



FAN, TA'LIM VA AMALIYOT INTEGRATSIYASI

Gulsum Azgarova

SamDU xalqaro fakultetining 1-bosqich magistranti

PSIXOTRAVMALAR HAQIDA KO'RSATMA: BOLALIKDAGI NOXUSH HODISALAR KATTA YOSHDAGILARNING HAYOTIDAGI ROLI

Annotatsiya: Ushbu maqolada travma va bolalarda travmalar oqibatida paydo bo'ladigan nuqsonlar. Bu nuqsonlarni oldini olish va bartaraf etish yo'llari ilmiy jihatdan muhokama qilingan.

Kalit so'zlar: Psixotravma, devalvatsiya, hissiy zo'ravonlik, travma, psixoterapiya, nevroz, psixosomatik kasallik,

Ko'pgina ruhiy kasalliklar, odamlar bilan aloqa qilishdagi muammolar va hatto fiziologiya bilan bog'liq kasalliklar bolaligida odamga etkazilgan travmalar tufayli paydo bo'ladi. Afisha Daily psixoterapevtlar yordamida insonning voyaga yetganida dunyo bilan munosabatlariga ta'sir ko'rsatadigan odatdagi psixotravmalar ro'yxatini tuzdi.

Psixotravma - bu odamga qarshi qilingan og'ir stress yoki zo'ravonlikni boshdan kechirish natijasidir. Bu psixikaning buzishi, chegaraviy yoki klinik holatlarga, nevrozlarga, psixosomatik kasalliklarga olib kelishi mumkin. Ikkinchisini psixiatr ishtirokisiz tanib olish qiyin bo'lishi mumkin, chunki ular fiziologik darajada o'zini

namoyon qiladi. Bolalar ko'pincha jismoniy yoki psixologik zo'ravonlik qurbonlaridir, chunki ular kattalarga bog'liq va o'zlarini himoya qila olmaydi.

Bundan tashqari, bolalik davrida eng qiyin psixotravmalar paydo bo'ladi - va ular, odatda, oilaviy zo'ravonlik bilan bog'liq. Psixoterapevt Yekaterina Vasilevskayaning aytishicha, uning mijozlarining 90 foizida bolalik jarohati bilan bog'liq muammolar mavjud. "Bolalarni e'tiborsiz qoldirish bilan bog'liq bo'lganlarni tuzatish eng qiyin bo'lganlar", deya qo'shimcha qiladi u.

Tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, kelgusida zo'ravonlikka uchragan bolalar xavotir, depressiya, o'zini past baholash, TSSB belgilari va o'z joniga qasd qilish tendentsiyalari bilan azoblanadi, bu esa hissiy zo'ravonlikning ta'siri jismoniy va jinsiy ta'sirga teng, hatto undan ham oshib ketadi.

Bolalik travmasi katta yoshdagi jismoniy sog'liqqa ta'sir ko'rsatishi ham isbotlangan. Psixiatr Doroti Berman travma oqibatlarini fiziologik darajaga yetishi mumkinligini aytadi: "Bular psixosomatik kasalliklar, masalan, neyrodermatit, angina pektorisi, miokard infarkti yoki oshqozon-ichak traktining oshqozon yarasi". Bermanning so'zlariga ko'ra, bunday oqibatlar travma boshdan kechirilmaganligi, gestalt tugallanmaganligi va hissiyotlar odamga bosim o'tkazishda davom etayotganligi sababli paydo bo'ladi.

Psixoterapevt Aleksandra Menshikova travma miyaga ta'sir qiladi, natijada odamlar stressga moslashish qobiliyatini yo'qotadi va tashvish va tushkunlik darajasini oshiradi.

Travmatizmga uchragan insonlar hayotlari davomida travmatizatsiya jarayonini boshdan kechiradilar, doimo bir xil voqeaga qaytadilar.

Menshikova quyidagi misolni keltiradi: agar bolaligini bolaligida ota-onasi kaltaklagan bo'lsa, kelajakda u unga qarshi jismoniy zo'ravonlik qo'llaniladigan oilani qurishi mumkin. Bundan tashqari, hech qachon bitta travma bo'lmaydi: agar jismoniy zo'ravonlik bo'lsa, unda hissiy zo'ravonlik unga hamroh bo'lgan.

Mutaxassislarning ta'kidlashicha, doimiy ravishda takrorlanadigan zo'ravonlik alohida holatlarga qaraganda omon qolish ancha qiyin. "Ideal ota-onasi bo'lgan bitta oila yo'q. Bolaga kerak bo'lgan ba'zi manbalar har doim etishmaydi, shuning uchun har bir inson hayotida shikast etkazuvchi hodisalar sodir bo'ladi ", dedi Berman.

Kattalarni bosib o'tadigan bolalik travmalarining aniq bo'lmagan 11 oqibatlari

“Bolalik, hamma ulkan ulkan zamin! Men qayerdanman? Men bolaligidan, go'yo biron bir mamlakatdan kelganman ", deb yozgan Antuan de Sen-Ekzuperi" Harbiy uchuvchi "kitobida. Yozuvchi to'g'ri aytdi: inson bolaligida boshdan kechiradigan voqealar, natijada, u uzoq vaqt o'sgan bo'lsa ham, ta'sirini davom ettiradi. Agar ba'zi tajribalarning ta'siri aniq bo'lsa, boshqalarning ta'sirini tanib olish oson emas.

Nima qilish kerak

Agar muammolaringiz bolaligidan kelib chiqqan deb gumon qilsangiz, u holda psixologdan yordam so'rashga ikkilanmang. Ha, bolalik travmasi oqibatlari bilan shug'ullanishni istaganimizdan ko'proq vaqt talab qilishi mumkin. Ammo o'zingizga g'amxo'rlik qilish bunga loyiqdir. Har birimiz psixologik muammolar yukidan xalos bo'lgan holda, uyg'un munosabatlarga va qaror qabul qilish qobiliyatiga loyiqdir.

Agar siz hali ham mutaxassis bilan maslahatlashishga tayyor bo'lmasangiz, nega bolaligida ota-onalarga nisbatan xafagarchiliklarni qoldirish kerakligi haqida o'qishni maslahat beramiz. O'zgarishlar sari kichik qadam yo'qdan yaxshiroqdir.

Адабиётлар рўйхати

1. Кровяков В.М. Психотравматология. Монография. М., 2005. 315 с.
2. Лакосина Н.Д., Ушаков Г.К. Учебное пособие по медицинской психологии. М.: «Медицина», 1984. 272 с.
3. Мясищев В.Н. Избранные труды. М. Воронеж, 1995. 356 с. 4. Ковалев В.В. Психиатрия детского возраста. Руководство для врачей. М.: Медицина, 1979. 608 с.