



BOLALIK DAVRIDA KECHGAN PSIXOLOGIK JAROHATLARNING O‘SMIRLAR RUHIY SALOMATLIGIGA TA’SIRI

Xudayberganova Roziya Nurniyazovna

Urganch davlat universiteti stajyor-tadqiqotchisi,

Urganch RANCH texnologiya universiteti,

“Pedagogika va aniq fanlar” kafedrası o‘qituvchisi

✉ khraziyakhan@gmail.com | ☎ +998 94 116 44 14

Annotatsiya. Ushbu tezisda bolalik davrida yuzaga kelgan psixologik jarohatlarning o‘smirlik davridagi rivojlanish hamda ruhiy salomatikka ta’siri keng yoritilgan. Tadqiqotda xalqaro va mahalliy ilmiy adabiyotlar tahlili asosida psixologik jarohatning hissiy, kognitiv, ijtimoiy va shaxsiy rivojlanishga ta’siri ko‘rib chiqildi. Adabiyotlarni tizimli tahlil qilish orqali turli tadqiqot natijalari jamlandi. Natijalarda bolalikdagi psixologik jarohatlarning depressiya, tashvish, post-travmatik stress buzilishlari (PTSB), o‘z-o‘ziga zarar yetkazish xavfi bilan kuchli bog‘liqligi ko‘rsatildi. Shuningdek, psixologik jarohat ijtimoiy izolyatsiya, darsdagi qiyinchiliklar va shaxsiyat shakllanishida beqarorlikka olib kelishi aniqlandi. Tezis yakunida bolalik jarohati ta’sirini yumshatish uchun psixologik yordam dasturlari va profilaktika choralarini taklif etish zarurligi ta’kidlandi.

Kalit so‘zlar: bolalik jarohati, o‘smirlik, psixologik salomatlik, stress, post-travmatik stress buzilishlari (PTSB), depressiya, tashvish, shaxsiyat rivojlanishi

ВЛИЯНИЕ ПСИХОЛОГИЧЕСКИХ ТРАВМ, ПЕРЕЖИТЫХ В ДЕТСТВЕ, НА ПСИХИЧЕСКОЕ ЗДОРОВЬЕ ПОДРОСТКОВ

Худайбергано́ва Розия Ну́рнийазовна

Стажёр-исследователь Ургенчского государственного университета,

Преподаватель кафедры «Педагогика и точные науки»

Ургенчского РАНЧ-технологического университета

✉ khraziyakhan@gmail.com | ☎ +998 94 116 44 14

Аннотация. В данной статье подробно рассматривается влияние психологических травм, пережитых в детстве, на развитие и психическое здоровье в подростковом возрасте. В исследовании на основе анализа международной и отечественной научной литературы изучено воздействие психологической травмы на эмоциональное, когнитивное, социальное и личностное развитие. Систематический анализ источников позволил обобщить результаты различных исследований. В результате установлена сильная связь между детскими психологическими травмами и депрессией, тревожностью, посттравматическими стрессовыми расстройствами (ПТСР), а также риском самоповреждения. Кроме того, выявлено, что психологическая травма может приводить к социальной изоляции, трудностям в обучении и нестабильности формирования личности. В заключение подчеркивается необходимость разработки программ психологической помощи и профилактических мер для смягчения последствий детских травм.

Ключевые слова: детская травма, подростковый возраст, психическое здоровье, стресс, посттравматическое стрессовое расстройство (ПТСР), депрессия, тревожность, развитие личности

THE IMPACT OF PSYCHOLOGICAL TRAUMAS EXPERIENCED IN CHILDHOOD ON ADOLESCENTS’ MENTAL HEALTH

Khudayberganova Roziya Nurniyazovna

Junior Researcher at Urgench State University,

Lecturer at the Department of “Pedagogy and Exact Sciences,”

Urgench RANCH Technological University

✉ khraziyakhan@gmail.com | ☎ +998 94 116 44 14

Abstract. This paper explores the impact of childhood psychological trauma on adolescent development and mental well-being. Based on the analysis of both international and local scholarly sources,



the study examines how psychological trauma affects emotional, cognitive, social, and personal development. Through a systematic literature review, findings from various studies were synthesized. The results indicate a strong correlation between childhood psychological trauma and depression, anxiety, post-traumatic stress disorder (PTSD), and self-harm risk. Furthermore, it was found that psychological trauma may lead to social isolation, academic difficulties, and instability in personality formation. The paper concludes by emphasizing the importance of developing psychological support programs and preventive measures to mitigate the effects of childhood trauma.

Keywords: childhood trauma, adolescence, mental health, stress, post-traumatic stress disorder (PTSD), depression, anxiety, personality development

Kirish. Bolalik – inson hayotining eng sezgir davri bo‘lib, bu davrda yuzaga keladigan ijobiy yoki salbiy tajribalar shaxsiyat shakllanishi uchun poydevor vazifasini bajaradi. Ko‘plab psixologik tadqiqotlar shuni ko‘rsatadiki, bolalik davridagi psixologik jarohatlar (jismoniy yoki ruhiy zo‘ravonlik, hissiy beparvolik, ota-onadan ajralish, oilaviy nizolar, iqtisodiy qiyinchiliklar) o‘smirlik davrida ham chuqur iz qoldiradi (Kim.,2017; Suzuki.,2014).

O‘smirlik davri esa o‘z navbatida shaxsiyat shakllanishi, o‘z-o‘zini anglash va ijtimoiy identifikatsiya jarayonlarining eng muhim bosqichidir. Agar bolalik davrida orttirilgan psixologik jarohat bo‘lsa, bu jarayonlar turli qiyinchiliklar bilan kechishi mumkin. Shu sababli bolalik travmasining oqibatlarini o‘rganish nafaqat nazariy, balki amaliy jihatdan ham dolzarb masaladir. Chunki bu nafaqat o‘smirning psixologik salomatligi, balki uning jamiyatdagi kelajakdagi o‘rni va muvaffaqiyatiga ham ta’sir ko‘rsatadi.

Ushbu tezisda bolalik jarohatining o‘smirlik davridagi oqibatlari keng yoritiladi. Xususan, hissiy boshqaruv, kognitiv rivojlanish, ijtimoiy munosabatlar, psixopatologik xatarlar hamda shaxsiyat shakllanishidagi buzilishlar tahlil qilinadi.

Metodologik qism. Tesisni tayyorlashda skoping ko‘rib chiqish (adabiyotlarni tizimli tahlil qilishning zamonaviy shakli) metodidan foydalanildi. Ushbu metod mavjud ilmiy adabiyotlar va ilmiy maqolalarni keng qamrovda o‘rganish va asosiy yo‘nalishlarni aniqlash imkonini beradi.

Manbaalar: PubMed, Scopus, Google Scholar bazalaridagi ilmiy maqolalar, shuningdek O‘zbekiston va MDH davlatlaridagi psixologiya bo‘yicha adabiyotlar.

Asosiy mezonlar: bolalik jarohati va uning o‘smirlik davridagi psixologik salomatlikka ta’sirini o‘rgangan tadqiqotlar.

Ko‘rib chiqilgan parametrlar: hissiy boshqaruv, kognitiv jarayonlar, ijtimoiy aloqalar, psixologik oqibatlar (depressiya, tashvish, PTSB, psixoz xavfi).

Nazariy qism. 1. Hissiy boshqaruv – bolalik davridagi jarohat o‘smirlarda hissiy beqarorlik, tezkor, affektiv “portlash”lar va o‘zini tutib bo‘lmas xatti-harakatlarga olib keladi. Suzuki (2014) ta’kidlaganidek, bunday nizolarning ortishiga sabab bo‘ladi. 2. Kognitiv rivojlanish – psixologik jarohatni boshdan kechirgan o‘smirlar diqqatni jamlashda qiyinchiliklarga ega bo‘ladilar. Jones, Tarter va Ross (2021) tadqiqotiga ko‘ra, doimiy psixologik jarohat ta’sirida ulg‘aygan bolalarda stress garmoni – kortizolning javob darajasi pasayib ketadi, bu esa o‘quv faoliyati va qaror qabul qilish jarayonlariga salbiy ta’sir ko‘rsatadi. 3. Ijtimoiy munosabatlar – Irwanto (2020) olib brogan tadqiqotlar shuni ko‘rsatadiki, psixologik jarohatni boshdan kechirgan o‘smirlar do‘stlik, oila va maktab jamoasidagi munosabatlarda beqarorlikka ega bo‘ladilar. Bu ularni ijtimoiy izolyatsiyaga olib kelishi mumkin. 4. Psixopatologik oqibatlar – Bolalik jarohati depressiya, tashvish, PTSB xavfi bilan kuchli bog‘liqdir. Erlita (2020) tadqiqotida bolalik jarohatini boshdan kechirgan o‘smirlarning 47 % da depressiv simptomlar kuzatilgani qayd etilgan. Shuningdek, psixologik jarohat ba’zi hollarda shaxsiyat buzilishlari va psixoz rivojlanishiga ham olib kelishi mumkin. 5. Shaxsiyat shakllanishi - o‘smirlik davrida shaxsiyatning asosiy komponentlari – o‘zini anglash, o‘z-o‘zini baholash va identifikatsiya jarayonlari shakllanadi. Bolalik jarohati bu jarayonlarni buzib, shaxsiyatning beqaror tipini shakllantirishi mumkin.

Tahlil va natijalar.

Tahlil natijalariga ko‘ra:

- Bolalikda psixologik jarohatni boshdan kechirgan o‘smirlarning reaksiyalari odatdagidan ko‘ra kuchliroq bo‘ladi. Ular stressli vaziyatlarda ko‘proq agressiv yoki passiv reaksiya ko‘rsatadilar.
- Kognitiv rivojlanishda diqqatni jamlash, xotira va qaror qabul qilish jarayonlarida muammolar kuzatiladi.



- Ijtimoiy hayotda ular ko‘proq yolg‘izlikka moyil bo‘ladilar va o‘rtoqlik munosabatlarini mustahkamlashda qiyinchiliklarga duch keladilar.
- Psixopatologik jihatdan depressiya, tashvish, uyqusizlik, PTSB xavfi ortishi qayd etilgan.
- Shaxsiyat shakllanishida o‘zini past baholash, beqaror identifikatsiya va o‘ziga ishonchsizlik hollari ko‘p uchraydi.

Umuman olganda, natijalar shuni ko‘rsatadiki, bolalik davridagi psixologik jarohatlar o‘smirlik davrida keng qamrovli va uzoq muddatli salbiy oqibatlariga olib keladi.

Xulosa. Bolalik jarohati o‘smirlarning psixologik salomatligiga sezilarli darajada ta’sir etadi. U hissiy boshqaruv, kognitiv rivojlanish, ijtimoiy aloqalar va shaxsiyat shakllanish jarayonlariga salbiy ta’sir ko‘rsatadi. Bolalikda orttirilgan psixologik jarohat depressiya, tashvish, PTSB xavfini kuchaytiradi. Shu bois, o‘smirlar bilan ishlashda psixologik yordam dasturlarini ishlab chiqish, maktab va oilada psixoprofilaktik chora-tadbirlarni yo‘lga qo‘yish zarur. Xususan:

1. O‘smirlar uchun stressni boshqarish treninglari.
2. Oilaviy psixoterapiya dasturlari.
3. Maktablarda psixologik qo‘llab-quvvatlash xizmati.
4. Psixologik jarohat oqibatlarini erta aniqlash va oldini olish bo‘yicha maxsus diagnostik-tekshiruv dasturlari.

Kelgusida internetga qaramlik, transgeneratsion jarohat va gender farqlari bo‘yicha qo‘shimcha tadqiqotlar olib borish dolzarbdir.

Adabiyotlar ro‘yxati

1. Crismayanti M.P., Dwidiyanti M., Anggorowati A. Psychological Impact of Childhood Trauma on Adolescents: A Scoping Review // Indonesian Journal of Global Health Research. – 2024. – T. 7, № 1. – C.367–380. – DOI: 10.37287/ijghr.v7i1.4073.
2. Wang D., Lu S., Gao W., Wei Z., Duan J., Hu S., Huang M., Xu Y., Li L. The Impacts of Childhood Trauma on Psychosocial Features in a Chinese Sample of Young Adults // Psychiatry Investigation. – 2018. – T. 15, № 11. – C.1046–1052. – DOI: 10.30773/pi.2018.09.26.
3. Malizia N. The Psychological Trauma in Children and Adolescents: Scientific and Sociological Profiles // Sociology Mind. – 2017. – T. 7, № 1. – C.11–25. – DOI: 10.4236/sm.2017.71002.
4. Bogaerts S., Tressová D., Feijen E., Janković M. Unraveling the Association: How Identity Mediates the Impact of Childhood Trauma on Criminal Behavior // Behavioral Sciences. – 2025. – T. 15, № 1. – C. 56. – DOI: 10.3390/bs15010056.
5. Effects of Childhood Trauma on Adolescent Mental Health // ResearchGate. – 2023. – URL: https://www.researchgate.net/publication/375000250_Effects_of_Childhood_Trauma_on_Adolescent_Mental_Health

FIZIKADAN LABORATORIYA MASHG‘ULOTLARI YORDAMIDA O‘QUVCHILARNING TEXNIK KASBIY KOMPETENSIYALARINI RIVOJLANTIRISH

Soliyeva Madina Murodjon qizi

NamPI mustaqil izlanuvchisi

madinasoliyeva88@gmail.com

Annotatsiya. Ushbu maqolada fizika fanini o‘qitishda laboratoriya mashg‘ulotlarining o‘quvchilarning texnik va kasbiy kompetensiyalarini shakllantirishdagi o‘rni va ahamiyati tahlil qilingan. Tadqiqot davomida laboratoriya mashg‘ulotlari orqali texnik fikrlash, tajriba o‘tkazish, o‘lchov asboblari bilan ishlash, muammoli vaziyatlarni yechish hamda natijalarni tahlil qilish ko‘nikmalarini rivojlantirish imkoniyatlari o‘rganilgan. Maqolada zamonaviy o‘quv jarayonida tajriba asosidagi o‘qitish metodlari, axborot-kommunikatsiya texnologiyalarini qo‘llash va integratsion yondashuvning samaradorligi yoritilgan.

Kalit so‘zlar: fizika ta’limi, laboratoriya mashg‘ulotlari, texnik kompetensiya, kasbiy ko‘nikma, eksperimental ta’lim, o‘lchov texnologiyalari.

РАЗВИТИЕ ТЕХНИЧЕСКИХ ПРОФЕССИОНАЛЬНЫХ КОМПЕТЕНЦИЙ УЧАЩИХСЯ С ПОМОЩЬЮ ЛАБОРАТОРНЫХ ЗАНЯТИЙ ПО ФИЗИКЕ