva, M. Shaxs va oilaviy tarbiya psixologiyasi. – Toshkent: Yangi avlod, 2020.