

DOI: <https://doi.org/10.5281/zenodo.14883490>

BOLADA IJTIMOIIY XAVOTIR YUZAGA KELISHIDA OTA-ONA MUNOSABATINING TA'SIRI

Nozima O'risheva

O'zbekiston xalqaro islom akademiyasi

Psixologiya (din sotsiopsixologiyasi)

ta'lim yo'nalishi 4-bosqich talabasi

***Annotatsiya:** Maqolada ijtimoiy xavotir (ijtimoiy qo'rquv) va uning shakllanishiga ta'sir qiluvchi omillar tahlil qilingan. Ota-onalarning bolalariga bo'lgan munosabati, xususan, ularning hissiy va jismoniy e'tiborsizliklari, nazoratchi yondashuvlari yoki obsessiv munosabatlari ijtimoiy xavotirning rivojlanishiga qanday ta'sir qilishi haqida muhokama yuritiladi. Shuningdek, maqolada bugungi kunda ota-onalarning munosabati bola shaxsiyatining rivojlanishida ahamiyatli ekanligi ta'kidlangan.*

***Kalit so'zlar:** ijtimoiy xavotir, ijtimoiy qo'rquv, psixologik holat, destruktiv ota-ona, nazorat qiluvchi ota-ona, norozilik, egotsentrizm.*

Ijtimoiy xavotir yoki ijtimoiy qo'rquv – bu bir yoki bir nechta ijtimoiy vaziyatlarda (masalan, suhbat yoki nazorat ostidagi har qanday harakatlar) odamda yuzaga keladigan haddan tashqari xavotir bilan ifodalanadigan psixik holatning bir turi [2]. Ijtimoiy xavotirga duch kelgan odam harakatlari va suhbat boshqalar tomonidan salbiy baholanishidan qo'rqadi va buning natijasida qo'rquv yoki xavotir paydo bo'ladigan vaziyatlardan qochishga moyil bo'ladi [3]. Bunday odamlarda ijtimoiy xavotirga xos bo'lgan simptomlar kamida bir necha oy davomida yuzaga keladi va odamda hayotining muhim sohalaridagi buzilishlarga olib kelishi yoki distressni

keltirib chiqarishi uchun yetarlicha kuchli hisoblanadi. Odamlarda ijtimoiy xavotirning yuzaga kelishining sababi nimada? Ijtimoiy xavotir ham kattalarda, ham bolalarda paydo bo'lishi mumkin. Xavotirning mavjudligi asosan o'smirlik davrida yaqqol bilinishi mumkin. Chunki aynan shu yoshda odamda shaxsiyatining rivojlanishi, shaxslararo munosabatlarning hamda o'ziga bo'lgan bahosi va o'zini namoyon qilishining ko'payishi boshlanadi.

Bolada, keyin esa kattalarda ijtimoiy qo'rquvning shakllanishiga ta'sir ko'rsatadigan eng muhim omillardan biri bu uning o'sib ulg'aygan muhitidir. Birinchi navbatda, albatta, ota-onalar bilan munosabatlar. Ota-onalarning bolaga nisbatan destruktiv xatti-harakati, shuningdek, o'zaro munosabatlari bolalarda ijtimoiy xavotir rivojlanishiga olib kelishi mumkin. Bolalarga qayta-qayta e'tibor bermaslik, ota-ona nazorati, emotsional sovuqqonlik, o'ziga qaramlik, so'zsiz bo'ysunishni talab qilish, tinch qo'ymasligi va ota-onalarning boshqa xatti-harakatlari bolaning ruhiyatiga, ayniqsa o'smirlik davrida katta ta'sir qiladi.

Misol uchun, ota-onalar bolaning fikr va his-tuyg'ulariga e'tibor bermasa va ularni hech qanday ahamiyatga ega emas deb hisoblasa, bu bolaga salbiy ta'sir qiladi. Ota-onalar o'z ishlari bilan shug'ullanishadi, bolaning iltimoslari yoki shikoyatlarini e'tiborsiz qoldiradilar, ularga quloq solmaydilar yoki "Hech narsa qilmaydi, shu ham muammomi axir" kabi so'zlarni aytadilar. Ba'zilar ochiqdan-ochiq nafratlanishadi yoki hatto o'zlariga bolaning hisobiga hazil qilishlariga, o'sib borayotgan shaxsiyat va uning ehtiyojlarini qadrsizlantirishga va hatto kamsitishga ruxsat berishadi. Qoidaga ko'ra, ma'lum bir payt o'smir o'zini o'z ichiga oladi, hatto kattalardan eng kichik yordam olishdan umidini uzadi. Ota-onaning e'tiborsiz xatti-harakatining yashirin xabari "sen muhim emassan, sening fikring va his-tuyg'ularing muhim emas" kabi tuyiladi [1]. Bu bolaning shaxsiyati va o'zini o'zi qadrlashini yo'q qiladi va ko'pincha hissiy zo'ravonlikning bir ko'rinishi sifatida namoyon bo'ladi .

O'smir ochiqdan-ochiq norozilik bildira boshlaydi yoki ota-onasining roziligini kutgan holda muvaffaqiyatga erishish uchun bor kuchi bilan harakat qiladi. Ikkala variant ham mag'lubiyatga olib keladi, chunki ular ichki ziddiyatning kuchayishiga

sabab bo'lad, o'zini-o'zi qadrlashning yetarli emasligini va past ijtimoiy moslashuvni shakllantiradi. Ota-onalarning bolaga nisbatan e'tiborsiz xatti-harakatlarining oqibatlari fikrlar, ehtiyojlar va istaklarni ifoda etishda qiyinchiliklar, o'z nuqtai nazarini himoya qilish, muammolar va nizolardan qochish, boshqalarni mamnun qilish tendentsiyasi, o'zini past baholash va natijada ijtimoiy tayyorgarliksizlik va boshqa odamlar bilan yaqin munosabatlarni o'rnatishdagi qiyinchiliklarda namoyon bo'ladi.

E'tiborsiz ota-onalardan farqli o'laroq, nazorat qiluvchi ota-onalar bolaning hayoti bilan bog'liq bo'lgan hamma narsaga tom ma'noda aralashib, o'z fikrlarini qat'iy ravishda o'z zimmlariga oladilar, ularning fikricha yagona, to'g'ri bo'lgan qarorlarni beradilar. Ko'pincha bular hayotidagi hamma narsa, shu jumladan, bola ham "ideal" bo'lishi kerak deb hisoblaydigan perfektsionist ota-onalardir [1]. Ular bolani mustaqil shaxs sifatida ko'rmaydilar, uni o'z xohishlariga ko'ra tarbiyalaydilar va qayta shakllantiradilar, xuddi ularga e'tibor bermaganlar kabi, farzandining fikr va his-tuyg'ularini hisobga olmaydilar. Bunday bolani haddan tashqari "himoyalaydigan" ota-onalar ko'pincha jamiyat oldida g'amxo'r va ehtiyotkor ko'rinadi, ammo bola aksini his qiladi va o'z boshidan kechirganlari haqida hech kimga aytishni xohlamaydi. Va bola omon qolish uchun moslashishga majbur bo'ladi. U o'zini qanday eshitishni unutadi, hamma narsada onasi yoki dadasi bilan maslahatlashadi va ota-onalar "eng yaxshisini bilishiga" chin dildan ishonishni boshlaydi. U mehrni faqat boshqasiga moslashish orqali olish mumkin deb hisoblaydi. Ko'pchilik ota-onalari bilan aloqani uzib, balog'atga yeta olmaydi va o'zini chetlangan tuyg'uga mahkum qiladi, chunki ko'pincha bu holatda oila va qarindoshlar bolaga qarshi chiqadilar [1].

Ota-onalarning nazorat qiluvchi xatti-harakatlarining oqibatlari hissiy beqarorlik, boshqalarni mamnun qilish istagi, boshqa nazorat qiluvchi odamlarga ishtiyoq, o'zini alohida mustaqil shaxs sifatida qabul qilmaslik va ijtimoiy aloqalarni o'rnatishdagi qiyinchiliklarda namoyon bo'ladi. Ota-onalarning hissiy sovuqligi o'sib borayotgan bola uchun halokatli oqibatlarni keltirib chiqaradi. Bunday holatda ota-onalar tashqaridan juda g'amxo'r ko'rinishi mumkin, uyni toza saqlash va oilaning moddiy ehtiyojlarini qondirish, lekin bola doimo yashirin yoki ochiq bo'lgan hissiy va

/ yoki jismoniy masofani his qiladi. Jismoniy aloqa, e'tibor va yordamdan mahrum qilish ham hissiy zo'ravonlikning bir turi hisoblanadi. Bolalar o'zlarini e'tibor berishga arzimaydigan layoqatsiz va "hech kim" deb hisoblaydilar, hamda bu hisni katta hayotga olib kiradilar. Ba'zilar hech bo'lmaganda ona yoki otasining e'tiborini olish uchun tez-tez kasal bo'lib qolishadi [1].

Ota-onalarning jismonan borligi va hissiy ochlik bolaning ongini tom ma'noda buzadi, uni doimiy yolg'izlik, xavotir va og'riq tuyg'usiga soladi. Ota-onalarning hissiy jihatdan mavjud bo'lmagan xatti-harakatlarining oqibatlari katta yoshli bolalarning qaram xulq-atvorida, ota-ona mehrining o'rmini bosuvchi turli xil qaramlikka moyillik, chegaralarni belgilash, munosabatlarni o'rnatish muammolari, boshqa odamlarga ishonchsizlik va o'zini izolyatsiya qilish tendentsiyasida namoyon bo'ladi. O'zini o'ylaydigan ota-onalar verbal zo'ravonlikka va aybdorlarni qidirishga moyil. Bunday ota-onalar bolani o'z qadr-qimmatini oshirish uchun vosita deb bilishadi, lekin eng xavfli tuzoq shundaki, bola ota-onalarning sevgisi va e'tiborining bir qismini olish uchun ularning istaklariga mos kelishi kerak. Ammo balog'at yoshida ulkan muvaffaqiyatlarga erishgandan keyin ham, o'zini o'ylaydigan ota-onalarning farzandlari befarqligi va samimiy hamdardlik yo'qligi tufayli qalblarida bo'shliqni his qilishda davom etadilar. Ota-onalarning egosentrik, ya'ni o'zini o'ylaydigan xatti-harakatlarining oqibatlari: boladagi tashqaridan tan olinishiga keskin ehtiyoj, o'zini o'zi qadrlamaslik, baxtli bo'la olmaslik, yaqin munosabatlarni o'rnatishdagi qiyinchiliklar, nartistik shaxslarga talpinish, ichki yolg'izlik va "ortiqchalik" hissi [1].

Ko'pgina oilalarda barcha oila a'zolaridan, shu jumladan bolalardan o'z xohishlariga so'zsiz bo'ysunishni talab qiladigan ota-onalar turlari mavjud bo'ladi. Ota-onalar ko'pincha eng kichik itoatsizlikdan g'azablanadilar. Ba'zida bu ota-onadan biri bilan sodir bo'ladi va ehtimol bu xatti-harakatni tarbiyaviy va to'g'ri deb hisoblaydi. Ikkinchi ota-ona, hatto oilada jismonan mavjud bo'lsa ham, bunday zulmga indamay rozi bo'ladi va hissiy jihatdan o'zidan uzoqlashadi. Bunday ota-onalar urushqoq ota-onalar deb ataladi, ular tashqaridan mukammal ko'rinishni xohlashadi va bu ko'pincha sodir bo'ladi. Ammo bola, xuddi nazorat qiluvchi ota-onada bo'lgani

kabi, yopiq eshiklar ortida oilada haqiqatan ham nima sodir bo'layotgani haqida hech kimga xabar berishga jur'at etmaydi. Ota-onalar bolalarning kamchiliklari bilan verbal (va ko'pincha jismoniy) zo'ravonlik bilan kurashayotganini uqtiradi. Tanqid va tajovuz uchun mas'uliyatni doimiy ravishda bolaga yuklash – bunday ota-onalarning xatti-harakatlarining doimiy hamrohlaridir. Bu bolani xato qilishdan qo'rqib yoki moslashishga, onaning fikriga rozi bo'lishga va uni rozi qilishga harakat qilishga majbur qiladi. Yoki yaqinlikdan qochib, aloqa qilishdan qo'rqadi. Yoki uchinchi holatda, ochiqchasiga isyon ko'taradi, lekin bunga javoban kattalardan ko'proq tajovuzni qabul qiladi [1].

Ota-onalarning jangovar xulq-atvori natijasida bolada katta qo'rquv hissi, o'ziga ishonchsizlik, kichik mojaralarda ham keskin reaksiya, o'zini o'zi boshqarish, yaqin munosabatlarni o'rnatish va shaxslararo munosabatlarda noto'g'ri xatti-harakatlar paydo bo'ladi. Obsessiv ota-onalar doimo bolaning shaxsiy chegaralarini buzadilar, hamma narsaga va to'liq aralashadilar, bolalarni mustaqil shaxslar emas, balki ularning davomi deb bilishadi. Bola uchun bunday patologik munosabatni aniqlash qiyin, chunki bunday munosabatlardan bo'g'uvchi tuyg'u uni sevish hissi bilan qoplanadi. Ammo, aslida, ona uchun uning ehtiyojlari birinchi o'rinda turadi. Ko'pincha bunday ota-ona yolg'iz, o'ziga xos ijtimoiy aloqalarga ega emas va tom ma'noda o'z farzandining hayoti bilan yashaydi. Bolani, masalan, aybdorlik hissi orqali mohirona boshqaradi. Vaqt o'tishi bilan, bola ota-onasi bilan hamma narsani iste'mol qiladigan ittifoqqa o'rganib qoladi, bu ko'pincha onasi bilan sodir bo'ladi. Bunday simbiozni tushunish qiyin va psixologik jihatdan tuzatish qiyin. Ota-onalarning obsessiv xulq-atvorining odatiy oqibatlari – bu katta bo'lgan uchun mustaqillikka erishishdagi qiyinchiliklar, bolaning o'z chegaralarini tushunmasligi, noto'g'ri ijtimoiy xulq-atvor va shakllanmagan o'zini o'zi idrok etishdir [1]. Ota-onaning, ayniqsa onaning bolaga qanday munosabatda bo'lishi, uning o'zini qanday qabul qilishi va qanday munosabatda bo'lishi, bolaga o'ziga bo'lgan munosabatini bildirishi, uni boshqa odamlar va butun dunyo tomonidan qanday qabul qilish hissini shakllantiradi.

Yuqorida tavsiflangan ota-onalarning xatti-harakatlari bolalarning o'zini o'zi anglashini buzadi. Voyaga yetganida, bunday odamlar o'zlarining his-tuyg'ulari va ehtiyojlarini shakllantirishda, his-tuyg'ularini ifoda etishda qiyinchiliklarga duch kelishadi. Ularning jamiyatga moslashishi qiyin, chunki ijtimoiy xulq-atvor ko'nikmalari shakllanmagan yoki mos kelmaydigan bo'ladi. Hatto tanqid yoki rad etishning bir ishorasi bilan duch kelganda, ular bolaligida bo'lgani kabi, o'zlarining "qobig'ida" yashirinishga odatlanadi. Shafqatsiz doira paydo bo'ladi: ijtimoiy aloqalardan voz kechish faqat o'zining ahamiyatsizligi, pastligi hissini kuchaytiradi va jamiyatga nisbatan qo'rquvini yanada oshiradi. Va, albatta, shuni ta'kidlash kerakki, ota-onalarning munosabatlari ijtimoiy xavotirning shakllanishiga ta'sir qiluvchi omillardan biri hisoblanadi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati:

1. Статья: Смирнова Яна Николаевна, Роль родителей в формировании социальных страхов, Г: Белград, 2022.
2. <https://ru.wikipedia.org>
3. <https://icd.who.int/browse>