Ilmiy tadqiqotlar va ularning yechimlari jurnali
Aoka guvohnoma № 323759 ISSN: 3060-4818

QAROVSIZ QOLGAN O‘SMIRLARDA DEPRESSIYANING NAMOYON BO‘LISH XUSUSIYATLARI

Abdullayev Xursandbek Bekdurdiyev
Tuproqqal’a tumani
IIB TB NQ katta inspektor-navbatchisi, mayor
https://doi.org/10.5281/zenodo.23296778

Annotatsiya. Mazkur maqolada qarovsiz qolgan o‘smirlarda depressiv alomatlarning namoyon bo‘lish xususiyatlari, ularning yuzaga kelishiga ta’sir etuvchi ijtimoiy-psixologik omillar hamda psixodiagnostik jihatdan aniqlash masalalari tahlil qilingan. O‘smirlik davrida oilaviy parvarish va nazoratning yetishmasligi, hissiy qo‘llab-quvvatlashning cheklanganligi, ishonchli munosabatlarning buzilishi, ijtimoiy chetlanish va hayotiy stress omillarining depressiv kechinmalar bilan bog‘liqligiga alohida e’tibor qaratilgan. Xalqaro ilmiy tadqiqotlar tahlili asosida depressiv alomatlarning kayfiyat pasayishi, faoliyatga qiziqishning susayishi, yolg‘izlik, o‘zini qadrsiz his qilish, diqqatni jamlashdagi qiyinchiliklar va ijtimoiy faollikning kamayishi kabi ko‘rinishlari yoritilgan. Shuningdek, o‘smirlarda depressiv alomatlarni baholashda standartlashtirilgan psixodiagnostik metodikalardan foydalanish, natijalarni kompleks talqin qilish va erta psixologik yordamni tashkil etishning ahamiyati asoslangan.

Kalit so‘zlar: qarovsiz qolgan o‘smirlar, depressiya, depressiv alomatlar, o‘smirlik davri, emotsional holat, psixodiagnostika, ijtimoiy-psixologik omillar, oilaviy parvarish, psixologik barqarorlik, ijtimoiy moslashuv.

Аннотация. В статье анализируются особенности проявления депрессивных симптомов у подростков, оставшихся без надлежащего присмотра и попечения, социально-психологические факторы их возникновения и вопросы психодиагностического выявления. Особое внимание уделяется взаимосвязи недостатка семейной заботы и контроля, ограниченной эмоциональной поддержки, нарушения доверительных отношений, социальной изоляции и жизненных стрессоров с депрессивными переживаниями в подростковом возрасте. На основе анализа международных научных исследований рассматриваются такие проявления депрессивных симптомов, как снижение настроения, утрата интереса к привычной деятельности, чувство одиночества, снижение самооценки, трудности концентрации внимания и уменьшение социальной активности. Обосновывается значимость применения стандартизированных психодиагностических методик, комплексной интерпретации результатов и своевременной организации психологической помощи подросткам.

Ключевые слова: подростки, оставшиеся без надлежащего присмотра и попечения, депрессия, депрессивные симптомы, подростковый возраст, эмоциональное состояние, психодиагностика, социально-психологические факторы, семейная забота, социальная адаптация.

Abstract. This article examines the characteristics of depressive symptoms in adolescents lacking adequate supervision and care, the socio-psychological factors associated with their development, and approaches to psychodiagnostic assessment. Particular attention is paid to the relationship between

insufficient family care and supervision, limited emotional support, disrupted trusting relationships, social exclusion, and stressful life experiences and depressive symptoms during adolescence. Based on an analysis of international research, the article discusses manifestations such as persistent low mood, loss of interest in usual activities, loneliness, low self-esteem, difficulties concentrating, and reduced social engagement. The importance of standardized psychodiagnostic instruments, comprehensive interpretation of assessment findings, and timely psychological support for adolescents is also substantiated.

Keywords: adolescents lacking adequate supervision and care, depression, depressive symptoms, adolescence, emotional state, psychodiagnostics, socio-psychological factors, family care, psychological resilience, social adjustment.

Kirish. Bugungi kunda o‘smirlarning ruhiy salomatligini muhofaza qilish, ularning psixologik farovonligini ta’minlash va ijtimoiy moslashuvini qo‘llab-quvvatlash dolzarb ijtimoiy-psixologik muammolardan biri hisoblanadi. Ayniqsa, ota-ona yoki qonuniy vakillar tomonidan yetarli parvarish, nazorat va hissiy qo‘llab-quvvatlashga ega bo‘lmagan o‘smirlarning emotsional holatini o‘rganish alohida ilmiy va amaliy ahamiyat kasb etadi. Chunki o‘smirlik davri shaxsning o‘zligini anglashi, mustaqil qarashlari shakllanishi, tengdoshlar bilan munosabatlari rivojlanishi va kelajak haqidagi tasavvurlari tarkib topishi bilan tavsiflanadigan murakkab rivojlanish bosqichidir. Mazkur davrda oilaviy muhitning beqarorligi, mehr va e’tibor yetishmasligi, ijtimoiy chetlanish hamda turli hayotiy qiyinchiliklar o‘smirning ruhiy holatiga salbiy ta’sir ko‘rsatishi mumkin.

Depressiya o‘smirning emotsional holati, fikrlashi, xulq-atvori va kundalik faoliyatiga ta’sir qilishi mumkin bo‘lgan ruhiy salomatlik muammosi hisoblanadi. Uning asosiy belgilariga uzoq davom etadigan tushkun kayfiyat, avval yoqimli bo‘lgan mashg‘ulotlarga qiziqishning pasayishi, o‘zini qadrsiz his qilish, diqqatni jamlashdagi qiyinchiliklar, ijtimoiy munosabatlardan chekinish hamda uyqu va energiya darajasidagi o‘zgarishlar kirishi mumkin. O‘smirlarda depressiv holat har doim ham ochiq qayg‘u shaklida namoyon bo‘lmaydi; ayrim hollarda tez jahllanish, ta’sirchanlik, muloqotdan qochish yoki ta’lim faoliyatidagi o‘zgarishlar orqali ham ifodalanishi mumkin. Shu sababli depressiv alomatlarni odatiy o‘smirlikdagi kayfiyat o‘zgarishlaridan farqlash, ularning davomiyligi va kundalik hayotga ta’sirini kompleks baholash zarur.

1. Mavzuga oid adabiyotlarning tahlili (Literature Review)

O‘smirlik davrida depressiv alomatlarning shakllanishi zamonaviy rivojlanish psixologiyasi, klinik psixologiya va ijtimoiy psixologiyaning muhim tadqiqot yo‘nalishlaridan biridir. Mazkur muammoni o‘rganishda depressiyani faqat individual emotsional holat sifatida emas, balki biologik, psixologik va ijtimoiy omillarning o‘zaro ta’siri bilan bog‘liq murakkab hodisa sifatida ko‘rib chiqish zarur.

Jahon sog‘liqni saqlash tashkilotining o‘smirlar ruhiy salomatligiga oid ma’lumotlariga ko‘ra, depressiya va xavotir buzilishlari o‘smirlar orasida kasallanish hamda kundalik faoliyat cheklanishining muhim sabablaridan hisoblanadi. Tashkilot o‘smirlarning ruhiy salomatligiga oilaviy muhit, zo‘ravonlik, qashshoqlik, ijtimoiy chetlanish va sifatli yordam xizmatlaridan foydalanish imkoniyati kabi omillar ta’sir ko‘rsatishini ta’kidlaydi (WHO, 2025). Ushbu qarashlar qarovsiz qolgan o‘smirlarning emotsional holatini ijtimoiy sharoitlar bilan bog‘liq holda o‘rganish zarurligini ko‘rsatadi.

J. Bowlby tomonidan ishlab chiqilgan bog‘lanish nazariyasi bola va unga g‘amxo‘rlik qiluvchi shaxs o‘rtasidagi munosabatlarning emotsional rivojlanishdagi ahamiyatini ochib beradi. Ushbu nazariyaga ko‘ra, ishonchli va barqaror munosabatlar xavfsizlik hissining shakllanishiga yordam beradi, parvarishdagi beqarorlik esa ayrim bolalarda yaqin munosabatlarga ishonch bilan yondashish jarayonini murakkablashtirishi mumkin[1]. Biroq parvarishdagi qiyinchiliklar barcha o‘smirlarda depressiyaga olib keladi, degan xulosaga kelish mumkin emas. O‘smirning individual xususiyatlari, boshqa ishonchli kattalar bilan munosabatlari va ijtimoiy qo‘llab-quvvatlash darajasi ham muhim ahamiyatga ega.

Humphreys va hamkorlari tomonidan amalga oshirilgan bolalar va o‘smirlarda bog‘lanish hamda depressiya o‘rtasidagi munosabatlarga oid ko‘p darajali meta-tahlilda 123 ta mustaqil tanlanmadan olingan ma’lumotlar umumlashtirilgan. Natijalar ishonchsiz bog‘lanish bilan depressiv alomatlar o‘rtasida statistik jihatdan ahamiyatli, o‘rtacha darajadagi bog‘liqlik mavjudligini ko‘rsatgan (Humphreys et al., 2020). Ushbu natija emotsional xavfsizlik va yaqin munosabatlarning sifatini o‘smirlar depressiyasini o‘rganishda hisobga olish kerakligini asoslaydi.

Naughton va hamkorlari (2017) tomonidan o‘tkazilgan tizimli sharhda qarovsiz qolish yoki emotsional zo‘ravonlikni boshdan kechirgan 13–17 yoshli o‘smirlarga oid tadqiqotlar tahlil qilingan. Sharhga kiritilgan ishlar qarovsiz qolish va emotsional zo‘ravonlikning depressiv alomatlar, xavotir va travmadan keyingi alomatlar kabi ichki kechinmalar bilan bog‘liqligini ko‘rsatgan. Mualliflar o‘smirlarda qarovsiz qolish holatini aniqlash ba’zan qiyin kechishini, chunki ayrim belgilar odatiy o‘smirlik xulqi sifatida noto‘g‘ri talqin qilinishi mumkinligini ta’kidlaydilar[2].

Maguire va hamkorlari (2015) tomonidan amalga oshirilgan tizimli sharhda qarovsiz qolish yoki emotsional zo‘ravonlikni boshdan kechirgan maktab yoshidagi bolalarning emotsional, xulqiy va kognitiv xususiyatlari o‘rganilgan. Tadqiqotlar tahlilida o‘zini past baholash, ijtimoiy munosabatlarni shakllantirishdagi qiyinchiliklar va ayrim holatlarda depressiv alomatlar kuzatilgani qayd etilgan (Maguire et al., 2015). Mazkur natijalar o‘smirlarning ruhiy holatini baholashda faqat tashqi xulq-atvorga emas, balki ichki kechinmalar va shaxslararo munosabatlarga ham e’tibor berish kerakligini ko‘rsatadi.

Binks va hamkorlari tomonidan e’lon qilingan, 2025-yilda internetda chop etilgan tizimli sharhda bolalik davridagi zo‘ravonlik va qarovsiz qolish tajribasidan so‘ng o‘smirlik hamda yoshlik davrida depressiv alomatlarning vaqt davomida o‘zgarishi tahlil qilingan. Sharhga 87 ta tadqiqot kiritilgan bo‘lib, depressiv alomatlarning rivojlanish dinamikasi bo‘yicha natijalar turlicha bo‘lgan. Ko‘plab tadqiqotlarda alomatlarning yuqori darajada saqlanishi yoki kuchayishi kuzatilgan bo‘lsa-da, ayrim tanlanmalarda yaxshilanish holatlari ham aniqlangan. Bu esa himoya omillari va ijtimoiy muhitning ahamiyatini ko‘rsatadi[3].

Shuningdek, qarovsiz qolish va o‘smirlardagi ichki kechinmalar o‘rtasidagi uzoq muddatli munosabatlarni o‘rgangan tadqiqotlarda nazorat va parvarishning yetishmasligi bilan bog‘liq tajribalar depressiv alomatlar bilan aloqador bo‘lishi mumkinligi qayd etilgan. LONGSCAN ma’lumotlariga asoslangan tadqiqotda o‘smirlik davrining o‘zida yuz bergan qarovsiz qolish tajribalarining depressiv va boshqa ichki kechinmalar bilan munosabati tahlil qilingan. Mualliflar qarovsiz qolish holatiga o‘smirlik davrida ham e’tibor qaratish zarurligini ta’kidlaganlar [4].

Adabiyotlar tahlili shuni ko‘rsatadiki, qarovsiz qolgan o‘smirlarda depressiv alomatlarning namoyon bo‘lishi ko‘p omilli xususiyatga ega. Oilaviy parvarishning yetishmasligi, ishonchli munosabatlarning buzilishi va ijtimoiy qo‘llab-quvvatlashning cheklanganligi muhim xavf omillari

bo‘lishi mumkin. Shu bilan birga, mavjud tadqiqotlarning aksariyati turli mamlakatlar, yosh guruhlari va qarovsiz qolish shakllarini qamrab olgani sababli, ularning natijalarini muayyan hududdagi barcha o‘smirlarga to‘g‘ridan-to‘g‘ri tatbiq etishdan oldin mahalliy sharoitda tekshirish zarur.

2. Tadqiqot metodologiyasi (Research Methodology)

Mazkur mavzuni o‘rganishda tizimli adabiyotlar tahlili, qiyosiy tahlil, nazariy umumlashtirish va psixodiagnostik yondashuvlardan foydalanish mumkin. Ushbu maqolada xalqaro ilmiy adabiyotlar va nufuzli tashkilotlarning materiallari asosida depressiv alomatlarning namoyon bo‘lish xususiyatlari nazariy jihatdan tahlil qilinadi. Bu yondashuv real respondentlardan olingan empirik natijalar bilan tenglashtirilmaydi.

Tadqiqotning maqsadi — qarovsiz qolgan o‘smirlarda depressiv alomatlarning asosiy ko‘rinishlarini, ular bilan bog‘liq ijtimoiy-psixologik omillarni va psixodiagnostik baholash imkoniyatlarini aniqlash.

Tadqiqot obyekti — qarovsiz qolgan o‘smirlarning emotsional-psixologik holati.

Tadqiqot predmeti — qarovsiz qolgan o‘smirlarda depressiv alomatlarning namoyon bo‘lish xususiyatlari hamda ularning oilaviy va ijtimoiy omillar bilan o‘zaro bog‘liqligi.

Tadqiqot vazifalari:

1. O‘smirlardagi depressiv alomatlarga oid ilmiy-nazariy qarashlarni tahlil qilish.
2. Qarovsiz qolish bilan bog‘liq ijtimoiy-psixologik xavf va himoya omillarini aniqlash.
3. Depressiv alomatlarning emotsional, kognitiv, xulqiy va ijtimoiy ko‘rinishlarini tavsiflash.
4. O‘smirlarda depressiv alomatlarni aniqlashga mo‘ljallangan psixodiagnostik vositalarni ko‘rib chiqish.
5. Erta aniqlash va psixologik yordamni takomillashtirish bo‘yicha tavsiyalar ishlab chiqish.

Tadqiqot metodlari. Nazariy bosqichda ilmiy adabiyotlarni tahlil qilish, qiyoslash va umumlashtirish metodlari qo‘llanadi. Empirik tadqiqot rejalashtirilganda esa o‘smirlar bilan psixologik suhbat, tizimli kuzatish, tegishli yosh uchun moslashtirilgan depressiv alomatlar shkalasi va zarur holatlarda ota-ona, vasiy yoki pedagogdan olinadigan qo‘shimcha ma’lumotlardan foydalanish mumkin.

Depressiv alomatlarni dastlabki baholash uchun Children’s Depression Inventory (CDI), PHQ-A kabi o‘smirlar uchun qo‘llanadigan vositalar ko‘rib chiqilishi mumkin. Biroq metodika tanlashda uning yoshga mosligi, o‘zbek yoki rus tilidagi versiyasining psixometrik xususiyatlari, foydalanish shartlari va tegishli mutaxassis tomonidan qo‘llanish imkoniyati tekshirilishi kerak. Skrining natijasi klinik tashxis hisoblanmaydi.

Agar empirik tadqiqot o‘tkazilsa, tanlanmaga kiritish mezonlari oldindan belgilanishi, qarovsiz qolish holati ishonchli hujjatlar yoki tegishli mutaxassis bahosi bilan aniqlanishi va o‘smirlar boshqa ijtimoiy guruh vakillari bilan taqqoslanganda ularning yoshi hamda muhim ijtimoiy omillari hisobga olinishi zarur. Miqdoriy ma’lumotlar olingan taqdirda, taqsimot xususiyatiga mos tavsifiy statistika, guruhlararo taqqoslash va bog‘liqlik tahlillaridan foydalanish mumkin.

Tadqiqotning etik jihatlari alohida ahamiyatga ega. Voyaga yetmaganlar ishtirokidagi tadqiqotda qonuniy vakilning tegishli roziligi va o‘smirning ixtiyoriy ishtiroki ta’minlanishi, shaxsiy ma’lumotlar himoya qilinishi hamda savollar ruhiy noqulaylik tug‘dirganida tegishli yordamga murojaat qilish

imkoniyati yaratilishi lozim. O‘smirning xavfsizligiga jiddiy tahdid aniqlansa, maxfiylikning qonuniy chegaralariga muvofiq himoya choralari ko‘riladi.

3. Tahlil va natijalar (Analysis and Results)

Ilmiy adabiyotlar tahlili qarovsiz qolgan o‘smirlarda depressiv alomatlarni bir nechta o‘zaro bog‘liq yo‘nalishlarda ko‘rib chiqish imkonini beradi. Ushbu yo‘nalishlar klinik tashxis mezonlarini almashtirmaydi, balki psixologik baholashda e’tibor qaratish lozim bo‘lgan belgilarni tavsiflaydi.

3.1. Emotsional belgilar.Depressiv holatning asosiy ko‘rinishlaridan biri uzoq davom etadigan tushkun kayfiyat, qayg‘u, bo‘shliq hissi yoki avval yoqimli bo‘lgan mashg‘ulotlarga qiziqishning kamayishidir. O‘smirlarda bu belgilar har doim ham ochiq qayg‘u shaklida namoyon bo‘lmaydi. Ayrim holatlarda tez jahllanish, ta’sirchanlik, xafagarchilik yoki boshqalar bilan muloqot qilish istagining pasayishi ko‘proq ko‘zga tashlanishi mumkin.

Oilaviy parvarish va hissiy qo‘llab-quvvatlash yetishmagan sharoitda o‘smir o‘z kechinmalarini boshqalar bilan bo‘lishishda qiynalishi mumkin. Biroq bunday qiyinchilikning mavjudligi o‘z-o‘zidan depressiya tashxisini anglatmaydi. Emotsional belgilar davomiyligi, kuchi va kundalik faoliyatga ta’siri bilan birga baholanishi lozim.

3.2. Kognitiv belgilar.Depressiv alomatlar o‘smirning o‘zi, boshqalar va kelajak haqidagi fikrlariga ta’sir qilishi mumkin. Bunda o‘zini qadrsiz his qilish, muvaffaqiyatsizlikni umumlashtirish, kelajakka nisbatan umidsiz qarash va diqqatni jamlashda qiyinchiliklar kuzatilishi ehtimoli mavjud.

Ta’lim faoliyatida ilgari oson bajarilgan vazifalarning qiyinlashishi, darsga qiziqishning kamayishi yoki qaror qabul qilishdagi sustlik ham psixologik baholashni talab qilishi mumkin. Shu bilan birga, bu belgilar uyqu yetishmasligi, xavotir, o‘quvdagi qiyinchiliklar yoki boshqa salomatlik omillari bilan ham bog‘liq bo‘lishi mumkin.

3.3. Xulqiy va ijtimoiy belgilar

Depressiv alomatlar ijtimoiy faollikning kamayishi, tengdoshlar bilan uchrashuvlardan chekinish, sevimli mashg‘ulotlarga kamroq qatnashish va kundalik vazifalarni bajarishda sustlik orqali namoyon bo‘lishi mumkin. Ayrim o‘smirlar o‘z kechinmalarini ochiq ifodalamasligi sababli, ularning xulqidagi o‘zgarishlar muhim kuzatuv belgisi hisoblanadi.

Naughton va hamkorlarining (2017) tizimli sharhi qarovsiz qolish hamda emotsional zo‘ravonlikni boshdan kechirgan o‘smirlarda depressiya va xavotir kabi ichki kechinmalar bilan bog‘liq belgilar uchrashi mumkinligini ko‘rsatadi. Mualliflar o‘smirlarning tashqi xulq-atvoriga qarab ularning ichki holati haqida shoshilinch xulosa chiqarishdan saqlanish zarurligini ham bilvosita asoslaydilar.

3.4. Uyqu, energiya va kundalik faoliyatdagi o‘zgarishlar

Depressiv alomatlar uyqu tartibining o‘zgarishi, doimiy charchoq, energiyaning pasayishi, ishtaha yoki diqqatdagi o‘zgarishlar bilan birga kechishi mumkin. O‘smirlar ba’zan kundalik vazifalarni bajarish uchun avvalgidan ko‘proq kuch sarflashlari mumkin. Biroq charchoq yoki uyqu muammosi alohida holda depressiyani tasdiqlamaydi; zarur hollarda boshqa tibbiy va psixologik sabablar ham tekshiriladi.

3.5. Xavf va himoya omillarining o‘zaro ta’siri

Adabiyotlar tahlilidan kelib chiqib, qarovsiz qolgan o‘smirlarda depressiv alomatlarni quyidagi omillar bilan bog‘liq holda o‘rganish maqsadga muvofiq:

Oilaviy omillar: barqaror parvarishning yo‘qligi, oilaviy nizolar, hissiy qo‘llab-quvvatlashning cheklanganligi.

Shaxslararo omillar: tengdoshlar tomonidan rad etilish, kamsitish, ishonchli munosabatlar o‘rnatishdagi qiyinchiliklar.

Individual omillar: o‘zini past baholash, stressni boshqarish ko‘nikmalarining yetarli rivojlanmaganligi, salbiy hayotiy tajribalar.

Ijtimoiy omillar: iqtisodiy qiyinchiliklar, ta’limdagi to‘siqlar, ijtimoiy chetlanish va yordam xizmatlaridan foydalanish imkoniyatining cheklanganligi.

Himoya omillari: ishonchli katta yoshli shaxs, qo‘llab-quvvatlovchi pedagog yoki psixolog, xavfsiz yashash muhiti, tengdoshlar ko‘magi va psixologik xizmatlardan foydalanish imkoniyati.

Binks va hamkorlarining (2025) tizimli sharhi depressiv alomatlarning vaqt davomida o‘zgarishi bir xil kechmasligini ko‘rsatadi. Ayrim tadqiqotlarda alomatlar uzoq muddat yuqori saqlangan, boshqa tadqiqotlarda esa yaxshilanish holatlari kuzatilgan. Bu natijalar o‘smirning keyingi rivojlanishi faqat avvalgi salbiy tajribalar bilan belgilanmasligini, himoya omillari va yordam tizimi ham muhimligini anglatadi.

3.6. Psixodiagnostik natijalarni talqin qilish

Psixodiagnostika jarayonida depressiv alomatlar darajasi bilan bir qatorda ularning davomiyligi, paydo bo‘lish sharoitlari, kundalik faoliyatga ta’siri va boshqa ruhiy holatlar bilan aloqasi ham o‘rganilishi zarur. Bir nechta manbadan olingan ma’lumotlarni taqqoslash natijalarni yanada asosli talqin qilish imkonini beradi.

Tadqiqotning empirik bosqichida quyidagi ko‘rsatkichlar jadval shaklida tahlil qilinishi mumkin:

Baholash yo‘nalishi	Asosiy ko‘rsatkichlar
Emotsional holat	Tushkun kayfiyat, ta’sirchanlik, qiziqishning kamayishi
Kognitiv holat	O‘zini qadrsiz his qilish, umidsizlik, diqqat qiyinchiliklari
Xulqiy holat	Ijtimoiy chekinish, kundalik faollikning kamayishi
Jismoniy holat	Uyqu, ishtaha va energiyadagi o‘zgarishlar
Ijtimoiy muhit	Parvarish sifati, qo‘llab-quvvatlash va xavfsizlik
Himoya omillari	Ishonchli kattalar, maktab yordami, ijtimoiy aloqalar

Ushbu jadval tadqiqotda o‘lchanadigan ko‘rsatkichlarni rejalashtirish uchun mo‘ljallangan. U empirik natijalar jadvali emas. Real natijalar respondentlar ma’lumotlari yig‘ilib, tegishli metodikalar bo‘yicha qayta ishlangandan keyingina kiritilishi kerak.

Umuman olganda, ilmiy manbalar qarovsiz qolish tajribasi bilan depressiv alomatlar o‘rtasida bog‘liqlik mavjud bo‘lishi mumkinligini ko‘rsatadi. Biroq ushbu bog‘liqlikning kuchi va namoyon bo‘lish shakli o‘smirning individual xususiyatlari, qarovsiz qolishning davomiyligi va turi, hayotiy tajribasi hamda mavjud ijtimoiy yordamga qarab farqlanadi. Shu sababli barcha qarovsiz qolgan o‘smirlarga bir xil psixologik tavsif berish ilmiy jihatdan asosli emas.

4. Xulosa va takliflar (Conclusion/Recommendations)

O‘tkazilgan nazariy tahlil asosida quyidagi xulosalarga kelish mumkin.

Birinchidan, qarovsiz qolgan o‘smirlarda depressiv alomatlarning namoyon bo‘lishi murakkab va ko‘p omilli jarayon hisoblanadi. Oilaviy parvarishning yetishmasligi, hissiy qo‘llab-quvvatlashning cheklanganligi, ijtimoiy chetlanish va ishonchli munosabatlarning buzilishi ayrim o‘smirlarda depressiv kechinmalar bilan bog‘liq bo‘lishi mumkin.

Ikkinchidan, depressiv alomatlar faqat tushkun kayfiyat bilan cheklanmaydi. Ular qiziqishning susayishi, tez jahllanish, o‘zini qadrsiz his qilish, diqqatni jamlashdagi qiyinchiliklar, ijtimoiy faollikning pasayishi, uyqu va energiyadagi o‘zgarishlar orqali ham namoyon bo‘lishi mumkin. Ushbu belgilarni baholashda ularning davomiyligi va kundalik faoliyatga ta’siri hisobga olinishi lozim.

Uchinchidan, xalqaro tadqiqotlar qarovsiz qolish va depressiv alomatlar o‘rtasidagi bog‘liqlikni qo‘llab-quvvatlasa-da, bu holat barcha o‘smirlarda bir xil oqibatlarga olib kelmaydi. Ishonchli kattalarning ko‘magi, xavfsiz ijtimoiy muhit va o‘z vaqtida ko‘rsatilgan psixologik yordam himoya omillari sifatida muhim ahamiyat kasb etadi.

To‘rtinchidan, o‘smirlarda depressiv alomatlarni aniqlash uchun standartlashtirilgan psixodiagnostik metodikalar, suhbat va kuzatishdan kompleks foydalanish kerak. Skrining natijalari klinik tashxis o‘rnini bosa olmaydi va zarur holatlarda malakali mutaxassisning qo‘shimcha baholashi talab etiladi.

Maqola mazmunidan kelib chiqib, quyidagi amaliy takliflar ilgari suriladi:

1. Erta aniqlash tizimini takomillashtirish. Ta’lim muassasalari va tegishli ijtimoiy xizmatlarda o‘smirlarning uzoq davom etuvchi kayfiyat o‘zgarishlari, ijtimoiy chekinishi va ta’limdagi qiyinchiliklariga e’tibor qaratish.
2. Kompleks psixodiagnostik baholashni yo‘lga qo‘yish. Depressiv alomatlarni o‘rganishda yoshga mos, ishonchli va tegishli tilda validatsiyalangan metodikalardan foydalanish.
3. Psixologik yordamni individuallashtirish. O‘smirning shaxsiy ehtiyojlari, oilaviy va ijtimoiy sharoitlari hamda mavjud himoya omillariga muvofiq yordam rejasini ishlab chiqish.
4. Ijtimoiy qo‘llab-quvvatlashni kuchaytirish. O‘smir bilan ishlaydigan psixologlar, pedagoglar, ijtimoiy xodimlar va ishonchli kattalar o‘rtasida hamkorlikni rivojlantirish.
5. Mutaxassisga o‘z vaqtida yo‘naltirish. Depressiv alomatlar uzoq davom etsa, kundalik faoliyatni sezilarli cheklasa yoki o‘smirning xavfsizligi bilan bog‘liq xavotir tug‘ilsa, malakali ruhiy salomatlik mutaxassisi bahosini tashkil etish.
6. Mahalliy empirik tadqiqotlarni kengaytirish. O‘zbekiston sharoitida qarovsiz qolgan o‘smirlarning emotsional holatlarini o‘rganish, himoya omillarini aniqlash va psixologik yordam dasturlarining samaradorligini ilmiy asosda baholash.

Xulosa qilib aytganda, qarovsiz qolgan o‘smirlarda depressiyaning namoyon bo‘lish xususiyatlarini o‘rganish ularning ruhiy salomatligini himoya qilish, psixologik ehtiyojlarini o‘z vaqtida aniqlash va ijtimoiy moslashuvini qo‘llab-quvvatlash uchun muhimdir. Ushbu yo‘nalishdagi ilmiy tadqiqotlar nafaqat depressiv alomatlarni aniqlash, balki o‘smirlarning barqaror rivojlanishiga yordam beruvchi ijtimoiy va psixologik resurslarni mustahkamlashga ham qaratilishi lozim.

Foydalanilgan adabiyotlar

1. Bowlby, J. (1969). Attachment and Loss. Vol. 1: Attachment. New York: Basic Books.
2. Binks, N., Walsh, K., Hayixibayi, A., Eivers, A., Kelly, A. B. (2025). Depression Symptom Trajectories Following Child Maltreatment: A Systematic Review of Longitudinal Studies from Adolescence to Young Adulthood. Trauma, Violence, & Abuse. https://doi.org/10.1177/15248380251361050
3. Humphreys, K. L., et al. (2020). The Relation Between Attachment and Depression in Children and Adolescents: A Multilevel Meta-Analysis. Clinical Child and Family Psychology Review, 23, 1–21. https://doi.org/10.1007/s10567-019-00299-9
4. Maguire, S. A., Williams, B., Naughton, A. M., Cowley, L. E., Tempest, V., Mann, M. K., Teague, M., Kemp, A. M. (2015). A systematic review of the emotional, behavioural and cognitive features exhibited by school-aged children experiencing neglect or emotional abuse. Child: Care, Health and Development, 41(5), 641–653. https://doi.org/10.1111/cch.12227
5. Naughton, A. M., Maguire, S. A., Mann, M. K., Lumb, R. C., Tempest, V., Gracias, S., Kemp, A. M. (2017). Ask Me! Self-reported features of adolescents experiencing neglect or emotional maltreatment: A rapid systematic review. Child: Care, Health and Development. https://doi.org/10.1111/cch.12440