

BOLALARDA QO‘RQUVNI PAYDO BO‘LISH SABABLARI**Xursanov Omadbek Ulug‘bekovich**

Qo‘qon universiteti ta‘lim kafedrası o‘qituvchisi

Umarqulova Maftuna Xayotjonovna

Boshlang‘ich ta‘lim yo‘nalishi 1-kurs talabasi

maftunaumarqulova318@gmail.com

Annotatsiya: Biz ota- onalar farzandlarimizni kuchli jasur va shijoatli bo‘lib o‘shishlarini hohlasak ularni bolalik payitidanoq to‘g‘ri tarbiyalashni bulishlari lozim. Bolalar qo‘rqani sari o‘zini kuchsiz ishonchsiz seza boshlaydi bunga sabab bolalarni qo‘rquvi. Bolalarda qanday qilib qo‘rquv paydo bo‘ladi. Ushbu maqola bolalarda qo‘rquvni paydo bo‘lish sabablari keltirib o‘tilgan. Xulosa va takliflar berilgan.

Kalit so‘zlar: Qo‘rquv, ota-ona, bolalar, xafli, psixologiya, vaziyat, farzandlar tarbiyasi, taqiqlar, kuchli stress.

Kirish. Farzandlarimiz “Juda kichik bolalar, ko‘rsatmalar va taqiqlarni hali yaxshi tushunmaydi, xaf borligini sezmagani uchun ham hech narsadan tap tortmaydi. Doimiy ravishda qo‘rqitishni qurol qilib olsak, biz bolalarimizni qo‘rqoq, ishonchsiz, yoki hayolparast qilib tarbiyalaymiz. Agar biz farzandlarimizni o‘ziga ishonchi past inson bo‘lib qolishini istamasak meyorini ushlashni bilishimiz kerak”,- deydi psixologlar. “Tez uxla, yo‘qsa “bo‘ji” seni obketib qoladi”, ovqatini yemas doktor kelib ukol qiladi” ...Yosh bolali uylarda nishunday tahdidlar tez tez yangrab turadi. Xali dunyoni anglab ulgurmagani mitti vujudga qo‘rquv hissi singdiriladi. Bu orqali kattalar bolalarni osongina yo‘rig‘iga solib oladi. Lekin uni keying hayotini hech ham o‘ylamaydi. Qo‘rqitish metodidan haddan oshiq foydalanish bola ruhiyatiga qanday ta‘sir qilish to‘g‘risida o‘ylab ham ko‘rmaydi. Qo‘rquv bizni xafli singnal bilan ta‘minlaydigan hissiyotdir. Bunda biz darhol o‘zimizni ehtiyot qilish rejimini yoqamiz. Shu sababli hissiy intellek rivojlanishi uchun tarbiya nuqtai nazaridan, qo‘rquvni butunlay istisno qilish kerak emas. Qo‘rquvni to‘g‘ri yo‘naltirishni o‘rganish kerak. Agar ota-ona bolani qo‘rqitsa, itoatkorlikka erishish kafolatlanadi. Ammo bola psixologiyasida jarohat qoladi. Har bir bola juda ko‘p qo‘rquvni boshdan kechiradi, ularning aksariyati asossiz. Ba‘zi qo‘rquvlar vaqtinchalik, boshqalari instinktiv, asosan tug‘ma, masalan, qorong‘ilik, balandlikdan qo‘rqish va hokazo. Ammo ota-onalar tomonidan qo‘rqitish jarayonida paydo bo‘ladigan qo‘rquvning bir qancha toifasi mavjud.¹

Ba‘zi vaziyatlarda, gapirish imkoni bo‘lmaganda, juda tez harakat qilish kerak bo‘ladi. Bunda qo‘rquv yordam beradigan yagona narsa deb o‘ylaymiz. Misol uchun, agar bola mashina yo‘liga chiqsa, xavfliligini ta‘kidlab, bu qo‘rqinchli oqibatlariga olib kelishini aytish kerak. Ota-onalarimiz va oldingi avlodlarimizdan meros bo‘lib qolgan odat bu. Bolalar bezorilik qilishi agressiyasi ortida ma‘lum psixologik sabablar ham bor. Qo‘rqitishdan oldin boladagi injiqlik sabablarini o‘rganish kerak. Qo‘rquv yordamida biz bola e‘tiborini ma‘lum bir narsaga qaratishga harakat qilamiz. Mavjud bo‘lmagan qo‘rqinchli qahramonlarni o‘ylab topib, o‘zimizdagi tarbiya mas‘uliyatini yovuz ajina, jahldor amaki, maxluq va boshqalarga o‘tkazgan bo‘lamiz. Ayniqsa,

¹ <https://shahnozapro.uz/>

bolani yo‘rig‘iga sololmagan ota-onalar muayyan kasb egalari bilan qo‘rqitishga harakat qilishadi. Jumladan, shifokorlar, militsiya xodimlari, oiladagi kattalar, otasi, bobo, buvi va boshqalardan foydalanishadi. Juda kichik bolalar, ko‘rsatma va taqiqlarni hali tushunmaydi, xavf borligini sezmagani uchun ham hech narsadan tap tortmaydi. **Doimiy ravishda qo‘rqitishni qurol qilib olsak, biz bolalarimizni qo‘rqoq, ishonchsiz, emotsiyaga beriluvchan qilib tarbiyalaymiz.** Agar biz farzandimizdan o‘ziga ishonchi past inson paydo bo‘lishini istamasak, muvozanatni ushlashni bilishimiz kerak. Maktab yoshigacha bo‘lgan davrda bola kattalar aytganiga ishonadi. Tahdidlar asosli emasligiga ishonch hosil qilgandan keyin ham, bola hali ham ulardan qo‘rqaveradi. Chunki ong ostida bu negativ hissiyotlar muhrlanib qoladi. Erta bolalikda, bolalarda tajriba va tanqidiy fikrlash yo‘q bo‘ladi, shuning uchun bola kattalarga butkul ishonadi. Shuning uchun bola ajina va “ujas”lar borligiga ishonadi va undan qo‘rqadi. Biroq kattalar qo‘rquv bolaga biron bir nojo‘ya ta‘sir qilishiga imkon bermaydi, chegarada ushlaydi deb o‘ylashadi. Lekin aslida, ular bolada bu “maxluqlar” qandaydir tarzda yomon ish qilinganida darhol paydo bo‘ladigan, jazolovchi tasvirini yaratadi. Har gal xato qilib qo‘ysa, ular kelib qolishidan cho‘chib turadi. Qarabsizki, eng kuchli stress bilan bu “maxluqlarni” kutishni boshlaydi. Agar bola bu qo‘rquvni vaqtida ota-onasi bilan bo‘lishsa, ruhiy jarohatlarning oldini olsa bo‘ladi. Aks holda, ulg‘ayganida bir ish boshlashida xato qilsa, kimdir jazolaydigandek xavotirga tushadigan insonga aylanadi. Kichiklikda esa bu holat uyqu buzilishi, ovqatlanish, tushkun kayfiyatga sababchi bo‘ladi. Qo‘rquv va keskin chegaralash bolalar bog‘chasi va maktabda har xil nizo va ruhiy zarbalarga sababchi bo‘lishi mumkin. Kattalar nima bo‘layotganini tushuna olmaydi. Keyin, bola ulg‘ayavergach, allaqachon qo‘rquvlaridagi kattalar tomonidan aytilgan jonzotlar kelmasligini tushunadi. Bunday holda, kattalar bola uchun yolg‘onchilar toifasiga kiradi. Keyinchalik ularning barcha so‘zlariga shubha bilan ishonmay ulg‘ayishadi. Bu esa bola tarbiyasi uchun juda achinarli holatdir. Chunki ertami-kechmi bola onasi va dadasi uni aldaganini tushunadi. Xafagarchilikdan tashqari, bola hammani aldash mumkinligini anglaydi. Hatto kattalarni ham. Afsuski, yomon odamlar haqiqatan ham mavjud. Bolalar yomon niyatli bola o‘g‘rilari qurboni bo‘lishadi. Bunday “amaki va xolalar” haqiqatda topilishi mumkin bo‘lgan tahdidli shaxs bo‘lishini tushuntiring! Bu juda muhim. O‘yin maydonchasida sen notanish odamga yaqinlashmasliging kerak, begonaga eshikni ochmaslik kerak, deya bolani ogohlantirish lozim. Ya‘ni bola o‘zini himoyalashga o‘rgatiladi. Agar bu qo‘rqitishlarni kattalar o‘z manfaatlari yo‘lida ishlataverishsa, bola hech kimga ishonmaydigan, odamovi bo‘lib voyaga yetadi. **Bola qo‘rqitilayotganida nimani his qiladi?** Avvalo shuni ta‘kidlash kerakki, qo‘rqitishning asosiy maqsadi deyarli hech qachon amalga oshirilmaydi: ya‘ni bola o‘zi anglagan holda o‘zining axloqini tuzatib, yomon xulq-atvorini to‘g‘rilab qo‘ymaydi. Ayni bunday qo‘rqitilgan paytda bola his qilayotgan narsa — bu qo‘rquv girdobi bo‘ladi. Bu qo‘rquv nafaqat biror narsaga e‘tibor qaratishga to‘sqinlik qiladi, balki yashirin xavflarni ham olib keladi. Ota-onalarning yana bir keng tarqalgan noto‘g‘ri tushunchasi: qo‘rquv bolani o‘zini o‘zi boshqarishga o‘rgatadi, deb o‘ylashadi. Aslida esa, qo‘rquv holatida bola amalda hech narsani o‘rgana olmaydi. U shunchaki qo‘rqqani uchungina gapga ko‘nadi. Mohiyatan vaziyatni anglamaydi. Qo‘rquv o‘z ichiga psixologik travmadan tashqari, bola bir qator yashirin kasallik komplekslarini oladi. Bu uning keyingi rivojlanishini sezilarli darajada murakkablashtiradi. Hatto balog‘at yoshida ham o‘qish va ishdagi muvaffaqiyatiga ta‘sir qiladi. Qo‘shimcha tarzda atrofdagilarga ishonchsizlik hissi ortadi: birinchi navbatda ota-onalarga,

keyin esa butun dunyoga. Qo‘rquv natijasida [enurez](#), duduqlanish, [asab tuklari](#) yoki tirnoq tishlash kabi reaksiyalar (kasalliklar) paydo bo‘ladi. Bular esa tabiiyki shunday “tarbiya” metodlari natijasidir. Qo‘rquvni tarbiyaviy vosita sifatida muntazam ravishda qo‘llash bolaning kattalar bilan suhbatdan qochishi va jur‘at yetishmasligiga olib keladi. Endi o‘ylab ko‘ring, nega hozirgi davrda muloqot, notiqlik kurslari va motivatorlarga ehtiyoj ko‘p? Bular bir paytdagi qo‘rquv bergan ruhiy jarohatning asorati. **Qo‘rqinchli hikoyalardagi qahramonlarni qanday almashtirish mumkin?** Birinchidan, bolani faqat uning hayotiga haqiqatan ham zarar yetkazadigan narsalar bilan ogohlantirish, qo‘rqinchli voqea sodir bo‘lishi mumkinligini tushuntirish kerak. Misol uchun, elektr toki, issiq temir, mashina yo‘li va boshqalar. Ikkinchidan, haqiqatan ham xavfli bo‘lishi mumkin bo‘lgan yuqorida keltirib o‘tganimizdek, begona, niyati yomon bo‘lgan (bola o‘g‘rilari, pedofil) odamlar borligi bilan qo‘rqitish, adekvat va normada kerak. Buning oldini olish uchun bola bilan gaplashing, uni ogohlantiring, lekin buni agressiv holatda emas, balki xotirjam holatda bo‘lganingizda tushuntiring. Agar biron bir “xola” yoki “amaki”, hatto notanish bola unga shirinlik berishni xohlasa va uni uyiga taklif qilsa, rozi bo‘lmasligini uqtirish kerak. Uchinchidan: bolaning shaxsiyatiga tegmasdan xavfdan ogohlantirish kerak. Ota-onalar ikkita usuldagina bolani qo‘rqitishsiz, ma‘lum kutilayotgan axloqiy natijalarga erishishlari mumkin:

1. O‘zi yaxshi namuna bo‘lish.
2. Oilada oqilona qoidalarni o‘rnatish.

Avvalo, ota-onalar barcha holatlarda – ertalab yuvinishdan tortib, turli odamlar bilan muloqot qilishgacha bo‘lgan xatti-harakatlarning to‘g‘ri asoslarini misol qilib ko‘rsatishlari kerak. Bolalar ongsiz ravishda ma‘lumotni o‘zlashtirishadi. Hamma narsada ota-onasiga taqlid qiladi. Shuning uchun tarbiyada, shubhali, dahshatli hikoya va ertaklardan foydalanmang”, deydi psixolog. Bola hayotida uchraydigan barcha qiyinchiliklarni vaqt o‘tishi bilan bosqichma-bosqich mustaqil ravishda yengib o‘tishi mumkin. Lekin qo‘rquv borasida bunday xulosa chiqarib bo‘lmaydi. Bolaning biror narsadan qattiq cho‘chishi natijasida kelib chiqadigan his-tuyg‘u uning fantaziyasi, ijodiy tasavvuri shakllanishi bilan birga rivojlanib borishi mumkin. Masalaning yana bir tomoni borki, bolaning hech narsadan cho‘chimasligi ham ijobiy holat emas. Chunki bu bola hayotiga yomon ta‘sir etuvchi xavf-xatarlar ham keltirib chiqarishi mumkin. Bunday bolalar nazoratsiz qolganda baland devorlarga chiqib ketishi, cho‘milish maqsadida o‘zini anhora tashlashi, yovvoyi hayvonlar, sudralib yuruvchilarga yaqin borishlari ham hech gap emas. Bu esa ko‘ngilsizliklarni keltirib chiqaradi. Shuning uchun ham qo‘rquv, aniqrog‘i, ehtiyotkorlik bolaning xavfsizligini ta‘minlovchi himoya mexanizmi sifatida namoyon bo‘ladi. Bolaning kuchli qo‘rqishi uning ruhiyatida emotsional jarohat qoldiradi, hatto salbiy oqibatlariga olib kelishi mumkin. Natijada bolada ko‘zini tez-tez piri-piratish, duduqlanish, boshqalar bilan munosabatga kirishishga qiynalishi, o‘ziga nisbatan ishonch hissining yo‘qolishi, ba‘zan agressiya kuzatilishi mumkin. Ko‘p hollarda ota-onalar bolaga ta‘sir o‘tkazish, aytganlarini bajartirish uchun oqibatini o‘ylamay “eng oson” yo‘lini tanlashadi, ya‘ni qo‘rqitishadi. Buyumlar va o‘yinchoqlar bola uchun tirikdek bo‘lib qoladi. Kattalar yonida bo‘lganida, bola o‘zini xavfsiz his etadi. Ammo kattalar ketishi bilan unda ishonch hissi yo‘qoladi, mavjudlik va o‘ylab topilgan dunyo orasidagi chegara juda mustahkam bo‘lmaydi, bola ko‘pincha to‘qima obrazlar va haqiqatni aralashtirib yuboradi. Ana shunda turli-

tuman qo‘rquvlar paydo bo‘ladi. Farzandingiz Sizdan buni so‘ramasa-da, hamisha yordam berishingiz va qo‘llab-quvvatlashingizga ehtiyoj sezadi!²

Xulosa.

Ota-onalar shuni bilishlari lozimki, farzandlar olloh tomonidan berilgan ne‘matdir. Inson mukammal bo‘lishi mumkin emas, ammo dilbandlarimizga to‘g‘ri tarbiya berishimiz va farzand deb atalmish ne‘matlarni qadriga yetishimiz lozimdir. Farzandlar tarbiyasida qo‘rquvdan foydalanish bu xato uslubdir. Qo‘rquv sabab bolalar o‘zlaridagi erkin fikrni bayon qilishda, mustaqil harakat qilish kabi holatlarda qiyinchiliklarga duch kelishi mumkin. Muntazam qo‘rquv esa, bolalarda stressli holatlarga sabab bo‘ladi.

Foydalanilgan adabiyotlar:

1. Asilova, S. X. (2023). O ‘QUVCHILARNI KASB-HUNARGA YO ‘NALTIRISHNING PEDAGOGIK-PSIXOLOGIK MEXANIZIMLARI.
2. Alijon, M., Rahmonjon, A., & Asilova, S. (2023). TA'LIM JARAYONIDA ISH STRESSI BILAN BOG'LIQ MUAMMOLARGA PSIXOLOGIK YECHIM. *QO 'QON UNIVERSITETI XABARNOMASI*, 854-860.
3. Asilova, S., & Abdulxaqov, N. (2024). MAKTAB BITIRUVCHILARINI KASB-HUNAR TANLASH MUAMMOLARIGA PSIXOLOGIK YORDAM. *Interpretation and researches*.
4. Xatambojevna, A. S. (2024). O ‘QUVCHILARNI KASB-HUNARGA YO ‘NALTIRISDA PEDAGOGIK-PSIXOLOGIK YORDAM. *JOURNAL OF MULTIDISCIPLINARY BULLETIN*, 7(1), 16-20.
5. Asilova, S. X. (2023). MAKTAB BITIRUVCHILARINI KASB TANLASH MUAMMOLARI VA ULARNI BARTARAF ETISH USULLARI. *YOUTH, SCIENCE, EDUCATION: TOPICAL ISSUES, ACHIEVEMENTS AND INNOVATIONS*, 2(8), 12-16.
6. Rahmonjon, A., & Asilova, S. (2023). BILISH JARAYONLARI PATOLOGIYASI. *QO 'QON UNIVERSITETI XABARNOMASI*, 770-772.
7. Alijon, M., Iqlimaxon, A., & Asilova, S. (2023). BOSHLANG 'ICH SINFI O 'QUVCHILARINI MAKTABGA MOSLASHUVIDA PSIXOLOGIK YORDAM. *QO 'QON UNIVERSITETI XABARNOMASI*, 861-864.
8. Xatambojevna, A. S. (2023). MAKTABGACHA TA 'LIM TASHKILOTLARIDA TARBIYALANAYOTGAN 6-7 YOSHLI BOLALARNI IJTIMOY-HISSIY RIVOJLANISHINING SHART-SHAROITLARI. *O'ZBEKISTONDA FANLARARO INNOVATSIYALAR VA ILMIY TADQIQOTLAR JURNALI*, 2(17), 344-350.
9. Raximjonovna, U. N. (2023). O 'SMIR YOSHIDAGI O 'QUVCHILARDA "TARBIYA" FANINI O 'QITISH ORQALI MUSTAQIL FIKRLASHGA O 'RGATISH. *Finland International Scientific Journal of Education, Social Science & Humanities*, 11(6), 232-237.
10. Asilova, S. X. (2023). O ‘QUVCHILARNI KASB-HUNARGA YO ‘NALTIRISHNING PEDAGOGIK-PSIXOLOGIK MEXANIZIMLARI.
11. Xursanov, O. (2023). TALABALARNI HAMKORLIK TEXNOLOGIYASI ASOSIDA O'QUV - MA'NAVIY MOSLASHUVCHANLIK IMKONIYATLARINI OSHIRISH TEXNOLOGIYASI (1 - KURS

² <https://kun.uz/news/2023/04/18/dunyoni-anglamasidan-qorquv-hissini-singdiramiz-qorquv-bilan-ulgayayotgan-bolalar>

TALABALARI MISOLIDA). *Educational Research in Universal Sciences*, 2(12), 264–269. Retrieved from <http://erus.uz/index.php/er/article/view/5519>

12. Toxirjon, U. (2024). PEDAGOGIKA VA PSIXOLOGIYA O'RTASIDAGI O'ZARO TA'SIRNI O'RGANISH. *Integration of Economy and Education in the 21st century*, 2(2), 22-27.

13. Toxirjon, U. (2024). BOSHLANGICH SINFLARDA O 'QISHNI YETKAZIB OLISHGA QIYNALAYOTGAN O 'QUVCHILAR BILAN ISHLASHDA INTERFAOL USULLARDAN FOYDALANISH. *Integration of Economy and Education in the 21st century*, 2(2), 9-13.

14. Umarov Tokhirjon. (2024). PROVISION OF PSYCHOLOGICAL SERVICES IN EXTREME SITUATIONS IS SOCIAL. *International Multidisciplinary Journal of Universal Scientific Prospectives*, 2(2), 1–6. Retrieved from <https://izlanuvchi.uz/index.php/iz/article/view/28>

15. В статье представлена информация о роли педагогики и психологии в повышении качества и эффективности образования, формировании зрелого поколения. Данное научное исследование исследует решающую роль симбиотических взаимоотношений педагогики и психологии в . (2024). YANGI O'ZBEKISTONDA IJTIMOIIY-INNOVATSION TADQIQOTLAR, 2(2), 5-12. <https://nuzjournals.uz/index.php/yoit/article/view/79>

16. Умаров Тохиржон. (2024). ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ПРИНЦИПЫ ОТНОШЕНИЙ МЕЖДУ ПРЕДСТАВИТЕЛЯМИ РАЗНЫХ РЕЛИГИЙ. *Yosh Tadqiqotchi Jurnali*, 3(2), 18–25. Retrieved from <https://2ndsun.uz/index.php/yt/article/view/655>

17. Toxirjon, U. (2024). XALQARO O 'QISH SAVODXONLIGINI O 'RGANISH (PIRLS). *Integration of Economy and Education in the 21st century*, 2(2), 14-17.

18. Умаров, Т. (2024). ВЛИЯНИЕ СОВРЕМЕННЫХ ИГРУШЕК НА ДЕТСКУЮ ПСИХОЛОГИЮ. *Integration of Economy and Education in the 21st century*, 2(2), 18-21.