# NOSOG’LOM OILA MUHITINING BOG’CHA YOSHIDAGI BOLA RUHIYATIGA TA’SIRINI ANIQLASH METODIKASI

**Sagdiyeva Muattar Ravshanovna**
Xalqaro Nordik universiteti magistranti

**Annotatsiya:** Ushbu tezisda nosog’lom oila muhitining maktabgacha yoshdagi bolalar ruhiy rivojlanishiga ko’rsatadigan destruktiv ta’siri va ushbu holatlarni erta aniqlashning zamonaviy psixodiagnostik metodikalari kompleks tahlil qilingan. L.S. Vigotskiy, J. Bowlby va E. Erikson nazariyalariga asoslanib, oilaviy muhitning emotsional, kognitiv va ijtimoiy sohalarga ta’siri yoritilgan. "Mening oilam" va "Hayvonlar oilasi" proyektiv testlari orqali diagnostika o’tkazish metodikasi taklif etilgan.

**Kalit so’zlar:** nosog’lom oila, bog’cha yoshi, emotsional rivojlanish, proyektiv metodika, psixologik korreksiya

**KIRISH.** Maktabgacha yosh davri (3-7 yosh) inson shaxsining asosi shakllanadigan, tashqi ta’sirlarga o’ta sezgir bo’lgan bosqichdir. L.S. Vigotskiy ta’kidlaganidek, bolaning ruhiy rivojlanishi bevosita u yashayotgan ijtimoiy muhitning xarakteriga bog’liq bo’lib, oila bu borada birlamchi manba bo’lib xizmat qiladi [1]. Ayniqsa bog’cha yoshi davrida oilaviy muhitning sifati bola ruhiyatiga chuqur ta’sir ko’rsatadi. Hozirgi kunda oilalarda uchrayotgan nosog’lom muhit — ota-ona o’rtasidagi doimiy nizolar, hissiy sovuqqonlik va e’tiborsizlik kabi muammolar bolalarning emotsional barqarorligiga jiddiy zarar yetkazmoqda.

Nosog’lom oila muhiti deganda nafaqat jismoniy zo’ravonlik, balki bolaning emotsional ehtiyojlari inobatga olinmaydigan, uning shaxsiyati kamsitiladigan yoki haddan tashqari nazorat ostida tutiladigan atmosfera tushuniladi. Bog’cha yoshidagi bola hali o’z his-tuyg’ularini nutq orqali to’liq ifodalay olmasligi sababli, oiladagi salbiy muhit uning xulq-atvorida "himoya mexanizmlari" sifatida

namoyon bo’ladi. Bu holat bolada erta xavotirlanish, tajovuzkorlik va ijtimoiy moslashuv muammolarini keltirib chiqaradi.

Zamonaviy maktabgacha ta’lim tizimining asosiy vazifalaridan biri bolalarning psixologik farovonligini ta’minlash, ularni salbiy oilaviy ta’sirlardan himoya qilishdir. Shu nuqtai nazardan shaxsga yo’naltirilgan diagnostika modeli bolaning individual ehtiyojlarini hisobga olgan holda psixologik jarayonni qayta tashkil etishga xizmat qiladi.

**ASOSIY QISM.** Oila jamiyatning eng kichik bo’g’ini sifatida bola shaxsining shakllanishida asosiy omil bo’lib xizmat qiladi [1]. Nosog’lom oila muhitining bolalar psixikasiga ta’siri murakkab jarayondir. Avvalo bu holat bolaning "bazis xavfsizlik" hissini yo’qotishiga olib keladi. J. Bowlbyning bog’lanish nazariyasiga ko’ra, ota-onasi bilan mustahkam hissiy aloqaga ega bo’lmagan bola dunyoni xavfli deb qabul qila boshlaydi [2]. Bu esa bolaning nafaqat emotsional, balki kognitiv jarayonlarini ham sekinlashtiradi. Doimiy stress holatida bo’lgan bola yangi bilimlarni qabul qilishga diqqatini jamlay olmaydi, chunki uning barcha ruhiy energiyasi ichki qo’rquvlarni yengishga sarflanadi.

E. Erikson ta’riflaganidek, ushbu yoshda bolada "tashabbuskorlik" o’rniga "aybdorlik hissi" ustun kelishi ota-onaning haddan tashqari tanqidi natijasidir [3]. K. Rodjersning gumanistik yondashuviga ko’ra, bola erkin va qo’llab-quvvatlovchi muhitda samarali rivojlanadi [4].

Oila iqlimining nosog’lomligi bir necha omillar bilan namoyon bo’ladi: doimiy nizolar va stress, avtoritar tarbiyaviy uslub, hissiy sovuqqonlik va e’tiborsizlik. Bu omillar bola ruhiyatiga turli yo’nalishlarda ta’sir ko’rsatadi. Emotsional sohada xavotirlik, xavfsizlik hissi yo’qolishi va uyqusizlik kuzatiladi. Xulqiy jihatdan o’z-o’zini baholashning pasayishi, passivlik yoki agressivlik namoyon bo’ladi. Ijtimoiy rivojlanishda esa bog’lanish buzilishlari va ijtimoiy izolyatsiya yuzaga keladi.

Bog’cha yoshida bu ta’sir alohida keskin namoyon bo’ladi. 3-4 yoshda ko’p yig’lash, qo’rquv, uxlay olmaslik va kattalarga yopishish kabi alomatlar kuzatiladi. 5-7 yoshda esa o’zini yopish, jamoada izolyatsiya va depressiv kayfiyat namoyon bo’ladi.

Nosog’lom oilaviy munosabatlarni aniqlashda verbal so’rovnomalar bog’cha yoshidagi bolalar uchun kam samara beradi. Shu sababli psixologiyada proyektiv metodikalar, ya’ni rasm chizish va o’yin metodlari asosiy o’rin tutadi. L. Vigotskiy rasm chizishni "bolaning grafik nutqi" deb atagan [1].

"Mening oilam" testi bu borada eng ishonchli vositalardan biridir [5]. Bola rasm chizayotganda ongsiz ravishda oiladagi real munosabatlarni qog’ozga ko’chiradi. Agar rasmda oila a’zolari bir-biridan uzoq yoki qo’llarsiz tasvirlangan bo’lsa, bu oiladagi muloqotning yo’qligidan yoki emotsional sovuqqonlikdan dalolat beradi. Bolaning o’zini rasmga chizmasligi yoki kichik qilib tasvirlashi uning oilada o’zini keraksiz his qilishini anglatadi.

"Hayvonlar oilasi" proyektiv testi ham samarali hisoblanadi. Bolaga o’z oilasini hayvonlar ko’rinishida tasvirlash topshirilganda, u ota-onasining haqiqiy xarakterini ramziy ma’noda ochib beradi. Masalan, otasini sher, o’zini esa kichik quyoncha qilib chizish oiladagi kuchli ierarxik bosim mavjudligini ko’rsatadi.

Taklif etilayotgan kompleks baholash tizimi quyidagi komponentlarni o’z ichiga oladi: ota-onalar uchun so’rov, bola chizma testi, o’yin diagnostikasi va tarbiyachi kuzatishi. Bu vositalar yordamida oila muhitining nosog’lomlik darajasi va bola ruhiyatining holati aniqlanadi.

Nosog’lom muhit ta’sirini kamaytirish uchun nafaqat bola bilan, balki butun oila tizimi bilan ishlash lozim:

Art-terapiya seanslari: Bola o’zining qo’rquv va agressiyasini loydan yasash, qum bilan o’ynash yoki rasm chizish orqali tashqariga chiqarishi zarur.

Ertak-terapiya: Bolaga maxsus psixologik ertaklar aytib berish orqali uning dunyoga bo’lgan ishonchini qayta tiklash mumkin.

Ota-onalar uchun psixopedagogik treninglar: Oiladagi muloqot madaniyatini o’zgartirish va ota-onalarning emotsional intellektini oshirish bo’yicha mashg’ulotlar o’tkazish.

Ushbu tadqiqot natijalarini amaliyotga joriy etish orqali maktabgacha ta’lim muassasalari mutaxassislari quyidagi yo’nalishlarda faoliyat yuritishlari mumkin:

**Amaliy tavsiyalar:** Profilaktik monitoring: Har bir guruhda bolalarning oilaviy sharoitini o’rganish uchun yiliga kamida ikki marta proyektiv diagnostika o’tkazish va "xavf guruhi"dagi bolalarni aniqlash.

Multimodal yondashuv: Nosog’lom muhit aniqlangan holatlarda bola bilan ishlashda ertak-terapiya, qum terapiyasi va art-terapiya metodlarini qo’llash.

Ota-onalar akademiyasi: Bog’cha qoshida "Sog’lom oila — sog’lom bola" mavzusida doimiy seminar-treninglar tashkil etish.

Muhitni optimallashtirish: Bolaning bog’chadagi vaqti uning uchun "xavfsiz hudud"ga aylanishi kerak. Ota-onasi bilan munosabati yomon bo’lgan bola bog’chada o’zini qabul qilingan va qadrlangan his qilishi lozim.

Psixologik treninglar: Bolalarga emotsiyalarni boshqarish va samarali muloqot ko’nikmalarini o’rgatish bo’yicha guruh mashg’ulotlari o’tkazish.

**XULOSA**. Oila — bog’cha yoshidagi bola uchun uning dunyoqarashi, emotsional intellekti va ijtimoiy moslashuv ko’nikmalari shakllanadigan asosiy muhitdir.

Tadqiqot natijalariga ko’ra: Nosog’lom oilaviy muhit bog’cha yoshidagi bolada turg’un xavotir va dunyoga nisbatan ishonchsizlik hissini shakllantiradi. Bu holat bolaning psixologik himoya mexanizmlarini ishga tushirib, uning tabiiy rivojlanish energiyasini ichki qo’rqinchlarni yengishga sarflashiga sabab bo’ladi.

Natijada bola tengdoshlaridan orqada qolishi yoki o’ta tajovuzkor xulq-atvorni namoyon etishi kuzatiladi.

Maktabgacha yoshdagi bolalarda muammolarni aniqlashda verbal metodlar kutilgan samarani bermaydi. Shaxsning ongsiz sohasidagi kechinmalarini aniqlashda proyektiv metodikalar eng yuqori diagnostik ahamiyatga ega. Bolaning rasmida ishlatilgan ranglar, chiziqlar bosimi va oila a’zolarining joylashuv tartibi oiladagi real mikroklimatni ko’rsatib beruvchi indikatorlar hisoblanadi.

Nosog’lom muhitning salbiy oqibatlarini bartaraf etish faqat bola bilan ishlash orqali amalga oshmaydi. Bu jarayonda oila-bola-bog’cha uchligi o’rtasida mustahkam hamkorlik o’rnatilishi shart. Psixologik korreksiya jarayoni bolani art-terapiya va o’yin terapiyasi orqali emotsional bo’shatish bilan bir qatorda, ota-onalarning psixologik savodxonligini oshirishni ham o’z ichiga olishi lozim.

Nosog’lom oila muhitining ta’sirini erta bosqichda aniqlash va metodik jihatdan to’g’ri yondashish — bolaning kelajakda jamiyatda o’z o’rnini topishi, sog’lom identitet shakllantirishi va intellektual salohiyatini ro’yobga chiqarishi uchun strategik ahamiyatga ega.

## FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR

1. Vygotsky, L.S. (1978). Mind in Society. Harvard University Press.
2. Bowlby, J. (1988). A Secure Base: Parent-Child Attachment. Basic Books.
3. Erikson, E.H. (1950). Childhood and Society. Norton.
4. Rogers, C.R. (1961). On Becoming a Person. Houghton Mifflin.
5. Korman, L. (1964). Le Test du dessin de famille. Paris: PUF.