И. Арабаев атындагы Кыргыз мамлекеттик университети
Ж. Баласагын атындагы Кыргыз улуттук университети

Д 13.23.673 диссертациялык кеңеши

Кол жазма укугунда
УДК:37.015.3(575.2) (043)

ЖолдошеваАкчач Олмасовна

Кыргызстандагы үй-бүлөлүк зомбулук: психологиялык өзгөчөлүктөр жана аны профилактикалоонун психологиялык-педагогикалык жолдору

19.00.01 – жалпы психология, инсан психологиясы, психологиянын тарыхы
19.00.07 – педагогикалык психология

Психология илимдеринин доктору окумуштуулук даражасын
изденип алуу үчүн жазылган диссертациянын автореферааты

Бишкек-2024

Диссертациялык иш А. Мырсабеков атындагы Ош мамлекеттик педагогикалык университетинин педагогика жана психология кафедрасында аткарылды

Илимий консультант:	**Шакеева Чинара Асановна** психология илимдеринин доктору, профессор, Кыргыз-Россия билим берүү академиясынын ректору
Расмий оппоненттер:	**Бердибаева Света Кыдырбековна** психология илиминин доктору, Казакстан Республикасынын Аль-Фараби атындагы Казак улуттук университетинин профессору **Орозалиев Эрик Садыкович** философия илимдеринин доктору, профессор, К. Карасаев атындагы Бишкек мамлекеттик университетинин социалдык иштер жана практикалык психология кафедрасынын башчысы **Абдурасулов Рустам Абдураимович** психология илимдеринин доктору, Өзбекстан Республикасынын Жиззак мамлекеттик педагогикалык университетинин профессору
Жетектөөчү уюм:	Фергана мамлекеттик университетинин психология кафедрасы. Дареги: 150100, Өзбекстан Республикасы, Фергана шаары, Мураббийлар көчөсү, 19.

Диссертация 2024-жылдын 12-апрелинде 13.00дө И. Арабаев атындагы Кыргыз мамлекеттик университетине жана Ж. Баласагын атындагы Кыргыз улуттук университетине караштуу педагогика илимдеринин доктору (кандидаты) жана психология илимдеринин кандидаты илимий даражасын изденип алуу үчүн диссертацияларды коргоо боюнча Д.13.23.673 диссертациялык кеңешинин отурумунда корголот. Дареги: 720023, Бишкек ш., 10-кичи району, Т. Саманчин көчөсү, 10-а.

Диссертацияны коргоону онлайн-көрсөтүү үчүн идентификациялык коду: https://vc.vak.kgbc/b/d13-%20oyf-pc2-yyg

Диссертация менен И. Арабаев атындагы Кыргыз мамлекеттик университетинин (Бишкек ш., Раззаков көч., 51А), Ж. Баласагын атындагы Кыргыз улуттук университетинин (Бишкек ш., Фрунзе көч., 547) илимий китепканаларынан жана https://vak.kg/ сайтынан таанышууга болот.

Автореферат 2024-жылдын 12-мартында таркатылды.

Диссертациялык кеңештин окумуштуу катчысы,
педагогика илимдеринин кандидаты, доцент **Өмурбаева Д.К.**

ИШТИН ЖАЛПЫ МҮНӨЗДӨМӨСҮ

Изилдөөнүн актуалдуулугу. Үй-бүлөдө аялдарга карата зомбулук бүгүнкү күндө, XXI кылымдын биринчи чейрегинде да экономикалык жана маданий өнүгүү деңгээлине карабастан ар кайсы өлкөлөрдө жана континенттерде көйгөй бойдон калууда. Бул факт аялдардын жашоосуна гана эмес үй-бүлөнүн жана бүтүндөй коомдун атмосферасына терс таасирин тийгизүүдө.

Акыркы жылдары бул көйгөй коомдук илимдердин өкүлдөрүнүн гана эмес бүтүндөй коомдун көңүлүн буруууда. Үй-бүлөдөгү зомбулук азыркы Кыргызстан үчүн олуттуу көйгөй болуп саналат, эксперттер тарабынан ал коомдун социалдык туруктуулугуна коркунуч келтирген олуттуу факторлордун бири катары бааланат.

Криминологиянын, саламаттыкты сактоонун, социологиянын жана күндөлүк басма сөздүн маалыматтарына таянуу менен Кыргыз Республикасынын айрым үй-бүлөлөрүндө инсандар аралык зомбулук мамилелердин көнүмүш адатка айланган жашоо образы катары калыптануусу дале болсо токтобой келе жаткандыгын өкүнүч менен белгилейбиз. Бул стресстик кырдаалдардын көбөйүшүнө, адамдардын салттуу баалуулук багыттарынын жоголуусуна себеп болуу менен көпчүлүк учурларда социалдык-материалдык кыйынчылыктар менен байланыштуу болууда. Мындай шарттарда жашообуздун көп тармактарында, анын ичинде, биринчи кезекте үй-бүлөдө зомбулук кадыресе көрүнүшкө айланат.

Кыргыз Республикасында аялдардын укуктарын гендердик зомбулуктан коргоо жаатында өлкөнүн улуттук мыйзамдары, Аялдарга карата дискриминациянын бардык түрлөрүн жоюу жөнүндө Конвенция иштеп келет. Республика Борбордук Азияда биринчи болуп “Эркектер менен аялдардын бирдей укуктарынын жана бирдей мүмкүнчүлүктөрүнүн мамлекеттик кепилдиктери жөнүндө” Мыйзамды (2008-ж.) жана “Үй-бүлөлүк зомбулуктан коргоо жөнүндө” Кыргыз Республикасынын Мыйзамын (2003-ж.) кабыл алган.Кыргыз Республикасын 2040-жылга чейин өнүктүрүүнүн Улуттук стратегиясы гендердик багыттагы максаттарды, милдеттерди жана иш-чараларды камтыйт.

Кыргыз Республикасынын Президентинин 2021-жылдын 29-январындагы “Инсанды руханий-адептик жактан өнүктүрүү жана дене тарбиясы” Жарлыгында үй-бүлөлүк баалуулуктарды коргогон, агрессивдүү инсандын мамилесин оңдоого рухий жактан багытталган кыргыз жаранын калыптандыруучу жогорку үй-бүлөлүк баалуулуктар каралган.

Бирок социалдык тармактардагы,жалпы массалык каражаттардаошондой эле заманбап санариптик жалпы массалык каражаттардагы жана платформалардагы маалыматтардын мазмунуна жасаган талдообуздун натыйжалары күйөөлөрү тарабынан аялдарын ур- токмокко алуу фактыларынын статистикасынын өсүү тенденциясын ачык көрсөтүп турат. Ошондой эле зомбулукка кабылган балдардын жана кары-картаңдардын саны да өсүүдө.

Кыргызстанда зомбулуктун себептерин изилдөө эзелтеден бери үй-бүлөлүк социалдык түшүнүк гана эмес, биринчи кезекте, салттуу, маданий, адеп-ахлактык институт катары каралып келгендиги нагыз чындык. Психология илиминин көз карашы боюнча үй-бүлөдө ар кандай каармандар, тагдырлар, күнүмдүк адаттар кагылышып, табигый түрдөгү чыр-чатактардын келип чыгышына түрткү болот.

Акыркы статистикалык маалыматтар көрсөткөндөй, аялдарга карата үй-бүлөлүк зомбулук бардык аймактарда ар кандай деңгээлде кездешет жана азыркы замандын чечилбеген социалдык-психологиялык көйгөйлөрүнүн бири бойдон калууда. Бүгүнкү күндө бир гана үй-бүлөлүк зомбулуктун катталган учурлары боюнча статистикалык ийри сызык туруктуу өсүү тенденциясына ээ. Мисалы, 2012-2019-жылдар аралыгында аялдарга карата үй-бүлөлүк зомбулук фактылары боюнча ички иштер органдары тарабынан чыгарылган коргоо ордерлеринин саны өлкө боюнча үч эсеге, тактап айтканда, 2,415тен 7,114 учурга чейин өстү. Мындай учурлардын олуттуу бөлүгүнүн эсепке алынбай калып жатканы да дайыма көңүл борборунда болуусу зарыл, анткени көптөгөн аялдарыбыз “үйдөгү чырды сыртка чыгарбайбыз” принциби менен жашап келишет.

Үй-бүлөдөгү зомбулук гендердик көйгөй болуп саналат – соттордо каралган үй-бүлөлүк зомбулук иштеринин дээрлик 98%ы аялдарга карата эркектер-күйөөлөрү (1542 адам), уулдары (375 адам), атасы (47 адам) тарабынан жасалган.

Саламаттык сактоо органдарынын статистикасы да үй-бүлөлүк зомбулуктан жаракат алып дарыланып жаткандардын санынын көбөйгөнүн көрсөтүп турат. Алсак, 2014-жылы 772 үй-бүлөлүк зомбулук фактысы катталса, 2020-жылы үй-бүлөлүк дарыгерлер борборлоруна 945 жабырлануучу аял кайрылган.

Алты жыл ичиндеги маалыматтар соттор тарабынан каралган бул категориядагы кылмыш иштеринин санынын көбөйгөнүн көрсөтүп турат (194төн 313 ишке чейин өскөн). Өмүргө, ден соолукка жана жыныстык кол тийбестикке карата үй-бүлөлүк зомбулуктан улам жасалган кылмыштардын саны өсүүдө. Акыркы жылдары үй-бүлөдөгү зомбулук криминалдашып, бул аялдардын жана кыздардын ден соолугуна, өмүрүнө оор кесепеттерди алып келүүдө, ал тургай, үй-бүлөлүк чыр-чатактар учурунда жасалган адам өлтүрүүлөргө чейин жетүүдө.

Соңку жылдарда дүйнө жүзү боюнча зомбулуктун курмандыктары боюнча маалыматтарды чогултуунун негизинде жигердүү жүргүзүлүп жаткан кеңири изилдөөлөр бул көрүнүштүн дүйнөдө таралышы боюнча так маалыматты алууга мүмкүндүк берет. Дүйнөлүк саламаттык уюмунун (ДССУ) 2020-жылга карата 161 өлкө боюнча аялдарга карата зомбулуктун таралышы боюнча маалыматтары боюнча (2000-2020-жылдар) дүйнө жүзү боюнча ар бир үчүнчү аял өмүр бою дене же сексуалдык зомбулукка кабыларын көрсөтөт. Бул аялдардын физикалык, психикалык, сексуалдык жана репродуктивдүү ден соолугуна терс таасирин тийгизет.2022-жылы алгачкы он айдын ичинде Кыргызстанда үй-бүлөлүк

зомбулуктан 15 аял каза тапкан. Жалпысынан аталган аралыкта 8440 үй-бүлөлүк зомбулук фактысы катталган. Ал эми КРнын Ички иштер министрлигинин ведомостволор аралык аналитикалык отчетуна ылайык 2023-жылдын 11 айында электрондук маалымат журналына (ЭЖМБ) 11783 учур катталган,салыштырып айтканда 3343 эсеге көп үй-бүлөлүк зомбулук болгон. Үй-бүлөлүк зомбулуктун кесепетинен 26 аял көз жумган.

ДССУ белгилеген түрдүү аймактарда зомбулуктун таралышы боюнча көрсөткүч Тынч океандын батыш чөлкөмүндө 20% жогору; Европа аймагындагы кирешеси жогору өлкөлөрдө 22% чейин; Америка аймагында 25%; Африка аймагында 33% чейин; чыгыш Жер Ортолук деңизинде 31%жана Түштүк-Чыгыш Азияда 33% болгон.

Үй-бүлөдөгү зомбулук көйгөйү коомдогу адамдардын өз ара мамилелеринде учурда байкалган дисгармонияны жана дисбалансты чагылдырат. Биз кеп кылып жаткан терс көрүнүштүн курчтугу жана маңызы коомдогу социалдык-моралдык татаал кырдаалды айгинелейт.

Заманбап психологиялык теориялар зомбулукту саясий, маданий, психологиялык жана экономикалык аспектилери бар татаал көйгөй катары карашат. Ошентип, Голландиядагы изилдөөлөрдүн алкагында аялдарга карата зомбулуктан жылдык зыян 200 миллион евродон ашык экени аныкталган. Швейцарияда мындай зомбулук федералдык, кантондук жана муниципалдык бийликтерге жыл сайын болжол менен 400 миллион швейцариялык франк зыян келтирет. Бул көйгөйдү изилдөөбүз, тилекке каршы, мындай каржылык-чарбалык эсеп биздин өлкөдө али жүргүзүлбөй жатканын көрсөттү.

Бул жаатта жүргүзүлгөн акыркы изилдөөлөр боюнча Кыргызстан аялдардын тынчтык жана коопсуздук боюнча глобалдык индексинде (WPS Index) 97-орунда турат. Бул индекс дүйнөнүн 170 өлкөсүндөгү аялдардын абалы тууралуу маалыматтарга негизделген.

COVID-19 пандемиясынын учурунда аялдар өнөктөштөрүнүн жана башка тобокелдик факторлорунун кыянаттыгынын алдында ого бетер алсыз болуп калышты. Гуманитардык кризистер жана адамдарды мажбурлап көчүрүү учурдагы көйгөйлөрдү ого бетер курчутуп, жеке адамдарга карата зомбулуктун жаңы түрлөрүн пайда кылууда.

Үй-бүлөдөгү зомбулук маселеси Чыгыш өлкөлөрүндө көптөн бери тыюу салынган аймак болуп келген, бүгүнкү күндө да бул талашсыз маанилүү көйгөйдү чечүүгө реалдуу социалдык каршылыктар бар. Бул өлкөлөрдүн коомдук аң-сезиминде жана массалык маалымат каражаттарында зомбулук көйгөйү “айрым учурлардын коркунучтары” катары өтө кыскартылган жана өзгөртүлгөн формада берилет.

Бүгүнкү күндө изилдөөчүлөр зомбулук социалдык жактан аз камсыз болгон үй-бүлөдө гана болот деген идеялар коомдук аң-сезимдин мифи экенин айтышууда. Үй-бүлөдөгү зомбулук, биз жогоруда белгилегендей, таптык, диний, расалык, маданий жана социалдык-экономикалык аспектилерине карабастан калктын бардык катмарларында жана категорияларында кездешет.

Зомбулуктан кийин сөзсүз түрдө пайда болгон психологиялык бузулуулар адамдын жашоосунун бардык деңгээлдерине таасирин тийгизип, инсандык туруктуу өзгөрүүлөргө жана ар кандай деңгээлдеги жашоонун калган бөлүгүнө таасир этүүчү узак мөөнөттүү кесепеттерге алып келет.

Зомбулук психологиясынын проблемасы акыркы отуз жылда дүйнөлүк психологияда өзгөчө активдүү каралды. Бул жерде өзгөчө белгилүү адистер Д. Левинсон (1978), Дж. Кобрин (1971), Д. Финкелхор (1988), К. Брон (1989), Э. Миллер (2002) жана башкалардын эмгектерин баса белгилеп кеткибиз келет. Постсоветтик психология илиминде бул маселе салыштырмалуу жаш жана ал маселе А. А. Брудный (1970), Э. С. Орозалиев (1998), Т. Я. Сафронова (1993), А. Б. Серых (2005), Е. Т. Соколова (2001), Е. И. Цымбал (1993), А. А. Чазова (1998), Ч. А. Шакеева (1998) жана башкалардын изилдөөлөрүндө чагылдырылган.

Ар кайсы өлкөлөрдө үй-бүлөгө, балдарга карата зомбулук көйгөйү боюнча Ф. А. Акрамова (2019), А. Т. Акажанова (2009), Б. С. Бердибаева (2005), М. Т. Исакова (2002), М. П. Кабакова (2004), В. М. Каримова (1994) жана башка авторлордун изилдөөлөрү жарыяланды. Кыргызстандын психологдорунан В. П. Иванова (2013), Т. А. Коңурбаев (1999), М. А. Кожогелдиева (2017) жана башкалардын эмгектеринде берилген.

Кыргыз психология илиминде бул проблема салыштырмалуу жакында эле иштеле баштады жана бул атайын терең илимий изилдөө эмес, көбүнчө акыркы он жылдыктагы жалпы статистикалык, социологиялык ыкмалар түрүндө ишке ашырылган эл аралык долбоорлорго катышуу болду. Үй-бүлөлүк зомбулук проблемасынын маанилүүлүгүнө жана актуалдуулугуна карабастан, аны чечүүгө бирдиктүү мамиле изилдөө чөйрөсүндө дагы эле начар чагылдырылууда, бирдиктүү теориялык жана изилдөө парадигмасы түзүлө элек, толук кандуу терминологиялык жана концептуалдык аппарат иштелип чыккан эмес. Дал ушул проблеманы илимий жактан терең иштеп чыгуунун зарылдыгы **диссертациянын темасынын актуалдуулугу**н көрсөтүп турат.

Каралып жаткан маселенин актуалдуулугун, анын практикалык жана теориялык маанисин эске алуу менен биз изилдөөнүн объектисин, предметин, максатын, милдеттерин жана гипотезасын аныктадык.

Изилдөөнүн илимий методологиясы көптөгөн адамдардын жашоосуна кыйратуучу таасирин тийгизген коомдогу зомбулуктун көптөн бери калыптанып калган көйгөйлөрүнө негизделген. Коомдун түпкү көйгөйлөрүнүн бири бул инсандарды кысымга алуу жана басынтуу, алардын укуктарын жана эркиндиктерин бузуу, олуттуу жана узак мөөнөттүү денеге жана психикага эмоционалдык зыян келтирүү болуп саналат. Зомбулук көйгөйлөрүн жеңүү ар кандай деңгээлдеги комплекстүү мамилени жана жалпы коомдук аракеттерди талап кылат.

Изилдөөнүн максаты: зомбулук көйгөйлөрү боюнча жалпы теориялык мамилелерди, методологияны жана артыкчылыктуу концепцияларды изилдөө, үй-бүлөлүк зомбулуктун негизги себептерин жана психологиялык кесепеттерин аныктоо, Кыргызстандагы аялдар үчүн зомбулук көйгөйлөрүн жана анын

кесепеттерин оптималдуу чечүүгө багытталган натыйжалуу тажрыйбаларды жана сунуштарды иштеп чыгуу.

Изилдөө милдеттери:

1. Психологиялык-педагогикалык аспектиде үй-бүлөдөгү зомбулук көйгөйлөрү боюнча методологиялык мамилелерге жана илимий изилдөөлөргө теориялык талдоо жүргүзүү.

2. Эл аралык тажрыйбаны үйрөнүү, кыргыз коомчулугунда ийгиликтүү колдонуу үчүн Батыш жана КМШ өлкөлөрүндөгү үй-бүлөлүк зомбулук көйгөйлөрүн чечүүнүн салыштырма анализин жүргүзүү.

3. Кыргыз коомчулугунда зомбулуктун пайда болушунун психологиялык-педагогикалык себептерин жана кесепеттерин изилдөө. Үй-бүлөлүк зомбулуктун детерминанттары менен кесепеттеринин ортосундагы үстөмдүк кылган өз ара мамилелерди жана көз карандылыкты аныктоо.

4. Фрустрацияланган кырдаалдарга реакция кылуунун артыкчылыктуу тенденцияларын аныктоо. Зомбулукка кабылган кыргыз аялдарынын жүрүм-турумунун негизги формаларын жана ыкмаларын ар тараптуу жана терең изилдөөгө алуу.

5. Изилдөөнүн жыйынтыгы боюнча зомбулукка кабылган кыргыз аялдары үчүн эң натыйжалуу болгон практикалардын системасын жана түзөтүү программаларын иштеп чыгуу.

Изилдөөнүн теориялык-методологиялык негизи болуп төмөнкүлөр саналат:

• зомбулук психологиясынын феноменинин маңызын, себептерин жана терс кесепеттерин ачып берген россиялык, америкалык, батыш европалык изилдөөчүлөрдүн эмгектери (Е. Т. Соколова (2001), А. Б. Серых (2005), Дж. Кобрин (1971), Э. Миллер (2002);

• инсанды жана ишмердүүлүктү изилдөөгө системалуу мамилени ишке ашыруучу концептуалдык изилдөөлөр (Ишмердүүлүк принциби А. Н. Леонтьев (1973);

• детерминизм принциби (С. Л. Рубинштейн; өнүгүү принциби (1959);

•инсандын турмушундагы активдүү субъект катары адам концепциясынын жоболору (Личность жана ишмердүүлүк, аң сезим менен ишмердүүлүктүн, диагностика жана оңдоо түзөөнүн бирдиктүүлүк принциби, С. Л. Рубинштейн).

Изилдөө методдору: адабияттарды илимий-теориялык талдоо жана биздин изилдөөбүздүн негизги багыттары боюнча системалаштырылган жана ишибиздин максаттарына эң айкын жооп берген психодиагностикалык методдордун комплекси: PARI-методикасы, авторлору – Э. Шеффер жана Р. Белл, ыңгайлаштырган – Т. В. Нещерет (2001); Дембо-Рубинштейн методикасы боюнча “Өзүн-өзү баалоону изилдөө” (1970); Субъективдүү көзөмөл деңгээлин (СКД) изилдөө методикасы, Э. Ф. Бажин, С. А. Голынкин, А. М. Эткинд (2001) жана Дж. Роттердин локус көзөмөлү тести (1966); К. Томастын жүрүм-турумду сыпаттоо тести (1974), ыңгайлаштырган – Н. В. Гришина (1978); Д. Рассел менен М. Фергюссондун «Жалгыздыкты субъективдүү сезүү деңгээлинин диагностикасы» методикасы (1980); Л. И. Вассермандын «Социалдык

фрустрация деңгээлинин диагностикасы» методикасы (1995), ыңгайлаштырган – В. В. Бойко (2001); Х. Лассуэл, Ч. Осгуддун Мазмунду талдоо методу (1959), ыңгайлаштырган – В. Е. Семенов (1983); Э. Хаймдын “Стресс менен күрөшүү стилин аныктоо (стратегияларды жеңүү)” тести (2007); Р. Лазарус менен С. Фолкмандын «Жүрүм-турум менен күрөшүү ыкмалары» анкетасы (1988), ыңгайлаштырган – Т. Крюкова (2004).

Изилдөө методдорун тандоодо биз тесттердин негизги психометрикалык мүнөздөмөлөрүн, диагностикалык мүмкүнчүлүктөрүн жана алардын теориялык негиздерин эске алдык. Аныктоочу изилдөөнүн жана калыптандыруучу эксперименттин жыйынтыктары сапаттык жактан да, сандык жактан да иштеп чыгылды. Сандык кайра иштеп чыгууда статистикалык талдоонун алгачкы ыкмалары колдонулду, алардын жардамы менен алынган өлчөөлөрдүн натыйжаларын чагылдырган көрсөткүчтөр: тандоонун орточо мааниси, тандоо режими, эмпирикалык маалыматтардын пайыздык экспрессиясыалынды.

Сыпаттама статистиканы талдоо SPSS 22.0 статистикалык программалык пакетин колдонуу менен ишке ашырылды. Алынган маалыматтарды статистикалык талдоо үчүн төмөнкүлөр пайдаланылды. Ч. Спирмен (1904) боюнча корреляциялык талдоо, анын жардамы менен өзгөрмөлөр ортосундагы байланыш түз эмес, кыйыр түрдө – бул өзгөрмөлөргө туура келген ранг катарларынын ортосундагы байланышты аныктоо аркылуу ачылды [Ермолаев О.Ю. (2003); Наследов А.Д. (2013].

Иштин илимий жаңылыгы. Изилдөөнүн жыйынтыгы Кыргызстандагы зомбулук психологиясынын негизги феномендерин аныктоого мүмкүндүк берди. Кыргызстандын аймактарында биринчи жолу зомбулуктун басымдуу түрлөрү жана типтери аныкталды. Зомбулук кырдаалында аялдардын түздөн-түз психосоматикалык реакциялары, психикалык процесстери жана абалы изилденди.

Кыргыз аялдарындагы психотравматикалык үй-бүлөлүк кырдаалдын психологиялык-педагогикалык кесепеттеринин өзгөчөлүгү аныкталды. Инсан аралык мамилелер системасындагы бул тынчсыздануулардын узак мөөнөттүү кесепеттери аныкталды.

Өлкөнүн өзгөчөлүгүн эске алуу менен кыргыз аялдарына карата зомбулуктун алдын алуунун өзгөчөлүктөрү бөлүп көрсөтүлдү. Кыргыз чөйрөсүнүн жана кыргыз менталитетинин өзгөчөлүктөрүн эске алуу менен алгачкы жолу үй-бүлөлүк зомбулуктун курмандыктарын калыбына келтирүү боюнча атайын психологиялык-педагогикалык программа иштелип чыкты.

Иштин теориялык мааниси: изилдөөдө алынган теориялык жалпылоо жана системалаштырылган эмпирикалык маалыматтар психология илиминде үй-бүлөлүк зомбулуктун өсүү себептери, анын түрлөрү жана формалары, себептери жана кесепеттери жөнүндө илимий-теориялык ойлорду постсоветтик өлкөлөрдө жана жалпысынан дүйнөлүк психология илиминде, ошондой эле, Кыргызстанда дагы тереңдетүүгө жана кеңейтүүгө мүмкүндүк берет. Анда биздин коомдо үстөмдүк кылуучу психологиялык көрүнүштөр кыйла терең жана кеңири мааниге ээ болуу менен жалпы аймактарда жаралган маданият, баалуулуктар

системасы аркылуу аныкталат. Бул жашоо климатка, аймакка, географиялык кошуналардын таасирлерине жана көбүнчө, улуттук менталитетке, динге байланыштуу болот.

Изилдөөнүн практикалык мааниси: изилдөөнүн натыйжалары үй-бүлөлүк зомбулукка кабылган аялдарга психологиялык жардам көрсөтүүнүн багыттарын жана мазмунун илимий жактан негиздөөгө мүмкүндүк берет. Аларды атайын психологиялык билимдерди берүүдө, психопрофилактикалык жана психокоррекциялык программаларды уюштурууда жана зомбулуктун курмандыктарына психологиялык, социалдык жардам көрсөтүүчү уюмдар жана кризистик борборлор үчүн практикалык сунуштарды иштеп чыгууда колдонууга болот.

Илимий-теориялык талдоо, практикада тастыкталган эксперименттик маалыматтар кыргыз коомунда зомбулуктун алдын алуу боюнча психологиялык-педагогикалык программаны иштеп чыгууга негиз болот.

Изилдөө үй-бүлөлүк зомбулукка кабылган адамдын негизги касиеттерин жана жеке сапаттарын изилдөө боюнча кеңири материалды алууга,ага жараша үй-бүлөлүк зомбулуктун катышуучуларынын жүрүм-турумунун эң натыйжалуу стратегияларын иштеп чыктык.

Изилдөө базасы. Изилдөөгө жалпысынан 26 жаштан 55 жашка чейинки 580 аял катышты. Алардын ичинен өнөктөштөрү тарабынан кайталанган зомбулукка кабылган 310 аял эксперименттик топко кирди. Көзөмөл топко изилдөөнүн маалыматтарына жана методикалык көрсөткүчтөргө ылайык үй-бүлөдө анчалык курч зомбулук болбогон 270 аял кирди.

Көзөмөл топтогу аялдар жаш курагы жана билим деңгээли боюнча эксперименталдык топтун өкүлдөрүнө дээрлик окшош.

Коргоого чыгарылып жаткан жоболор:

1. Коомдогу зомбулук көйгөйү – көптөгөн адамдардын жашоосуна кыйратуучу таасирин тийгизген олуттуу жана актуалдуу көйгөй. Зомбулук физикалык, психологиялык, сексуалдык жана экономикалык зомбулукту кошкондо ар кандай формада болушу.

2. Коомдогу зомбулуктун кесепеттери узакка созулуп, ар түрдүү болушу мүмкүн. Аларга дене жаракаттары, психологиялык көйгөйлөр, жаракаттан кийинки стресс синдрому, психикалык саламаттыктын, инсандар аралык мамилелердин бузулушу жана социалдык обочолонуу.

3. Зомбулук көйгөйлөрүн жеңүү комплекстүү мамилени жана ар кандай деңгээлдеги күч-аракеттерди, анын ичинде активдүү жана бирдиктүү мамлекеттик колдоону талап кылат. Бул маданий жек көрүүлөрдү жана зомбулук жүрүм-турум үлгүлөрүн жоюу үчүн билим берүүнү жана маалымдоону, коопсуз чөйрөнү түзүүнү жана зомбулуктун курмандыктарына колдоо көрсөтүүнү, мыйзамдарды бекемдөөнү жана алардын натыйжалуу, комплекстүү аткарылышын өзүнө камтыйт. Мындан тышкары, сабырдуулук, өз ара түшүнүшүү жана ар бир адамдын укуктарын урматтоо сыяктуу позитивдүү баалуулуктарды сактоо жана өнүктүрүү маанилүү.

Изденүүчүнүн жеке салымы. Иш автор тарабынан өз алдынча 20 жыл бою аткарылды. “Кыргызстанда Гендердик Академиялык билим берүүнү жайылтуу” долбоорун 2007-ж.Сорос фондунан ЖОЖдор арасында жеңип чыгып ОшМУга “Гендер жана психологиялык жардам берүү” борборун ачып, зомбулук көргөн аялдарга психологиялык жардам берүүнү уюштуруп, тандоо курсунун программалары иштелип чыгып, факультеттерде окулуп келет.

Диссертациянын жыйынтыктарын тастыктоо (апробациялоо). Бул диссертациялык изилдөөнүн материалдары көп жылдар бою терең жана ар тараптуу сыноодон өттү: а) республикалык жана эл аралык илимий-практикалык конференцияларда илимий баяндамалар, КРнын ББИМнин август кеңешмесинде мастер класстар жана билдирүүлөр түрүндө;б) монографиялардагы, Кыргыз Республикасынын, Россия Федерациясынын, Турция, Австрия, Өзбекстан Республикасынын журналдарындагы басылмалар түрүндө; в) окуу процессинде лекция, семинар, тренингдер окулууда ж.б.Изилдөөнүн жүрүшү жана жыйынтыктары Ош мамлекеттик педагогикалык университетинин педагогика жана психология кафедрасында талкууланды, Ж. Баласагын атындагы КУУнун, И. Арабаев атындагы КМУнун алдындагы диссертациялык кенеште алдын ала коргоодон өттү.

Иштин натыйжаларын басылмаларда толук чагылдыруу. По материалам диссертационного исследования опубликованы 28 статей и 7 пособий из них 4 статьи в журналах, индексируемой системой «Scopus», имеется публикация в сборнике монографии «Вопросы образования и психологии» (Чебоксары: «Среда», 2022г.), а также статьи в рецензируемых периодических изданиях, рекомендованных НАК при Президенте Кыргызской Республики.

Диссертациялык изилдөөнүн материалдарынын негизинде 28 макала жана 7 окуу куралы басылып чыкты, анын ичинен 4 макала Scopus системасы боюнча индекстелген журналдарда, «Билим берүү жана психология маселелери» монографиялар жыйнагында жарыяланды (Чебоксары ш. «Среда», 2022), ошондой эле Кыргыз Республикасынын Президентине караштуу УАК тарабынан сунушталган рецензияланган мезгилдүү басылмалардагы макалалар.

Диссертациянын түзүлүшү жана көлөмү. Диссертация кириш сөздөн, төрт баптан, баптар боюнча корутундулардан, жалпы корутундудан жана практикалык сунуштардан, пайдаланылган адабияттардын тизмесинен жана тиркемелерден турат. Жалпы көлөмү 347-бет, негизги текст – 292-бет.

ДИССЕРТАЦИЯНЫН НЕГИЗГИ МАЗМУНУ

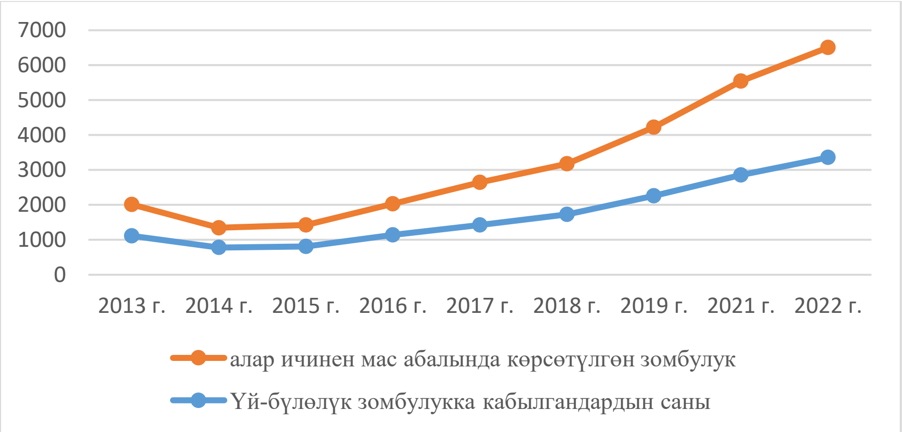
Киришүүдө изилденүүчү маселенин актуалдуулугу, диссертациянын темасы менен илимий программалардын байланышы негизделди, изилдөөнүн максаты жана милдеттери аныкталды, иштин жаңылыгы жана практикалык мааниси, диссертанттын жеке салымы, изилдөөлөрдүн натыйжаларын апробациялоо, эксперименттин этаптары, изилдөөнүн тажрыйбалык-эксперименттик базасы, диссертациянын натыйжаларынын басылмаларда

чагылдырылышынын толуктугу ачылып берилди, ошондой эле диссертациялык изилдөөнүн түзүмү көрсөтүлдү.

“**Кыргызстандагы зомбулук көйгөйлөрүн изилдөөнүн теориялык жана методологиялык негиздери**” деп аталган биринчи бап чет элдик жана ата мекендик психологиядагы зомбулукту аныктоого карата негизги мамилелер каралды жана аларга баа берүүдөн башталат.Биринчи баптын биринчи параграфы“***Чет элдик жана ата мекендик психологияда зомбулукту аныктоого карата негизги мамилелер***” деп аталып, негизинен теориялык-обзордук изилдөөлөрдөн турат.

Зомбулук бүткүл адамзатка мүнөздүү эң курч социалдык көйгөйлөрдүн бири экени белгиленет, анткени ал жапа чеккендердин өзүнө гана түздөн-түз таасирин тийгизбестен бүтүндөй коомду дестабилдештирип, коомдук тартипке коркунуч келтирет. Бүгүнкү күндө зомбулуктун кеңири таралган түрлөрүнүн бири, бул - үй-бүлө институтуна гана эмес жалпы эле коомдун моралдык абалына эң терс таасирин тийгизген аялдарга карата үй-бүлөлүк зомбулук болуп саналат.

Үй-бүлө – ар бир мамлекеттин негизги социалдык институттарынын бири, анын мүчөлөрүнүн жыргалчылыгы жана социалдык бакубаттуулугу коомдук жыргалчылык, жакшы жашоо менен түздөн-түз байланышта. Ошондуктан, үй-бүлөдө бакубат климатты камсыз кылуу жана анын мүчөлөрү тарабынан агрессиянын жана ырайымсыздыктын ар кандай көрүнүштөрүнө жол бербөө өтө маанилүү. Үй-бүлөлүк зомбулуктун алдын алууга багытталган чаралар улуттук коопсуздук менен тыгыз байланышта болгон үй-бүлөлүк жашоонун социалдык коопсуздугуна таасирин тийгизет.



1.1-сүрөт. Кыргыз үй-бүлөсүндө зомбулуктун өзгөрүү динамикасынын көрсөткүчтөрү.

Жалпысынан бул багыттагы изилдөөлөрдү үч топко бөлүүгө болот. Биринчиси Э. П. Агапов (1999), И. Горшкова (2003), И. Шурыгина (2003), А.С.Синельников (2022), Е. И. Холостова (1997) жана башкалар, алардын эмгектери үй-бүлөлүк зомбулукту, анын түрлөрүн жана өзгөчөлүктөрүн аныктоого арналат.

Экинчи топко үй-бүлөлүк зомбулуктун себептерин жана кесепеттерин изилдөөгө арналган изилдөөлөрдү кошууга болот. Р. Г. Петрова үй-бүлөлүк зомбулуктун себептерин түшүндүргөн теорияларды изилдейт (2007). И. А. Фурманов (2003) жана Т. Я. Сафронова (2008) балдарга жана аялдарга карата үй-бүлөлүк зомбулуктун кесепеттерин изилдешкен.

Үчүнчү топтун өкүлдөрү илимий кызыкчылыктарын алгачкы эки багыт боюнча изилдөөлөргө негиздешет жана үй-бүлөлүк зомбулуктун курмандыктарына психосоциалдык жардам жана колдоо көрсөтүү практикасын өнүктүрүшөт, аларга жардам көрсөтүүнүн ар кандай ыкмаларын белгилешет, мисалы, реабилитация, юридикалык жардам ж.б.

Постсоветтик мейкиндиктеги окумуштуулардын бул маанилүү социалдык көйгөйдү изилдөөсүнө келсек, алар үй-бүлөдөгү зомбулуктун аспектилерин талдоого көбүрөөк көңүл бурушат. Ошол эле учурда, алардын көңүлү үйдөгү зомбулук маселелерине көбүрөөк бурулат, анткени, алардын пикири боюнча, үйдөгү зомбулук үй-бүлөлүк зомбулукка караганда кеңири түшүнүк. Ал балдарга, карыларга карата катаал мамилени билдирип, үй-бүлө мүчөлөрүнүн ортосундагы башка зомбулукка карата колдонулат.

Акыркы он жылдыктарда психология илиминде зомбулук феноменин алардын призмасы аркылуу кароого боло турган бир катар чет элдик ыкмалар жаралды. Ошентип, *социалдык окуу теориясы* адамдагы зомбулукка жакын инсандын калыптанышына көп жагынан түрткү болгон жакынкы чөйрөнүн ролуна басым жасайт. Бул теория Кауфмандын эмгеги аркылуу өнүктү, ал жалпысынан адам (жынысы кандай болбосун) агрессивдүү боло албайт деп айтууга негиз жок деп эсептейт. Анын пикиринде эркектердин зомбулуктары өзүнө карата зомбулуктан (эркек балдарга өз сезимдерин көрсөтүүгө тыюу салуудан) башталып, андан кийин аялдар менен болгон мамиленин деңгээлине (өспүрүмдөрдүн агрессивдүүлүгү деп аталат) өтүп, андан соң жалпы коомго коркунуч туудурат.

Виктимологиялык мамиле аял өзүнүн жабырлануучу жүрүм-туруму менен зомбулукка түртөт дегенден келип чыгат. Бул ыкма немец изилдөөчүсү Б. Шнайдердин эмгектеринде берилген жана ал жабырлануучу менен зордукчунун аракеттеринин ортосунда байланыш бар деп ырастайт.

Интерактивдүү теориянын борборунда үстөмдүк мамилелерди жана зомбулукту карым-катыштын ар башка түрлөрү катары кароо маселеси турат. Бул теориянын жактоочулары эркектердин аялдарга карата зомбулук көрсөтүүсү өзүнүн маңызы боюнча социалдаштыруунун натыйжасы деп эсептешет, бала кезинен баштап балдар өз ата-энелеринин ортосундагы мамилеге байкоо жүргүзүү менен бул баарлашуунун алгылыктуу эле формасы деп түшүнүшөт.

Түзүмдүк (структуралык) теория патриархаттын ролун баса белгилейт, ал сөзсүз түрдө ар бир адамды потенциалдуу зордукчунун ордуна коёт. Бул теориянын жактоочулары эркектердин бийлик жана көзөмөл менен болгон байланышын баса белгилешет. Бул жааттагы заманбап изилдөөлөрдүн негизинде зомбулуктун негизги себеби гендердик теңсиздик болот, бул критерийдин негизинде эркектер материалдык ресурстар боюнча үй-бүлө деңгээлинде

чечимдерди кабыл алуучусу, аялдардын мындай укуктары жок. Патриархаттын жалпы шарттарында эркектин зомбулукка кабылышы, балким, анын ресурстары аялынан төмөн болгон учурда болот.

Эгерде зомбулукка себеп-натыйжа көз карашынан карасак, анда ал күчкө ээ болуу же аны сактап калуу жана жабырлануучуну көзөмөлдөө стратегиясы экенин көрүүгө болот. Бул көз караш Р. Бэнкрофтун (1975) *чыгым-пайда теориясына* туура келет, ага ылайык зомбулук кылмышкерди өзүнүн максатынын үстүнөн жөнөкөй бийлик жүргүзүүдөн айырмаланган ыкмалар аркылуу шыктандырат.

Акыркы жылдарда жүргүзүлгөн изилдөөлөр үй-бүлөлүк зомбулукка кабылгандардын арасында психикалык жактан бузулуулар кеңири таралганын көрсөттү. Ошентип, америкалык психолог Д. Даттон (1974) психикалык бузулууларга чалдыккан жана аялын кордогон эркектерди чектен чыгып кеткен инсандар катары сыпаттайт. Бирок Р. Геллес (1975) аны менен макул эмес, үй-бүлөлүк зомбулук боюнча мындай психологиялык теориялар чектелүү экенин айтат. Ал белгилегендей, башка изилдөөлөрдө эркектердин 10% гана бул психологиялык профилге туура келет. Анын ою боюнча, социалдык факторлор маанилүү, ал эми инсандык сапаттар жана психикалык бузулуулар анча маанилүү эмес. Зомбулукта эң негизгиси мамилени көзөмөлгө алуу болуп саналат.

Бирок, зомбулук боюнча Батыш европалык илимпоздордун эмгектериндеги пикирлер боюнча никесиз өнөктөштөрдүн, ошондой эле бир жыныстагы жубайлардагы кыянат аракеттеринен улам үй-бүлөлүк зомбулук күчөй баштаган. Мыйзамдык негизде катталбаган же болбосо бир жыныстуу үй-бүлөлөрдөгү психологиялык туруктуулуктун, бири-биринин алдындагы жоопкерчиликтердин төмөн болуусу үй-бүлөлүк зомбулукка шарт түзүп калат.

Үй-бүлөдөгү зомбулук анын бир мүчөсү тарабынан башка мүчөлөрүнө карата жасалышы мүмкүн болгон физикалык, сексуалдык, психологиялык же экономикалык зомбулуктун бардык актылары катары аныкталат. Бул концепция өзгөчө жубайлардын ортосундагы зомбулукту билдирет.

Изилдөөбүздө зомбулукту адамдарда белгилүү инстинкттер түрүндө берилген табигый агрессивдүүлүктөн жана катаалдыктан айырмалоо керектигин баса белгилейбиз. Бул инстинкттер алардын карама-каршы коркуу инстинкти катары зомбулук практикасында өз ролун ойноп, ал тургай, татаал түрдө колдонулушу мүмкүн. Ошол эле учурда, ишибиздин илимий-теориялык бөлүгүндө биз зомбулуктун өзү башка нерсе экенин жана өзүн аң-сезимдүү эрктин актысы катары жарыялап, өзү үчүн актоочу негиздерди издегени менен инстинкттерден айырмаланарын негиздейбиз.

Зомбулук мажбурлоонун башка түрлөрүнөн ал жашоо үчүн табигый күрөшкө мүнөздүү ырайымсыздыктын чегине жеткендиги менен айырмаланат. Ал чыныгы табигый агрессивдүүлүктөн мыйзамга, адилеттикке, адамдык максаттарга жана баалуулуктарга кайрылуусу менен айырмаланат. Бул жагынан алганда, зомбулукту күчтүүнүн укугу же күчтү адамдык мамилелердин башкаларга басым көрсөтүүсү катары мүнөздөөгө болот.

*“**Кыргызстандагыүй-бүлөлүк зомбулуктундинамикасындагы зомбулук компоненти**»*деп аталган 1-баптын2-параграфындазомбулуктун себептери боюнча бирдиктүү пикирлер жоктугу каралды. Диссертациялык изилдөөбүздө зомбулукту пайда кылган психикалык бузулуулардын болушунан тартып зордукчулардын социалдык-маданий баалуулуктарынын, коомдук уюмдардын жана жеке өзгөчөлүктөрүнүн таасирине чейинки көптөгөн микро жана макро теорияларды белгилейбиз. Бул маселе боюнча негизги талаш психологиялык теорияларды жактагандар менен социалдык себептүүлүккө ишенгендердин ортосунда болгонун көрсөттүк.

Бирок, адамдын психологиясынын, социалдык өз ара аракеттенүүсүнүн жана социалдык түзүлүшүнүн татаалдыгын эске алуу менен кээ бир изилдөөчүлөр үй-бүлөдөгү зомбулуктун комплекстүү моделин түзүү аркылуу бир топ келечектүү мамилени сунушташат. Алардын модели үй-бүлөлөрдүн көп түрдүүлүгүн, алардын мүчөлөрүнүн жеке өзгөчөлүктөрүн жана социалдык четтөөлөрүн эске алат, алардын өз ара айкалышы жана байланышы зомбулукту пайда кылат. Бул модель адамдардын ортосундагы өз ара таасирге, алардын иш-аракеттерине, зомбулуктун алдын-алууларына жана андан кийинки кесепеттерге басым жасайт.

Изилдөөлөрүбүз үй-бүлөдө жасалган зомбулуктун кесепеттери ар кандай болушу мүмкүн экенин так көрсөттү. Үй-бүлөлүк зомбулуктун ар кандай түрлөрүнөн аялдар гана эмес эркектер да жабыркай турганын эске алуу керек, бирок алардын ар кандай жардамга кайрылуу пайызы өтө төмөн. Салыштыруу үчүн айта кетсек, үй-бүлөлүк зомбулуктун курмандыгынын 80% ашыгы аял болгону тастыкталды.

«Кыргызстандагы үй-бүлөлүк зомбулуктун маңызы, түрлөрү жана типологиялык мүнөздөмөлөрү»деп аталган 1-баптынүчүнчү параграфында кыргыз үй-бүлөлөрүндөгү үй-бүлөлүк зомбулуктун маңызы, түрлөрү жана типологиялык мүнөздөмөлөрү талданды.

Ошол эле учурда бир топ авторлор физикалык зомбулуктун инстинктик негиздерин өзгөчө белгилешет.

Биринчи бап боюнча *корутундулар*.

1. Зомбулук жалпы дүйнөлүк масштабда эң курч социалдык көйгөйлөрдүн бири, анткени ал бүтүндөй коомду туруксуздаштырууга алып келет жана коомдук тартипке коркунуч туудурат. Бүгүнкү күндө зомбулуктун кеңири таралган түрлөрүнүн бири болуп аялдарга карата үй-бүлөлүк зомбулук эсептелет, ал үй-бүлө институтуна гана эмес жалпы эле коомдун моралдын абалына абдан терс таасирин тийгизет.

2. Аялдарга карата үй-бүлөлүк зомбулук ар кандай формаларда, анын ичинде физикалык, психологиялык, сексуалдык жана экономикалык зомбулук түрүндө болушу мүмкүн.

3. Үй-бүлөдөгү зомбулук көйгөйлөрү абдан маанилүү жана актуалдуу экендигине карабастан ал кыргыз психология илиминде атайын жана терең изилдөөлөрдүн предмети боло элек, ал көпчүлүк учурда жалпы статистикалык,

социологиялык мамилелер түрүндө ишке ашырылган эл аралык долбоорлорго катышууну билдирип келгендиги да ачуу чындык.

"**Кыргызстанда үй-бүлөлүк зомбулукка кабылган аялдардын психологиялык өзгөчөлүктөрүн изилдөөнүн методологиясы жана методдору**" аттуу экинчи бапта изилдөөнүн негизги түшүнүктөрү сунушталды. Зомбулукка кабылган аялдардын психологиялык өзгөчөлүктөрүн изилдөөнүн методологиясына жана методдоруна талдоо жасалды.

Изилдөөнүн объектиси – Үй-бүлөлүк зомбулукка туш келген кыргыз үй-бүлөлөрү.

Изилдөөнүн предмети – үй-бүлөлүк зомбулукка кабылган адамдын жекече психологиялык өзгөчөлүктөрү, социалдык-демографиялык мүнөздөмөлөрүнүн өз ара карым-катышы жана алардын жүрүм-турум стратегиясы менен байланышы.

Инсандын психологиялык өзгөчөлүктөрүнүн анын ыңгайлашуу потенциалына тийгизген таасири кеңири изилденди. Изилдөөнүн бул бөлүгүндө травмалык адаптациядан кийинки мезгилде инсандын өзгөчөлүктөрүн аныктоо маанилүү болду.

Ошону менен бирге адамдын жашоо-турмушунун жана ишмердүүлүгүнүн ар кандай шарттарына ыңгайлашуу проблемасын изилдөө адаптациялоочу кубулуштардын ар тараптуулугу жөнүндө гана эмес универсалдуулугу жөнүндө да айтууга мүмкүндүк берери баса белгиленди.

Посттравматикалык мезгилдин психогендик таасирин наааразылык жаратуучу (фрустрация) катары аныктап, бул шарттарга карата дезадаптация нейропсихикалык туруксуздукта көрүнөрүн белгилөөгө болот.

Нервдик-психикалык туруксуздук жана нервдик-психикалык бузулуулар тенденциясынын өсүшү адамдын жашоосунун жана ишмердигинин адаттан тышкаркы шарттарындагы дезадаптациялык абалдын мазмуну катары болорун В. И. Лебедев, Ц. П. Короленко, Г. В. Фролов, Ф. П. Космолинскийдин (2012) ж.б. өз эмгектеринде белгилешкен. Акыркы жылдары биз изилдеген изилдөөлөр көрсөткөндөй, нервдик-психикалык туруксуздук белгилери бар инсандар психикалык ишмердүүлүктүн жөнгө салуучу механизмдеринин бузулушунан улам жаңы шарттарга ийгиликтүү ыңгайлаша албайт.

Мындай эреже психикалык бузулуулардын өнүгүшүнүн себептеринин натыйжасында зомбулук аракеттеринен кийинки психогендик факторлордун инсанга, анын жекече өзгөчөлүктөрүнө, алардын инсандык сапаттарына, мүнөзүнүн өзгөчөлүктөрүнө тийгизген кыйратуучу таасири чукул болгондуктан ал төмөнкү адаптациялык жөндөмдөргө алып келет.

Адаптация процесстерин комплекстүү талдоодо туруктуу психикалык адаптация адамдын айлана чөйрөнүн шарттарына адекваттуу жүрүм-турумун, анын айлана-чөйрө менен натыйжалуу өз ара аракеттенүүсүн жана олуттуу нейропсихикалык стрессиз ийгиликтүү ишмердүүлүгүн аныктоочу психикалык активдүүлүктүн деңгээли экендигин баса белгилөөгө мүмкүндүк берди.

Оң жана терс эмоциялардын тең салмактуулугу менен аныкталган инсандын ички психологиялык комфортунун денгээлин нервтик-психикалык

чыңалууну жогорулатуу критерийи катары кароого болот. Бул аныктамага таянып зомбулукка кабылган адамды жаңы жашоо шартына ыңгайлаштырып, ушундай абалга алып келүүнүн маанилүүлүгү жана зарылчылыгы жөнүндө сөз кылсак болот. "Туруктуу ыңгайланышуу" түшүнүгүн "ченемге", "шарттуулукка", "натыйжага" синоним катары кароого болот.

Психофизиологдордун пикири боюнча, адамдын ички маалыматтык запасы кырдаалдын маалыматтык мазмунуна шайкеш келгенде, башкача айтканда, система кырдаал жеке маалымат диапазонунан чыкпаган шарттарда иштегенде адам ыңгайлашкан абалда болот. Бул жерден инсандын жеке касиеттерине жана сапаттарына жараша анын таанып-билүү жүрүм-туруму активдүү максатка бытталган же пассивдүү мүнөзгө ээ болушу мүмкүн деп айтууга болот.

Биринчи типтеги жүрүм-турумда берилген шарттардагы шыктануунун деңгээли абдан маанилүү роль ойнойт. Жабырлануучунун жүрүм-турумунда жашоонун өзгөргөн шарттарына өтүүгө даярданууда ички интеллектуалдык жана эрктик ишмердиктин болуусу зарыл.

Таанып билүү жүрүм-турумунун экинчи түрү кабыл алынган маалыматты пассивдүү кабыл алуу мүнөзүнө ээ болот, ал өзү кокустук жагдайда жана ал маалыматты бөлүп-бөлүп кабыл алуу менен мүнөздөлөт. Негизинен, инсандын ички күтүүлөрүнө туура келген маалымат гана керектелет же мүмкүн болгон бардык маалымат кабыл алынат, бирок алдыдагы жашоо чөйрөсү менен абдан натыйжалуу болгон өз ара аракеттенүү көз карашынан алганда анын аныктыгын жана зарылдыгын сынчыл баалоосуз кабыл алат.

Жүрүм-турумдун бул типтери борбордук нерв системасынын өзгөчөлүктөрү менен байланышкан жана алар В. И. Лебедев, С. Д. Бирюков, Л. П. Гримак, И. И. Наталина (1991) жана башкалар тарабынан индивиддин ыңгайлашуу процессинин шарттары катары сыпатталат.

«Ыңгайлашууга кирүүнүн курч психикалык реакцияларынын этабы (биринчи дезадаптация) ыңгайлашуу процессинин этабы болуп саналат, анда инсан өзгөргөн жашоо шартынын психогендик факторлорунун таасирин сезе баштайт. Адаптацияга чейинки мезгилде адамда жалпы алсыздык, уйкунун бузулушу, кыжырдануу, апатия, депрессия, тынчсыздануу абалы байкалат. Алардын айрымдарында невроздор жана реактивдүү психоз абалы өнүгөт». Ошентип, курч психикалык реакциялар стадиясында адам айлана-чөйрөнүн капалантуучу таасирин сезе баштайт жана ыңгайлашуу механизми ишке кирет.

Изилдөөчүлөр методологиялык мамиледеги кээ бир айырмачылыктарга карабастан, эң негизгиси, алардын бирдиктүү көз караште экендиги өзгөргөн чөйрөдө жана жашоо шарттарында аны конструктивдүү колдонууга мүмкүн болбогондо нервдик-психикалык туруксуздук, нерв системасынын иштөөсүнүн бузулушуна таасир эткен жогорку психикалык жүктөмдүн кесепети катары ал психикалык чыңалуунун натыйжасы болуп саналат.

Албетте, өтө шыктандырган психикалык ишмердик анын активдешүүсүнүнөтө олуттуу деңгээлинде чыңалууну азайтышы керек, бирок анын багыты бул учурда инсан үчүн кыйратуучу болот, анын натыйжасында

чөйрөдө инсан ийгиликтүү ыңгайлашууга жөндөмсүз болгондо инсандын жүрүм-турумунун эки негизги тибин аныктоочу дезадаптивдик абал жаралат. Жыйынтыктап айтканда, америкалык психологдор Д. Креч, П. Кратчфилд, Н. Ливсон (2007) инсандын керектөөлөрү менен аларды канааттандырууну чектөөнүн ортосундагы нааразычылыктын (фрустрациянын) жана конфликттин кыйратуучу кесепеттерин кароо менен, агрессияны жана кырдаалдан качууну бөлүп көрсөтүшөт, бул дезадаптивдик жүрүм-турумдун биринчи жана экинчи типтерин аныктаары байкалды.

*"Үй-бүлөлүк зомбулукту изилдөөгө карата методологиялык принциптер жана мамилелер"*аттуу 2-баптын 1-параграфында изилдөөнүн методологиялык жана эмпирикалык негиздери каралат. Диссертациялык изилдөө бул терс социалдык кубулуштун коомдук, социалдык, экономикалык, психологиялык аспектилерин аныктоого мүмкүндүк берген комплекстүү мүнөзгө ээ. Мындай методологиялык мамиле үй-бүлөдөгү зомбулукту субъект-объекттик өзгөчө мамиле катары түшүнүүгө мүмкүндүк берет, анда деструктивдүү инсанды пайда кылуучу социалдык жана коомдук турмуштун шарттары жана чөйрө факторлору катары зомбулуктун негиздери өзгөчө түрдө чагылат жана кайталанат. Ошондой эле социалдык жүрүм-турум, гендердик теңсиздик, социалдык алмашуу жана социалдык-психологиялык конфликттер теориялары, ошондой эле инсандын аң-сезимине жана жүрүм-турумуна социалдык топтун, курчап турган чөйрөнүн таасири зомбулуктун, агрессиянын теорияларын үйрөнүү да методологиялык база боло алат.

Биздин изилдөөбүздө төмөнкү методологиялык ыкмалар жана принциптер колдонулду:

Психологиялык детерминизм принциби – аны С. Л. Рубинштейн (2013) түзгөн. Сырткы таасир адамдын психикасы аркылуу чагылат жана андан кийин гана анын реакцияларына жана жүрүм-турумуна таасир этет (тышкы таасирдин ички таасир аркылуу чагылуусу).

Өнүгүү принциби – бизди курчап турган дүйнөнүн абсолюттук бардык объектилери жана кубулуштары үзгүлтүксүз өзгөрүү, кыймылдоо жана өнүгүү процессинде экендиги жөнүндөгү илимий принцип.

Өнүгүү калыптануудан айырмаланат (калыптануу системанын түзүлүшү катары өнүгүү этабынын ичинде ишке ашат).

Системалуулук принциби– бардык кубулуштар бири-бири менен үзгүлтүксүз өз ара аракеттенүү абалында болот жана системалардын элементтери болуп саналат.

Системалуулукпринциби психологиядагы түзөтүүчү-өнүктүрүү жана реабилитациялык иштерди уюштуруудагы эң маанилүү принциптердин бири болуп саналат.

Биздин психодиагностикалык изилдөөлөрдү уюштуруубуз төмөндө келтирилген принциптерге ылайык жүргүзүлдү.

Байланыштуулук (репрезентативдүүлүк) принциби (А.Анастаси, 1982) объектининпредмет, шарттар, метод жана натыйжа менен байланышын аныктайт. Объект изилдөөнүн милдеттерине ылайык тандалышы керек, биздин

изилдөөбүзгө бул принцип да негиз болуп, үй-бүлөдөгү зомбулуктун психологиялык өзгөчөлүктөрү объект болду.

Жарамдуулук (валиддүүлүк) принциби (А. Анастаси, С.Урбина, 2005) да предметтин изилдөө системасынын элементтери менен байланышын мүнөздөйт, изилдөөнүн жүрүшүндө изилдөө предметин, объектисин жана принциптеринөз ара чаташтырбоо зарыл. Иштин эксперименталдык бөлүгүн жүргүзүүдө биз үчүн дал ушул жарамдуулук принциби негизги болду.

Ишенимдүүлүк принциби (А. Анастаси, С. Урбина, 2005) жалпы методдук системанын өз ара элементтеринин байланышын мүнөздөйт жана бул ыкма алынган натыйжанын вариативдүүлүгүн камсыздайт. Изилдөөнүн эксперименталдык бөлүгүндө биз түзгөн стандартташтырылган психодиагностикалык методикалардын негизгилери колдонулду.

Натыйжада, биз жогоруда талкуулаган методологиялык принциптер теориялык жана эксперименттик изилдөөлөрдүн методологиясын гана эмес, үй-бүлөлүк зомбулуктун курмандыгы болгон аялдарды реабилитациялоо программасын иштеп чыгууну да аныктады.

«Изилдөөнүн методдору жана методикасы» деп аталган *2*-баптынэкинчипараграфы изилдөөнүн методдорун жана методологиясын сыпаттоого арналды. Субъектилердин инсандык өзгөчөлүктөрүн изилдөөнүн конкреттүү методикаларын тандоо алардын негизги психометрикалык мүнөздөмөлөрүн жана диагностикалык мүмкүнчүлүктөрүн эсепке алууга негизделди.

Теориялык метод изилдөөнүн биринчи – теориялык жана экинчи – методологиялык баптарын жазууда колдонулду.

Изилдөөнүн практикалык максаттарын ишке ашыруу үчүн төмөнкүдөй методдор жана методикалар колдонулду:

Анкета алуу. Атайын автордук анкета иштеп чыкты, анда биздин реципиенттер үчүн жеке жашоосунун психофизиологиялык, психологиялык жана социалдык аспектилери боюнча суроолор камтылды.

Изилдөө ишибиздин жүрүшүндө конфликттердин деңгээлин, үй-бүлөлүк зомбулуктун детерминантын жана кесепеттерин иликтеп-үйрөнүү үчүн төмөнкү методикалар колдонулду:

Е. Шеффер менен Р. Беллдин **PARI методикасы** (1980). Бул методикада үй-бүлөлүк мамилелердин жана үй-бүлөдө жашоонун ар кандай аспектилерине тиешелүү 23 аспект-белги бөлүп көрсөтүлөт. Методика ички үй-бүлөлүк мамилелердин өзгөчөлүктөрүн жана үй-бүлөлүк жашоону уюштуруунун өзгөчөлүктөрүн баалоого мүмкүндүк берет. Методикада аныкталган үй-бүлөлүк мамилелердин ар кандай аспектилеринин ичинен бизди төмөнкүлөр кызыктырды:

а) моралдык, эмоционалдык колдоо, эс алууну уюштуруу, өзүнүн жана өнөктөшүнүн инсандык өнүгүүсү үчүн чөйрөнү түзүү менен байланышкан жубайлар аралык мамилелер (методикада 17-шкала);

б) үй-бүлөлүк чыр-чатактар (7-шкала).

Бул шкалалар боюнча аныкталган жогорку көрсөткүчтөр үй-бүлөнүн начар интеграциясын, жубайлар аралык мамилелерге канааттанбагандыгын жана чыр-чатактын болушун көрсөтөт.

Субъективдүү көзөмөл деңгээлин (СКД) изилдөөнүн методикасы (өзгөртүп иштеп чыккан Е. Ф. Бажин, С. А. Голынкина жана А. М. Эткинд (1984)) психологияда абдан кеңири таралган. Бул методика ар кандай турмуштук кырдаалдарда субъектиде калыптанган субъективдүү башкаруунун деңгээлин салыштырмалуу тез жана натыйжалуу баалоого мүмкүндүк берет.

К. Томастын **Жүрүм-турумду сыпаттоо тести** (1974).

Методика конфликттикжүрүм-турумгажекеыктуулуктуизилдөөгө, конфликттердижанакөйгөйлүүкырдаалдардыжөнгөсалуунункандайыкмаларыин сангамүнөздүү экендигинаныктоогомүмкүндүкберет.

Д. Рассел менен М. Фергюссондун (1980) **Жалгыздыктын субъективдүү сезиминин деңгээлин диагностикалоо** методологиясы. Методика адамда канчалык деңгээлде жалгыздык сезими, айланасындагы адамдарга анын керексиздиги жөнүндөгү субъективдүү сезими калыптангандыгын баалоого мүмкүндүк берет.

Л. И. Вассермандын **Социалдык фрустрациянын деңгээлин диагностикалоо методикасы** (1995), өзгөртүп иштеп чыккан В. В. Бойко (2001). Методика жашоонун негизги аспектилеринде социалдык жетишкендиктерге канааттанбоо даражасын баалоого мүмкүндүк берет.

«Жүрүм-турумду оңдоо ыкмалары» сурамжылоосу, аны1988-жылы Р. Лазарус жана С. Фолькман иштеп чыккан, ылайыкташтырган Т. Крюкова,2004-жылы Бехтерев атындагы илимий-изилдөө институтунда Л. Вассерман, О. Щелкова, Б. Иовлев стандартташтырган. Сурамжылоо инсан үчүн оор жана көйгөйлүү кырдаалдардагы жүрүм-турум өзгөчөлүктөрүн изилдөө, ошондой эле стресстен чыгууга мүнөздүү ыкмаларды аныктоо үчүн колдонулат.

Басса-Даркинин **Агрессивдүүлүк деңгээли сурамжылоосу**.

Ал А. Басс жана Э. Дарки тарабынан 1957-жылы иштелип чыккан, А. А. Хван, Ю. А. Зайцев жана Ю. А. Кузнецова 2005-жылы стандартташтырган.

Бектин Депрессия шкаласы. Ал Аарон Бек тарабынан 1961-жылы иштелип чыккан. Анкета 21 суроо-аныктамадан турат жана депрессиянын спецификалык пайда болуусуна тиешелүү суроолорду өзүнө камтыйт.

Ч. Спилбергердин **Жеке тынчсыздануу шкаласы**. Ч. Д. Спилбергер жана Ю. Л. Ханин тарабынан 1976-жылы иштелип чыккан, ал жеке тынчсыздануунун туруктуу мүнөздөмөсү жана кырдаалдык тынчсыздануу катары стресстик кырдаалга эмоционалдык реакция катары жеке тынчсыздануу деңгээлин өз алдынча баалоого багытталган.

Э. Хаймдын методикасы (2007). Бул методиканын жардамы менен төмөнкүдөй натыйжаларга жетишүүгө болот:

1) стресстик кырдаалга кабылган адамдардагы **күрөшүү стратегиясынын адаптациялык эмес формаларын** аныктадык. Бул маселени чечүү алардын жүрүм-турумун оңдоого мүмкүндүк берет;

2) топтук жана жекече психотерапия өткөрүлдү, анын жүрүшүндө күрөшүү стратегиясынын адаптациялык эмес формалары аныкталды, бул аларды андан ары коррекциялоого жана адаптациялоочу жүрүм-турумду калыптандырууга мүмкүндүк берет.

Жалпысынан, бул багыттар боюнча иш стресске дуушар болгон адамдар үчүн жүрүм-турумдун адаптациялык формаларын калыптандыруу үчүн психопрофилактикалык жана психокоррекциялык программаларды түзүүгө жардам берүүгө арналды.

*"**Изилдөөгө тандап алуунун негиздемеси жана изилдөө этаптары**"* деп аталган *2*-баптын3-параграфында аялдарды эксперименталдык жана көзөмөл топторго киргизүүнүн конкреттүү негиздери кеңири сыпатталат.

Изилдөөнүн эмпирикалык базасын 2006-2020-жылдары өлкөнүн ар кайсы аймактарында изилдөөчү жүргүзгөн психологиялык-педагогикалык материалдар түздү. Ал өлкөнүн түндүк жана түштүк аймактарынан Бишкек, Ош, Жалал-Абад, Баткен, Каракол, Талас шаарларында ар кандай социалдык статустагы үй-бүлөлөрдүн 650дөй эрезеге жеткен мүчөлөрүнөн, ошондой эле Кыргызстандагы жогорку окуу жайларынын студенттеринен анкета алуу жана психодиагностикалык тесттердин комплекси аркылуу жүргүзүлүпизилденди. Үй-бүлөгө, адам укуктарына жана үй-бүлөдөгү зомбулукка байланыштуу эл аралык актылар жана документтер изилденип жаткан көйгөй боюнча да маанилүү булак болду. Ишибизде парламенттик угуулардын материалдары, диссертациябызда талкууланган көйгөйлөр боюнча аналитикалык макалалар, коомдук экспертизалардын жыйынтыктары, республикалык жана облустук деңгээлдеги министрликтердин жана ведомстволордун, балакатка электердин иштери боюнча комиссиялардын, аялдар ассоциацияларынын жана кризистик борборлордун отчеттору пайдаланылды.

*"**Алынган маалыматтарды иштеп чыгуу методдору**" деп аталыштагы 2*-баптын *төртүнчү параграфында* эмпирикалык изилдөөнүн натыйжалары сапаттык жана сандык жактан иштелип чыкты. Сандык иштеп чыгууда статистикалык талдоонун алгачкы методдору колдонулуп, алардын жардамы менен өлчөөлөрдүн натыйжаларынын төмөнкүдөй көрсөткүчтөрү алынды: тандалган орточо көрсөткүч, тандоо режими, эмпирикалык маалыматтардын пайыздык көрсөткүчү.

Сыпаттама статистиканы талдоо SPSS 22.0 статистикалык программалык пакетин колдонуу менен ишке ашырылды. Алынган маалыматтарды статистикалык талдоо үчүн төмөнкүлөр пайдаланылды:Ч. Спирмен боюнча корреляциялык талдоо, факторлук талдоо. Алардын жардамы менен өзгөрмөлөр ортосундагы түз гана эмес кыйыр түрдөгү байланыштарды аныктоого да мүмкүнчүлүктөр түзүлөт.

Изилдөөнүн натыйжаларын математикалык иштеп чыгуу ыкмаларынан тышкары иште бул натыйжаларды көрсөтмө-графикалык чагылдыруунун төмөнкүдөй ыкмалары колдонулду: таблицалар, сүрөттөр, диаграммалар.

Экинчи бап боюнча *корутундулар*.

1. Туруктуу психикалык адаптация –психикалык ишмердиктин деңгээли, ал берилген шартка карата адамдын жүрүм-турумунун шайкештигин, анын чөйрө менен натыйжалуу өз ара аракеттенүүсүн, олуттуу нервдик-психикалык чыңалуусуз ийгиликтүү ишмердигин аныктайт.

2. Иште колдонулган методологиялык мамилелер жана принциптер теориялык жана эксперименттик изилдөөлөрдүн методологиясын аныктоого ганамүмкүндүк бербестен, үй-бүлөлүк зомбулукка кабылган аялдарды реабилитациялоо программасын иштеп чыгууга да жардам берди.

3. Колдонулган психодиагностикалык методикалардын толук комплекси бизге субъекттердин инсандык өзгөчөлүктөрүн аныктоого жана үй-бүлөлүк зомбулуктун курмандыгы болгон аялдын жалпыланган психологиялык өзгөчөлүгүн билүүгө мүмкүндүк түздү.

“**Зомбулукка кабылган кыргыз аялдарын психодиагностикалык изилдөөнүн натыйжаларын талдоо жана чечмелөө**” аттуу үчүнчү бапта когнитивдик компонентти, аялдардын өзүн-өзү баалоосун, аялдардын субъективдүү көзөмөл деңгээлинин диагностикасын, субъективдүү жалгыздык сезиминин деңгээлинин диагностикасын, эмоционалдык компонентти талдоонун, алардын социалдык фрустрациясынын абалын, өзүн сезүүсүн, активдүүлүгүн жана маанайын, тынчсыздануу абалын, жүрүм-турум компонентин талдоонун, зомбулукка дуушар болгон аялдардын күрөшүү стратегияларын изилдөөнүн жыйынтыктары берилди.

Изилдөө кыргыз үй-бүлөсүндө зомбулуктун өзгөчөлүктөрүн аныктоого жана изилдөөгө, аларга алып келген себептерди жана кесепеттерди талдоого мүмкүндүк берди. Натыйжалар экинчи бөлүмдө баяндалган ыкмаларды колдонуу менен алынды жана илимий психологиялык изилдөөлөрдүн негизги талаптарына ылайык системалаштырылды. Натыйжада, биздин изилдөөбүзгө кирген аялдардын тандоосу боюнча кыргыз үй-бүлөлөрүндө басымдуулук кылган зомбулуктун түрлөрүн изилдөө төмөнкүдөй жыйынтыктарды көрсөттү: психологиялык–52%, күч колдонгон-39%, сексуалдык–7%, экономикалык–2%.

Жалпыланган жыйынтыктарды республиканын түштүк аймагы боюнча ОшМУнун Гендердик жана психологиялык жардам борборунан (2017-2022-жж.) алган маалыматтарыбыз да тастыктайт. Алар да зомбулуктун эң кеңири тараган түрү психологиялык – 52%, андан кийин күч колдонгон зомбулук – 39% экенин көрсөттү. Бул жерде күч колдонгон зомбулуктун көрсөткүчтөрү башка аймактарга караганда бир аз жогору.

3.1-диаграммасы. Кыргыз үй-бүлөсүндө зомбулуктун басымдуу түрлөрүнүн көрсөткүчтөрү.

Ошол эле учурда сурамжылоого катышкан аялдар өздөрүнө карата зомбулуктун күч колдонгон жана психикалык түрлөрүнүн айкалышын белгилешет (респонденттердин 50%). Респонденттердин 20% сексуалдык жана психикалык зомбулуктун түрлөрүн, 39% өздөрүнө карата зомбулуктун бардык түрлөрү колдонулганын белгилешет.

Иштин кийинки этабы зомбулукка кабылган аялдардын психоэмоционалдык абалын жана жүрүм-турумун изилдөө болду. Изилдөөбүздүн илимий-методологиялык багытына таянып, талдообуздун негизине инсандын үч компоненттүү түзүлүшүн коюп, социалдык мамиленин ар бир компоненти боюнча өзүнчө талдоо жүргүздүк. Бул зомбулукка кабылган аялдардын психикасынын түпкү тамырын, фундаменталдык компоненттерин так аныктоого мүмкүндүк берди, атап айтканда:

1) анын таанып билүүсү, ички билими –таанып билүүчүлүк компонент;

2) анын эмоционалдык чөйрөсүндөгү эң “талуу жери” – эмоционалдык компонент;

3) татаал, конфликттик кырдаалдардагы анын жүрүм-турумунун үстөмдүк кылуучу стратегиялары – жүрүм-турум компоненти.

«Зомбулукка кабылган аялдардын инсандык түзүмүндөгү таанып билүү компонентин талдоонун натыйжалары» деп аталган 3-баптын биринчи параграфында зомбулукка кабылган аялдардын инсандык түзүлүшүндөгү таанып билүү компонентин талдоо үчүн биз төмөнкү методикаларды тандап алдык:

а) инсандын өзүн-өзү баалоосу;

б) субъективдүү көзөмөлдүн деңгээлин аныктоо;

в) субъективдүү жалгыздык сезиминин деңгээлин диагностикалоо.

Биздин ишибиздин гипотезасына ылайык, бул көрсөткүчтөр инсандын таанып билүү компонентин эң терең чагылдырат.

Чүй облусунда жана Бишкек шаарында жашаган аялдардын өзүн-өзү баалоо сезимин Дембо-Рубинштейн методикасы менен талдоонун жыйынтыгы 47,51 балл экенин көрсөттү. Бул көрсөткүч адекваттуу, реалдуу өзүн-өзү баалоо деңгээлин чагылдырат, ал 45тен 74 баллга чейинки аралыкта жайгашкан. Көптөгөн психологиялык изилдөөлөргө ылайык, адекваттуу жана реалдуу өзүн-өзү баалоо сезими бар адамда өзү жөнүндөгү "Мени" менен реалдуу жөндөмдөрүнүн жана реалдуу иш-аракеттеринин ортосунда шайкештик болот. Бул "мен киммин", "мен эмне кыла алам" дегени менен алардын сырткы тастыкталуусунун ортосундагы дал келүүнү билдирет. Мындай өзүн-өзү баалоо сезими бар адам өзүнүн кемчиликтери үчүн өзүн күнөөлөйт, ал өзүн-өзү кабыл алат жана жетишкендиктерине көңүлүн бурат.

Жалпысынан Чүй облусунда жашаган аялдардын өзүн-өзү сыйлоосу адекваттуулукка жакыныраак, бирок жогору эмес жана салыштырмалуу түрдө орто баалаганга жакын, бул өзгөчө сырткы келбетке белгилүү бир канааттанбоону (16,57 балл) чагылдырат. Ошол эле учурда өзүнө болгон ишеним (46,2 балл) жана өзүнүн социалдык абалына канааттануу (50,04 балл) адекваттуу өзүн-өзү баалоонун чегинде жайгашкан.

Алынган жыйынтыктар Ош, Жалал-Абад жана Баткен облустарындагы аялдардын өзүн-өзү баалоо деңгээли 44,25 экенин көрсөттү. Бул көрсөткүч өзүн-өзү баалоо чегинен төмөнкү деңгээлде орун алган.

Бул эмпирикалык маалыматтар аймактар боюнча белгилүү бир айырмачылыктарды көрсөттү. Жыйынтыктап айтканда, түштүк аймактардагы аялдардын өзүн-өзү баалоо деңгээли бир аз төмөн болсо да, сырткы келбет (72,6 балл), ден соолук (59,3 балл) жана өз колу менен көп нерсени жасоо (51,4 балл) жагынан өздөрүн жогору баалашат. (Маалыматтар 3.1.1-таблицада берилди)

3.1.1-таблица. Зордук-зомбулукка кабылган аялдардын өзүн-өзү балоо көрсөткүчтөрү

Жалпысынан алганда, зомбулукка кабылган кыргыз аялдарынын өзүн-өзү баалоосун талдоонун жыйынтыгы ал өзүн төмөн жана адекваттуу баалоо диапазондорунун ортосунда экенин, бирок баары бир өзүн төмөн баалоо диапазонуна жакындыгын көрсөттү. Бул талдоодон өткөн аялдардын көпчүлүгүндө инсандык бакубаттуулугун калыптандырууда белгилүү бир көйгөйлөр бар экенин көрсөтүп турат. Муну менен катар маалыматтар эки психологиялык көйгөйдүн бар экендигин чагылдырат. Биринчиси –тиешелүү бир деңгээлде өз мүмкүнчүлүктөрүнө ишенбөөчүлүк жана "коргоочу" ишенимсиздигинин болушу. Экинчиси, мындай «өз сапаттарын баалабоону» өзүнө таңуулоо – чечим чыгарууда өзүн кыйнабоо жана жоопкерчиликтен качуу үчүн белгилүү бир коргонуу механизми болуп саналат. Адам көйгөйдү чечүүгө"катышууну" каалабайт бирок өзүн сактап калгысы келет.

Коюлган максатка ылайык, зомбулукка кабылган аялдардын субъективдүү көзөмөлүнүн деңгээлине диагностика жасалды. Көзөмөл локусун биз туруктуу инсандык мүнөздөмө катары карайбыз, ал адамдын болгон окуялардын себептерин тышкы же ички факторлор менен түшүндүрүүгө жакындыгын

чагылдырат. Биринчи тип – сырткы (экстерналдык), ал өзүндөгү турмуштук жагдайлары үчүн жашоосундагы ийгиликтери жана кемчиликтери үчүн жоопкерчиликти тышкы жагдайларга жүктөйт. Экинчи тип – ички (интерналдык), тескерисинче, баарын ички факторлор менен түшүндүрүп, жашоодогу окуялар үчүн өз жоопкерчиликтерин аң-сезмдүүлүк менен сезе жана аткара билет.

Зомбулукка кабылган аялдардын субъективдүү көзөмөлүнүнденгээлин аныктоо үчүн «Субъективдүү көзөмөл деңгээли» методикасын (Е. Ф. Бажин, С. А. Голынкин, А. М. Эткинд боюнча 2001) жана Дж. Роттердин «Субъективдүү көзөмөл локусу» анкетасын (1966) колдондук.

Аялдардын тандоосу боюнча маалыматтарды талдоо көрсөткөндөй, алардын көпчүлүгү (62%) жалпы ички типтин орточо деңгээлине ээ, б.а. жалпысынан алар менен болгон окуялар үчүн жоопкерчиликти моюнга алышат. Респонденттердин 38%нын көзөмөл локусу төмөнкү деңгээлге туура келет, изилдөөнүн катышуучуларынын биринде да субъективдүү көзөмөлдүн деңгээли жогору болгон эмес.

Үй-бүлөлүк мамилелер чөйрөсүндөгү субъективдүү көзөмөлдүн деңгээлин изилдөө көрсөткөндөй, респонденттердин 26% көзөмөлдүн жогорку деңгээлине, 44% орточо деңгээлге ээ. Бирок, ошол эле учурда респонденттердин төрттөн биринен көбү (30%) үй-бүлөдө болуп жаткан окуяларга өздөрү жооптуу деп эсептешпейт. Бул адамдарда үй-бүлөлүк мамилелер чөйрөсүндө субъективдүү көзөмөл төмөнкү деңгээлде.

Натыйжада, изилдөөгө катышкан аялдардын бир бөлүгү үй-бүлөдө келип чыккан чыр-чатактарда жоопкерчиликти эки өнөктөш тең тартат деп эсептешпейт. Мындай мамиле үй-бүлөдө пайда болуучу пикир келишпестиктерди конструктивдүү жоюуга жардам бербейт.

Андан ары биз ар кайсы аймактарда жашаган аялдардын көзөмөл локусун аныктоону максат кылдык.

3.1.2-диаграммасы. Ош шаарында (түштүк аймагы) жана Бишкек шаарларында (түндүк аймагы) зомбулукка кабылган аялдарды субъективдүү башкаруунун экстреналдуулук (сырткы) деңгээлинин орточо топтук көрсөткүчтөрү (региондук мүнөздөмө).

Ош шаарында (47 адам), Ош (38 адам), Жалал-Абад (46 адам) жана Баткен (47 адам) облустарында жашаган жана зомбулукка кабылган аялдардын тобунан алынган талдоонун натыйжалары алардын сырткы тип деңгээли 22,347 упайга барабар болуп, 17,342 упайды түзгөн ички типтен үстөмдүк кылат. Мында сырткы багыттагы тип басымдуулук кылат. Аларда өз жөндөмдүүлүктөрүнө ишенбөө, тең салмаксыздык, өз ойлорун жана иштерин кийинкиге калтырууга аракеттенүү, тынчсыздану, шектенүү жана өзгөрүлмөлүүлүк пайда болот.

Чүй облусунун аялдарында ички тип деңгээлининин көрсөткүчтөрү басымдуулук кылып, 21,421 баллды түзөт, ал эми сырткы тип боюнча көзөмөл локусу 16,721 баллга барабар. Чүй облусунда жана Бишкек, Каракол шаарында аялдарда көзөмөлдүн ички тип деңгээлининин басымдуу болушу аларды өзүнө ишенген, өжөр, тез баарлашкан жана көз карандысыз инсан катары мүнөздөйт.

3.1.3-диаграммасы. Ош шаарында, Ош (түштүк аймагы), Бишкек шаарында, Чүй (түндүк аймагы) аймактарында зомбулукка кабылган аялдарды субъективдүү көзөмөлдөөнүн интерналдуулук (ички) деңгээлининин орточо группалык көрсөткүчтөрү (региондук мүнөздөмө).

Демек, биздин изилдөөлөр көрсөткөндөй, өлкөнүн түштүк аймактарындагы аялдардын арасында алар үчүн маанилүү болгон окуяларды көзөмөлдөөнүн тышкы локусунун үстөмдүгү жана түндүк региондо аялдардын арасында ички көзөмөл локусунун басымдуу болушу инсандык психологиялык өзгөчөлүктөр менен гана эмес, түштүктө жана түндүктө орун алган терең жана кеңири маданият, баалуулуктар системасы менен түшүндүрүлөт. Бул аймактагы климаттык шарттардан, географиялык кошуналардын жакын таасиринен жана көбүнчө, менталитеттен жана ошондой эле диний көз караштардан да олуттуу көз каранды.

Зомбулукка кабылган аялдардын психоэмоционалдык абалынын маанилүү аспектилеринин бири – таанып билүү процесстери. Ошондуктан биздин изилдөөбүзгө Д. Рассел менен М. Фергюссон (1980) иштеп чыккан жалгыздыктын субъективдүү сезиминин деңгээлин диагностикалоо методикасы кошулду.

Алынган натыйжаларды талдоодо биз бул сезимде таанып билүү учуру бар экендигин эске алабыз. «Жалгыздык – бул адамдын өз алдынчалыгынын белгиси, ал менин бул жашоодо ким экенимди билдирет. Жалгыздык – бул өзүн-

өзү кабыл алуунун өзгөчө формасы, өзүн-өзү аңдоонун курч формасы» дейт анкеталык сурамжылоого катышуучулар.

Бул методологияны колдонуу менен изилдөөнүн катышуучуларын сурамжылоо төмөнкүдөй жыйынтыктарды берди: респонденттердин 64% субъективдүү жалгыздык сезиминин жогорку, 18% орточо жана 18% төмөнкү деңгээлине ээ.

Биздин изилдөөгө катышкан бардык респонденттердин дээрлик үчтөн экисинин жалгыздыктын субъективдүү сезиминин орточо жана жогорку деңгээлине жакын экендигин эске алсак, алынган натыйжалар кандайдыр бир тынчсыздануунуну жаратат, анткени изилдөөнүн катышуучуларынын олуттуу бөлүгү өздөрүн айланасындагы адамдарга жана биринчи кезекте, жакындарына керексиз сезген абалда калышкан. Бул абал үй-бүлөдөгү чыңалуу мамилелеринин кесепети жана өз кезегинде депрессиянын, суициддик жүрүм-турумдун себеби болушу мүмкүн.

Алынган эмпирикалык маалыматтарды андан ары иштеп чыгуу жана талдоо көрсөткөндөй, өлкөбүздүн түштүк аймактарында жашаган аялдардын тобунда жалгыздыктын орточо деңгээли x = 33,426 баллды түзөт. Чүй облусунда, Ысык-Көл жана Бишкек шаарында жашаган аялдарда жалгыздык сезиминин деңгээли x=38,642 баллды түздү.

Методиканын авторлору тарабынан берилген таблицага ылайык, жалгыздыктын максималдуу мүмкүн болгон көрсөткүчү 60 баллды түзөт. Демек, бул "Жашоо сызыгы" шкаласы боюнча түштүк аймактардагы аялдарыбыз жалгыздыктын орточо деңгээлин көрсөтүштү.

3.1.2-сүрөт. Аялдардын жалгыздык сезиминин көрсөткүчү.

Жалпысынан алганда, биздин аялдардын субъективдүү жалгыздык сезиминин деңгээли төмөн жана орточо маанилердин жана көрсөткүчтөрдүн чегинде болсо да, анын инсандын таанып билүү компонентинде болушу баары бир жагымсыз көрүнүш болуп саналат. Анткени, жалгыздык сезими адамдын негизги күтүүлөрүнө жана үмүттөрүнө каршы иштейт. Ал адамдын чөйрөгө каршы туруу каражаттарын жандуу издөө мотивациясын азайтат. Аялдарыбызда бул сезимдин пайда болушу аны азайтуу үчүн психологиялык консультацияларды, психологиялык окуу-тренингдерди өткөрүү боюнча жигердүү иштөөнү талап кылат.

Салыштырмалуу талдоо шаардык аялдардын арасында жалгыздык сезими басымдуулук кыларын x = 39,1көрсөтөт.

Үчүнчү баптын 2-параграфы ***«Зомбулукка кабылган аялдардын инсандык түзүлүшүндөгү эмоционалдык компонентти талдоонун натыйжалары»*** деп аталат, мында биздин аялдардын инсандык түзүлүшүндөгү эмоционалдык

компонентти изилдөө Л. И. Вассермандын (1995) (өзгөртүп иштеп чыккан В. В. Бойко (2001)) методикасы боюнча алардын социалдык нааразычылыгынын (фрустрациясынын) абалын талдоо аркылуу ишке ашты.

Алынган маалыматтарды талдоо турмуштун башкы, негизги багыттарында жана аспектилеринде социалдык жетишкендиктерине аялдардын канааттанбагандыгын аныктады. Ошентип, аялдардын 36% социалдык фрустрациянын деңгээли жогору, 28% социалдык нааразычылыктын орточо деңгээлин, 18% белгисиз деңгээлди көрсөтсө, демек, 18% төмөнкү деңгээлге ээ.

Республиканын ар кайсы региондорунда жашаган аялдардын социалдык нааразычылыгынын деңгээли боюнча маалыматтар түштүк региондорунун аялдары үчүн бул көрсөткүч 3,011 баллды түзөрүн көрсөттү, бул нааразычылыктын орточо деңгээли болуп саналат. Чүй облусунун жана Бишкек шаарынын тургундарынын нааразычылык деңгээли жогору болуп, 3,478 баллды түзөт. Бул алардын жашоосуна болгон чоң нааразычылыгын чагылдырат.

Түштүк аймактагы аялдардын нааразычылыгынын анча жогору эмес деңгээли, же кыйынчылыктар менен макул болууну, же талап коюуну азайтууну көрсөтүп турат, бул коюлган милдеттердин жогору эмес деңгээли жана жетиштүү жогору эмес турмуштук максаттар менен байланыштуу.

Түндүк аймактагы жашаган аялдарында аныкталган нааразычылыктын жогорулаган деңгээли депрессияны, апатияны, өзүн жоготууну, тынчсызданууну, коркууну, максатсыз жана баш аламан реакцияларды чагылдырышы мүмкүн. Бул топтогу аялдар үчүн агрессия жана регрессия мүнөздүү. Бул өтө ар түрдүү эмоционалдык абалдардын бир катар жалпы белгилери бар. Биздин учурда бул белги башынан өткөргөн зомбулук тажрыйбасы болуп саналат.

Жогорку нааразылыктын көрсөткүчтөрү менен интеллект да өз милдетин аткара албайт. Көңүлү чөккөн адамда тышкы таасирлерди жана тажрыйбаларды баалоодо интеллекттин ролу иш жүзүндө көрүнбөйт.

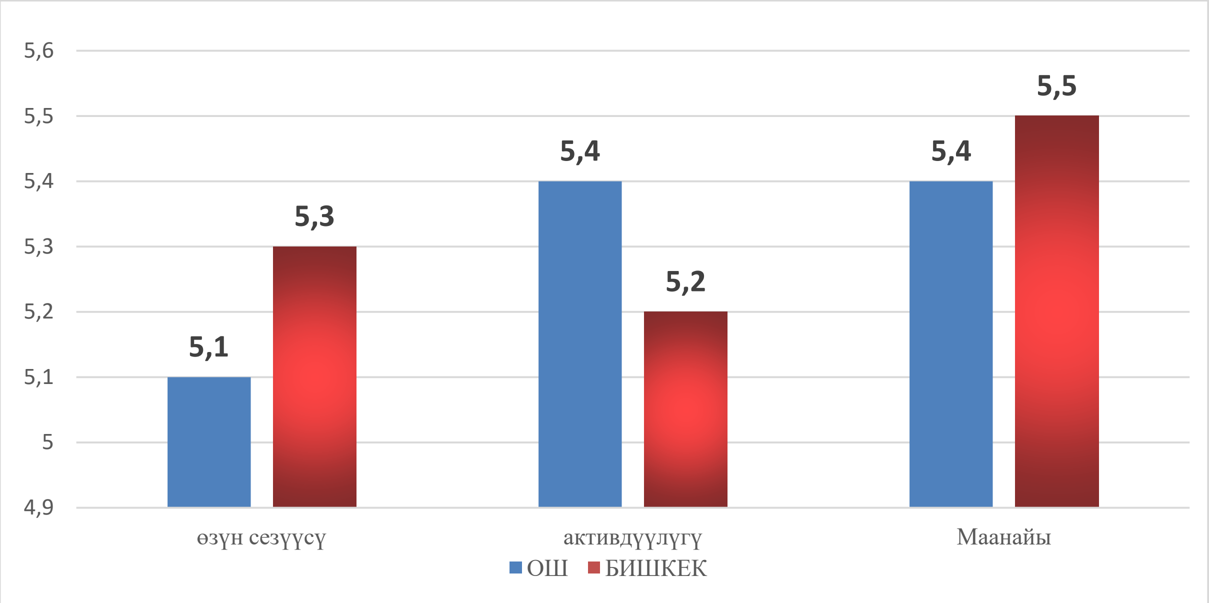
Стресске же травмага кабылган адамдын интеллекти тышкы жана ички таасирлерге туура баа бербей, алардын өзү үчүн маанисин аныктай албайт. Анын жүрүм-туруму адекваттуу эмоционалдык программаларды жана жашоодо калыптанган эмоционалдык жүрүм-турумдун түрлөрүн камтыбайт. Анын жүрүм-туруму адекваттуу эмес болуп калат, ал көрүнүп турган себептер менен шартталбайт.

Жыйынтыктап айтканда, ар кандай зомбулук анын кандай гана түрлөрүндө жана көрүнүштөрүндө болбосун, нерв системасы менен байланышкан бузулууларды, психосоматикалык ооруларды пайда кылат жана чындыктын эмоционалдык жана интеллектуалдык чагылдырылышынын өзгөрүшүнө алып келет.

Зомбулукка кабылган аялдардын эмоционалдык жыргалчылыгын, активдүүлүгүн жана маанайын изилдөө (САН методикасы боюнча) изилденип жаткан учурдагы инсандын функционалдык психоэмоционалдык абалын көрсөттү. Ош, Жалал-Абад жана Баткен облустарында жашаган жана

зомбулукка кабылган аялдардын активдүүлүгү (орточо көрсөткүчтөр x = 5,4) жана маанайы (орточо көрсөткүчтөр x = 5,4) нормалдуу чекте экенин көрсөттү. Бирок, өзүн сезүүнүн көрсөткүчтөрү (орточо көрсөткүчтөр 5,1) бир топ төмөн.

Чүй облусунун жана Бишкек шаарынын аялдары үчүн бардык үч көрсөткүч боюнча орточо көрсөткүчтөр төмөнкүдөй: маанай (x = 5,5); өзүн сезүү(x = 5,3); жана активдүүлүк (x = 5,2).



3.2.3-сүрөт. САН методикасы боюнча орточо көрсөткүчтөр.

Натыйжада, айырма түштүк аймактагы аялдардын өзүн сезүүсүнүн төмөндүгү жана Бишкек шаарында, Чүй, Талас облусунда аялдардын активдүүлүгүнүн төмөндүгү аныкталган.

Алынган эмпирикалык маалыматтардын салыштырма талдоосу көрсөткөндөй, түштүк аймактагы аялдардын арасында (Ош, Жалал-Абад, Баткен) үч параметрде – өзүн сезүү, активдүүлүк, маанай – активдүүлүк басымдуулук кылып, 5,4 орточо көрсөткүчкө ээ. Ал эми Бишкек, Караколшаарынын жана Чүй облусунун аялдарында орточо көрсөткүч –5,2. Бирок психофизиологиялык ден соолукту көбүрөөк чагылдырган өзүн сезүү көрсөткүчтөрү боюнча түштүктөгү аялдар x = 5,1 орточо маанини көрсөтүп, Бишкек, Каракол шаарынын жана Чүй, Талас, Ысык-Көл облустарынын жашоочуларынантөмөн, аларда орточо көрсөткүч x = 5,3. Жыйынтыктап айтканда, түштүк аймактагы аялдар жогорку активдүүлүктү, өзүн сезүүнү (позитивдүү маанайды) көрсөтүшкөн, бирок физикалык жана психикалык абал менен байланышкан өзүн сезүү төмөн: аларда чарчоо, маанайдын чөгүүсү ж.б. басымдуулук кылат. Зомбулукка кабылган түндүк аймакта жашаган аялдардын топторунда "маанай" көрсөткүчү боюнча САНдын орточо мааниси жогору. Шаардык чөйрө өзүнүн инфраструктурасы жана социалдык чөйрөнүн шарттары позитивдүү маанайдын калыптанышына өбөлгө түзүшү ыктымал, бул критерийлер жана активдүүлүк маанайды позитивдүү эмоционалдаштыруу менен анча жогору эмес өзүн сезүүнү “жаап кетет”.

Изилдөөбүз ошондой эле аймактык жана улуттук деңгээлдеги аялдардын үлгүлөрүнүн ортосундагы тынчсыздануу деңгээлинде белгилүү бир айырмачылыктарды көрсөттү. Демек, талданган аялдардын бардык топторунун ичинен түштүк аймактарында жашаган кыргыздарда да, башка улуттагы аялдарда да кооптонуунун жогорку деңгээли байкалат.

Спилбергер-Ханин методикасы (2004) боюнча биз жүргүзгөн зомбулукка кабылган инсандын тынчсыздануусун диагностикалоо төмөндөгүдөй натыйжаларды көрсөттү. Инсандык тынчсыздануунун жогорку көрсөткүчү кыргыз аялдарда Т реактивдүүлүк = 51,81; Т инсандык = 54,64 жана өзбек аялдарда Т реактивдүүлүк = 50,9; Т инсандык= 55,7. Стьюдент критерийи боюнча статистикалык иштеп чыгуунун натыйжалары реактивдүү жана инсандык тынчсыздануунун көрсөткүчтөрү боюнча эки топтун маалыматтары боюнча жыйынтыктардын айырмасы жөнүндөгү гипотезанын четке кагылганын көрсөттү. Бул ар кайсы улуттагы аялдардын бул эки тобунун тынчсыздануу абалында олуттуу айырмачылык жок экенин көрсөтүп турат.

Ошону менен бирге, тынчсыздануну абал (реактивдүүлүк) жана сапат (инсандык) катары жалпы талдоо изилдөөбүзгө тартылган аялдардын бардык топторунда тынчсыздануунун жогорку деңгээлин көрсөттү. Натыйжада, орточо статистикалык көрсөткүчтөр Т реактивдүү = 52,7 жана Т инсандык = 48,9 болуп, чыңалуу, тынчсыздануу, күтүү эмоционалдык абалынын көрсөткүчүнө жакын экендиги көрүндү, ал негативдүү сезимдер белгисиз тынчсыздануу жана коркунуч сезиминин натыйжасында жаралат.

Тынчсыздануу деңгээлин өз алдынча баалоо диагностикасы түрдүү стресс факторлорунун таасири ар дайым жекече болгону менен биздин изилдөөгө катышкан аялдардын бардык топтору боюнча жалпыланган маалыматтар алардагы тынчсыздануу деңгээлинин жогору экендигин көрсөтүп турат. Алар азыр курчап турган дүйнөнү коркунучтуу жана кооптуу катары кабылдоо менен алардын аң-сезимдүү тынчсыздануу күчөйт.

«Зомбулукка кабылган аялдардын инсандык түзүмүндөгү жүрүм-турум компонентин талдоонун натыйжалары» 3-баптын үчүнчү параграфында изилдөөбүздүн жүрүшүндө зомбулукка кабылган аялдардын үстөмдүк кылган күрөшүү стратегияларын аныктоо боюнча изилдөө иштер жүргүзүлдү. Ишибиздин милдеттерине эң ылайыктуусу катары биз Э. Хайм (2007) тарабынан иштелип чыккан күрөшүү механизмдерин диагностикалоо методикасын колдондук. Изилдөөнүн жүрүшүндө психикалык ишмердүүлүктүн үч чөйрөсүнө ылайык бөлүштүрүлгөн аялдардын жүрүм-турумунун кырдаалга мүнөздүү варианттары бөлүп көрсөтүлдү. Алар – когнитивдик, эмоционалдык жана жүрүм-турумдук күрөшүү механизмдери.

Бардык көрсөткүчтөрдүн ичинен изилдөө үчүн стресстик кырдаалдагы адамдарда күрөшүү стратегияларынын адаптациялык эмес формалары колдонулду. Алынган маалыматтар аларды андан ары коррекциялоо жана адаптациялоочу күрөшүү жүрүм-турумун калыптандыруу үчүн пайдаланылды. Ошону менен катар зомбулукка кабылган аялдардын негизги күрөшүү жүрүм-туруму боюнча маалыматтар топтук жана жеке психотерапияны жүргүзүүгө

жана алардын негизинде стресске кабылган адамдарда күрөшүү жүрүм-турумунун адаптациялык формаларын калыптандыруу үчүн психопрофилактикалык жана психокоррекциялык программаларды түзүүгө мүмкүндүк берди.

3.3.2-таблица. Э. Хаймдын «Критикалык кырдаалдарды жоюунун ыкмалары» методикасы боюнча изилдөөнүн жыйынтыгы (%)

	Когнитивдик	Эмоционалдык	Жүрүм-турумдук
Продуктивдүү	27	27,5	20,5
Салыштырмалуу продуктивдүү	38	32,5	37,5
Продуктивдүү эмес	35	40	42

Берилген таблицаданкөрүнүп тургандай, маалыматтар ич ара бөлүштүрүлдү. Когнитивдик күрөшүү стратегияларынын ичинен субъектилердин 27% жемиштүү күрөшүү стратегиялары (көйгөйлөрдү талдоо, өзүнүн баалуулуктарын аныктоо, токтоолукту сактоо) аныкталды. Сурамжылоого катышкан аялдардын 38% салыштырмалуу жемиштүү стратегиялар болду, ал эми аялдардын 38% карама-каршылык абалынан чыгууда продуктивдүү эмес күрөшүү стратегияларын көрсөтүштү.

Биздин изилдөөлөр боюнча, кыргыз аялдарынын арасында эмоционалдык күрөшүү жүрүм-туруму стресстик кырдаалдарда басымдуулук кылат жана алардын жүрүм-турумунда когнитивдик компоненттен төмөн турат. Бул аялдардын тобунун жүрүм-турумунда эмоционалдык, сезимдик компоненттин үстөмдүгүн чагылдырат.

Субъекттердин 20,5% кызматташуу сыяктуу продуктивдүү күрөшүү стратегиялары, 37,5% салыштырмалуу продуктивдүү күрөшүү стратегиялары (алаксып кетүү, конструктивдүү активдүүлүк, б.а. ичимдиктердин, дары-дармектердин жардамы менен көйгөйлөрдү чечүүдөн убактылуу артка чегинүүнү каалоосу менен мүнөздөлгөн жүрүм-турум), 25% продуктивдүү эмес күрөшүү стратегиялары (чегинүү, активдүү качуу) аныкталды. Жалпысынан субъекттердин 65% продуктивдүү жүрүм-турум менен күрөшүү стратегияларына ээ эмес экендиги көрүнүп турат.

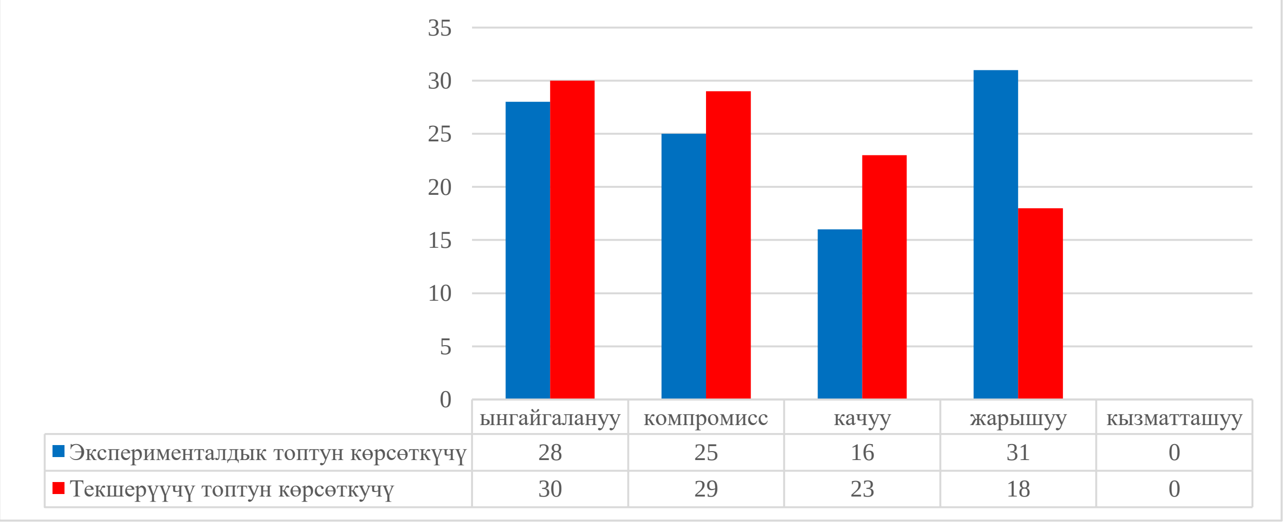
Түштүк аймактагы аялдардын когнитивдик күрөшүү стратегияларын сапаттык-мазмундук талдоодон көрүнүп тургандай, аларда стресс менен күрөшүүдө үстөмдүк кылган жекече стиль катары макул болуу, баш ийүү жана конформизм басымдуулук кылат. Алар нааразычылыктын орточо деңгээлин көрсөтүп турат, алар үчүн кыйынчылыктарга моюн сунуу жана анча жогору эмес умтулуу мүнөздүү.

Дж. Роттердин (1966) субъективдүү көзөмөл локусу боюнча изилдөөбүзгө ылайык бул аялдардын арасында инсандын сырткы тиби басымдуулук кылат жанаал болуп жаткан окуялардын себептерин тышкы факторлор менен түшүндүрөт. Сырткы тип өзүнүн турмуштук жагдайлары, ийгиликтери жана кемчиликтери үчүн жоопкерчиликти тышкы шарттарга жүктөйт.

Чүй, Ысык-Көл, Талас, Нарын облустарында жана Бишкек шаарында жашаган аялдардан алынган басымдуулук кылган когнитивдик күрөшүү стратегияларын карап көрөлү. Алынган маалыматтар алардын стресс менен күрөшүүнүн негизги стилдери диссимиляция (же татаал турмуштук кырдаалдарды жөнөкөйлөрүнө айландыруу жана аң-сезимдүү жашыруу) экенин көрсөтүп турат – «Бул менин жошоомдогу өтө маанилүү кыйынчылык деп эсептебейм, баары эле жаман эмес, негизинен баары жакшы». Күрөшүү жүрүм-турумунун мындай варианты натыйжалуу эмес когнитивдик күрөшүү стратегияларына тиешелүү болот. Аларда экинчи орунда өзүн-өзү кармай билүү турат – "Мен оор учурларда сабырдуулукту жана өзүмө көзөмөл кылууну жоготпойм, өзүмдүн абалымды эч кимге көрсөтпөөгө аракет кылам". Үчүнчү орунга алар кейгөйдү талдоону коюшту – "Мен талдап, баарын таразалап, эмне болгонун өзүмө түшүндүргөнгө аракет кылам", мындай күрөшүү стратегиясы алар аныктаган биринчи стратегия сыяктуу эле стрессти жеңүүнүн абдан ийкемдүү жана натыйжалуу ыкмаларына тиешелүү болот.

Маалыматтар чыр-чатактарды чечүүнүн эң ылайыктуу ыкмасын, мисалы, кызматташууну кыргызстандык жубайлар колдонбой турганын көрсөтүп турат. Мындан тышкары, өзгөчө үй-бүлөлүк мамилелердин көз карашынан алганда конфликттерди жөнгө салуунун эң кабыл алгыс болгон атаандаштык ыкмасын эксперименталдык топтун аялдарынын дээрлик үчтөн бир бөлүгү карманышат.

Ч.Спирмен боюнча рангдык корреляция коэффициентинин маанисин аныктоо аркылуу маселени изилдөө зомбулуктун эң ачык көрүнгөн кесепеттери жалгыздыкты сезүү жана социалдык наразычылык сыяктуу абал экенин көрсөттү. Бул биздин андан аркы талдообуз менен да тастыкталат. Демек, биздин изилдөөбүзгө катышкан үй-бүлөлөрүндөгү чыр-чатактын деңгээли менен алардагы субъективдүү жалгыздыкты сезүү деңгээлинин ортосундагы корреляция коэффициентинин мааниси 1 көрсөткүчүндө р=0,85 болду.

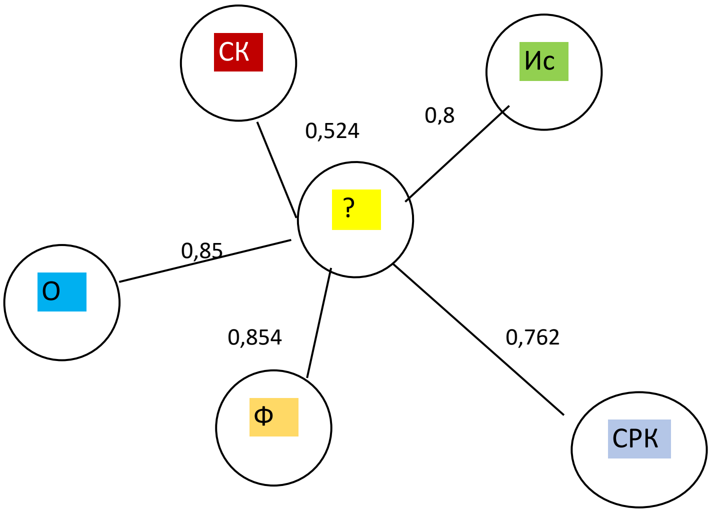


	ыңгайгалануу	компромисс	качуу	жарышуу	кызматташуу
Эксперименталдык топтун көрсөткүчү	28	25	16	31	0
Текшерүүчү топтун көрсөткүчү	30	29	23	18	0

3.3.3-сүрөт. Зомбулук көргөн аялдардын үй-бүлөлүкконфликтен чыгуу жолдору

Алынган корреляция коэффициенти үй-бүлөлүк чыр-чатактын болушу жана тереңдиги аялдарда жалгыздык жана биринчи кезекте жакын адамдарга керексиздик сезимдеринин жаралышына олуттуу таасир этерин көрсөтүп турат.

Мындай абал аялдардын психикалык саламаттыгына жана алардын социалдык чөйрө менен мамилелеринин өнүгүшүнө олуттуу зыян келтирет. Натыйжада, үй-бүлөдөгү зомбулуктун жогорку даражасы, анын ар кандай формаларында жана көрүнүштөрүндө аялдарда субъективдүү жалгыздык жана социалдык нааразычылык сыяктуу маанилүү социалдык-психологиялык мүнөздөмөлөрдүн пайда болушуна таасир этиши мүмкүн. Изилдөө социалдык нааразычылыктын



3.3.4-сүрөт. Конфликттин зомбулуктун детерминанттары жана кесепеттери менен өз ара байланышы

деңгээлине материалдык кыйынчылыктар да кирерин аныктап, үй-бүлөдө аялга карата зомбулук анын социалдык-экономикалык абалы менен тыгыз байланышта деген гипотезабызды тастыктады. Демек, аялдын бактысыздыгынын деңгээли канчалык жогору болсо, үй-бүлөдөгү чыр-чатактардын деңгээли да ошончолук жогору болот. Үй-бүлөдөгү чыр-чатактын деңгээлинин өз ара көз карандылыгынын, зомбулуктун себептеринин жана алардын кесепеттеринин жалпы талдоосу сүрөттө берилди.

Бардык изилденген өзгөрмөлөр бири-бири менен олуттуу корреляцияга ээ. Бул үй-бүлөлүк зомбулук менен аялдагы субъективдүү көзөмөлдүн деңгээлинин, анын ички тибинин жана андагы үстөмдүк кылган чыр-чатактарды чечүү ыкмаларынын ортосунда шарттуулук бар экенин тастыктоого мүмкүндүк берет. Өз кезегинде үй-бүлөдөгү чыр-чатактар аялдарда жалгыздыктын субъективдүү сезиминин, социалдык нааразычылыктын пайда болушун алдын ала аныктайт.

3.3.3 – таблица. Түрдүү деңгээлдеги зомбулук көргөн аялдарда депрессиянын болушу боюнча топтор арасындагы айырмачылыктардын натыйжалары

	Эксперименттик топ (n=75)		Көзөмөл топ (n = 65)	
	Орточо маани	Стандарттык четтөө	Орточо маани	Стандарттык четтөө
Жалпы көрсөткүч	20,21	10,42	3,24	3,60

Когнитивдик-аффективдүү субшкала	12,47	6,84	1,96	1,97
Соматикалык субшкала	7,74	4,59	2,08	4,32

А. Бек шкаласынын орточо көрсөткүчтөрүн салыштырып талдоо депрессиянын жалпы деңгээли, ошондой эле симптомдордун көрүнүшүнүн когнитивдик-аффективдүү субшкаласы боюнча олуттуу айырмачылыктарды көрсөттү.

Зомбулукка кабылган адамдардын жана үй-бүлөлүк зомбулук тажрыйбасы аз адамдардын тынчсыздануу деңгээлин изилдөөнүн жыйынтыгы тынчсыздануу деңгээлинин эң төмөнкү көрсөткүчү эксперименттик топто 54,3 баллды, эң жогорку 72 баллды түзгөнүн көрсөттү. Көзөмөл тобунда эң төмөнкү 39 балл, эң жогорку 51 балл болду.

Эксперименталдык топтогу аялдардын күрөшүү стратегияларынын тобунда “Социалдык колдоо стратегиясы” да маанилүү орунду ээлейт. Бул жүрүм-турум стратегиясы тышкы ресурстарды тартуу, жакынкы чөйрөдөн, туугандардан, достордон, ата-энелерден жана башка социалдык булактардан маалыматтык, эмоционалдык жана эффективдүү колдоо издөө аркылуу көйгөйдү чечүү аракетин чагылдырат. Алардан көңүл бурууну, кеңешти жана боорукердикти издешет жана күтүшөт. Жүрүм-турумдун мындай стратегиясы түштүк региондогу аялдарда абдан күчтүү байкалат. Ошондуктан алар үчүн туура түшүнүү жана өз убагында бир жолку терапия (ОСТ) көрсөтүү абдан маанилүү.

Катаал зомбулукка кабылган аялдардын тобунда (эксперименттик топ) жана катаал зомбулукка сейрек кездешкен аялдардын тобунда (көзөмөл топ) агрессивдүүлүктүн жана кастыктын деңгээлин изилдөө төмөнкүдөй жыйынтыктарга келүүгө мүмкүндүк берет.

Басса-Дарки сурамжылоосу боюнча агрессивдүүлүктүн жана кастыктын көрсөткүчтөрүнүн көрүнүшүн изилдөө бул түшүнүктөрдүн ортосундагы айырмачылыктарды бөлүп көрсөтүүгө мүмкүндүк берди. Агрессивдүүлүк субъект-объектилик мамилелер чөйрөсүндө деструктивдүү тенденциялардын болушу менен мүнөздөлгөн инсандык өзгөчөлүк катары, ал эми агрессия жүрүм-турум актысы катары конкреттүү адамдарга карата агрессиянын активдүү тышкы реакциялары кабыл алынат. Ошондуктан аларды инсандын мотивациялык-керектөө чөйрөсүн психологиялык талдоо контекстинде жана психикалык абалдын башка тесттери менен бирге кароо керек. Кастыкты биз терс сезимдерди жана адамдарга, окуяларга карата терс баа берүүнү өнүктүргөн реакция катары карайбыз. Алардын ар бири өзүнүн реакцияларынын өзгөчөлүктөрүнө ээ.

3.3.4 – таблица. Ар кандай деңгээлдеги зомбулукка кабылган аялдардын агрессивдүү жана кастык деңгээлин изилдөөнүн натыйжалары

Шкаланын тиби	Эксперименттик топ (п=130)		Көзөмөл топ (п = 76)	
	Орточо	Стандарттык	Орточо	Стандарттык

	маани	четтөө	маани	четтөө
Физикалык агрессия	52	33,655	44,545	28,069
Вербалдык агрессия	52	20,520	53,473	11,330
Кыйыр агрессия	55,9	21,223	64,315	22,360
Негативдүүлүк	44	27,985	44,5	30,860
Кыжырдануу	54	24,777	37,8	28,400
Шектүүлүк	50,5	23,946	37,5	16,503
Таарынуу	64,35	22,899	46,15	18,129
Күнөөлүү болуу сезими	53,35	20,894	43	20,424
Агрессивдүүлүк индекси	54,847	19,885	45,894	16,364
Кастык индекси	57,425	19,067	43,152	13,646

Алынганжыйынтыктаризилденгентоптортөмөнкүшкалаларбоюнчаолутту уайырмаланарынкөрсөттү: “кыйырагрессия”, “кыжырдануу”, “шектүүлүк”, “таарынуу” жана “кастык индекси”. Булкөрсөткүчтөрдүнбардыгызомбулуктундеңгээли бийик болгон эксперименталдыктоптогу аялдардажогору.

3.3.5–таблица. Түрдүү зомбулукту башынан өткөргөн аялдардын посттравматикалык стресстик реакцияларынын (ПТСР) курч деңгээлинин көрсөткүчтөрү

Шкаланын аталышы	Эксперименттик топ (п=130)		Көзөмөл топ (п = 76)	
	Орточо маани	Стандарттык четтөө	Орточо маани	Стандарттык четтөө
ПТСРшкаласы	96,0 -146	19,67	57,70-77,01	6,46

Алар бул шкала боюнча жогорку балл эксперименталдык топто алынганын көрсөттү: эң төмөнкүсү– 96,05, эң жогоркусу – 146 упай.

Көзөмөл топто көрсөткүчтөр посттравматикалык стресстик реакциялардын айкын көрүнүшү жок аймакка түшкөн. Натыйжада, көзөмөл топто эң төмөнкү көрсөткүч - 57; эң жогорку - 77. Параметрдик эмес U-Манн-Уитни параметриялыкэмес критерийлерин колдонуу менен өткөрүлгөн айырмачылыктардын аныктыгын статистикалык текшерүү изилденүүчү айырмачылыктар статистикалык жактан анык экенин көрсөттү ($U=110$; $p=0,05$).

Төмөнкү маанини зомбулук абалынан чыккан жана өздөрүн аны жеңген (ажырашууну баштоо, өз алдынча жашай баштоо ж.б.) деп сезген аялдар көрсөтүштү.

Тескерисинче, эксперименттик топтогу аялдарда посттравматикалык реакциялардын (ПТСР) жогорку деңгээлде болушу алардын психикалык туруктуулугунун олуттуу төмөндөшүнөн кабар берет. Бул жашоонун маанисин жоготууга алып келет, коргоочу тоскоолдуктар бузулат, өзүн-өзү аңдоо структурасы өзгөрөт, башкаларга жана өзүнө болгон мамиле өзгөрөт, инсандын фундаменталдык структуралары кыйрайт. Бирок эксперттер бул боюнча төмөнкүлөрдү белгилешет "Травмадан кийинки реакциялар жана алардын узак

мөөнөттүү кесепеттери ар бир адамда ар башка болот. Травма алгандардын 20% гана кийинчерээк олуттуу психологиялык көйгөйлөргө дуушар болору аныкталды, көпчүлүгү ийгиликтүү ыңгайлашуу жана травма алган тажрыйбадан кийин кайра ыңгайлашуу үчүн өз жөндөмдүүлүктөрүн колдонушат" (Blue, Griffith, 1995). Бул биздин изилдөөбүздүн жыйынтыгы менен да тастыкталды.

Демек, зомбулукка кабылган аялдардын бардык олуттуу инсандык мүнөздөмөлөрү өзгөрөт.

Изилдөөбүздүн натыйжалары ошондой эле инсандын ыңгайлашуу жөндөмдүүлүктөрү менен травмадан кийинки мезгилде ийгиликтүү күрөшүү стратегияларын иштеп чыгуунун ортосунда тыгыз байланыш бар экендигин көрсөттү.

Зомбулукка кабылгандан кийин чөйрөгө ийгиликтүү кайра ыңгайлашуугатаасир этүүчү негизги фактор болуп инсандын өзү тарабынан жүрүм-турумдун абдан адекваттуу күрөшүү стратегияларын иштеп чыгуусу саналат. Кийинчерээк кайра ыңгайлашууга таасир этүүчү негизги психикалык параметрлерди аныктоозомбулукка кабылган аялдарды реабилитациялоо жана алдын алуу программасын иштеп чыгууга мүмкүндүк берди.

Математикалык-статистикалык иштеп чыгуунун натыйжалары боюнча олуттуу корреляцияларды талдообуз ыңгайлашуу жөндөмдүүлүгүнүн деңгээли менен инсандын күрөшүү стратегияларынын ортосундагы тыгыз байланышты көрсөтүүгө мүмкүндүк берет. Ыңгайлашуунун жогорку деңгээли бар адамдарда жүрүм-турум стилдери жана стратегиялары боюнча так айырмачылыктар аныкталды. Бул көйгөйдү чечүүгө конструктивдүү мамилени билдирет, мында адам түзүлгөн абалдан чыгуу үчүн реалдуу аракеттерди жасайт. Ыңгайлашуунун жогорку деңгээли бар аялдар көйгөйгө багытталган стилдин кыйла жогорку деңгээлине ээ, алар “социалдык колдоо издөө”, “жоопкерчиликти алуу”, “көйгөйдүн чечилишин пландаштыруу”, “оң кайра баалоо” сыяктуу күрөшүү стратегияларын, милдеттерди чечүүгө багытталган күрөшүүнү колдонушат. Тескерисинче, эмоцияга багытталган күрөш стилинин деңгээли бир кыйла төмөн адамдар "тирешүү", "обочолонуу", "өзүн көзөмөлдөө" жана "качуу-селейип калуу" сыяктуу күрөшүү стратегияларын пайдаланышат.

Жаңы посттравматикалык кырдаалдарда ыңгайлашуу кризисин жеңүү процессинде зомбулукка кабылган аялдар жүрүм-турумдун ар кандай стилдерин айкалыштырып колдонушат, алардын көйгөйгө багытталган аракеттери социалдык колдоо алуу менен айкалышып, ыңгайлашуу кризисин жеңүүнүн натыйжалуулугун жогорулатат, ал эми күчтүү эмоционалдык тажрыйба жана жаралган көйгөйлөрдү чечүүдөн качкан стратегиялар анын натыйжалуулугун төмөндөтөт.

Бул мыйзам ченемдүүлүк ыңгайлашуунун деңгээли менен жүрүм-турумдун стилдеринин жана стратегияларынын ортосунда орнотулган статистикалык анык байланыштар менен тастыкталат. Стресс менен күрөшүүнүн конструктивдүү стратегияларын колдонуу менен инсандын ыңгайлашуу жөндөмдүүлүгүнүн ортосунда түздөн-түз байланыш бар деген гипотезанын толук ырасталышын айта алабыз.

Үчүнчү бап боюнча *корутундулар.*

1. Жүргүзүлгөн изилдөөлөр кыргыз үй-бүлөсүндөгү зомбулуктун түрлөрүн жана өзгөчөлүктөрүн аныктоого жана изилдөөгө, алар пайда кылган себептерди жана кесепеттерди талдап чыгууга мүмкүндүк берди.

2. Зомбулукка кабылган кыргыз аялдарынын күрөшүү стратегияларында көйгөйлөрдү чечүүгө багыт алуу, оң кайра баалоо, жоопкерчиликти алуу сыяктуу маанилүү умтулуулардын ордуна качуу-селейип калуу, социалдык колдоо издөө, обочолонуу, тирешүү сыяктуу көрсөткүчтөр басымдуулук кылат.

3. Көргөн зомбулуктан жана терең стресстен кийин жаңыча жашоого ыңгайлашуунун ийгилиги көбүнчө инсандын жеке ыңгайлашуу потенциалынан жана социалдык чөйрөдөн көз каранды деген гипотезабыз тастыкталды. Ошондуктан бул топтогу аялдар жекече мамилени, туруктуу байкоо жүргүзүүнү жана түзөтүүчү иш-чараларды талап кылат.

Диссертациядагы “**Үй-бүлөлүк зомбулукка кабылган аялдарды психологиялык-педагогикалык профилактикалоо жана реабилитациялоо**” аттуу төртүнчү бап үй-бүлөлүк зомбулукка кабылган аялдарды алдын алуунун жана реабилитациялоонун психологиялык-педагогикалык маселелерине арналды.

«Үй-бүлөлүк зомбулукка кабылган аялдарды психокоррекциялоонун жана реабилитациялоонун негизги түшүнүктөрү, талаптары жана принциптери» төртүнчү баптын биринчи параграфында психокоррекция боюнча натыйжалуу иштин негизги түшүнүктөрү, башкы талаптары жана принциптери баяндалат, бул процесстин этаптарынын ырааттуулугу берилет. Профилактикалык жумуштарды иштеп чыгууда аны турмушка ашыруунун негизги факторлорунун орду жана кызматтары аныкталды. Психокоррекциянын натыйжалуулугунун төмөндүгүнүн себептеринин бири үй-бүлөлүк зомбулукка кабылган аялдардын пассивдүүлүгү жана реабилитациялык процесстеги алсыз активдүүлүгү болуп саналат. Эксперименттин жүрүшүндө, тилекке каршы, кээ бир аялдардын өзүн-өзү калыбына келтирүү ишинде кызматташууну таптакыр каалашпагандыгын байкадык. Биз муну алар, эреже катары, узак (кээде көп жылдар) мөөнөттүү жана тынымсыз психологиялык жана физикалык зомбулук шарттарында жүргөндөн кийин, травматикалык симптомдор алардын жашоо образына «токулуп», алардын инсандык өзгөчөлүктөрүнө айлангандан кийин жардамга кайрылышат деп түшүндүрүүгө тийишпиз.

Бул жабырлануучу тарабынан “зомбулукка көнүү”, аны маданий нормага айлантуу ага карата узак мөөнөттүү зомбулукту колдоочу башкы фактор болуп саналат. Ал эми мурунку травмалык тажрыйба кайра иштелмейинче аялдын жашоосунда эч нерсе өзгөрбөйт. Ошондуктан жабырлануучу аял менен иштөө үчүн түзүлгөн программа боюнча жумуштар так жана узак мөөнөттүү жүргүзүлүшү керек жана андагы бардык темалар аны менен талкууланышы зарыл. Бул түзүм өзүнөн-өзү аялга жеңилдик жана анын көптөн бери кыйраган дүйнөсүнө кандайдыр бир алга умтулуу сезимин алып келет. Демек, натыйжалуу психокоррекция процесси үчүн так структурасы түзүлгөн программалык иш керек.

Бул максатты ишке ашыруу үчүн белгилүү бир аудиторияга ылайыкташтырылган программаларды иштеп чыктык жана колдондук. Изилдөөбүзгө тартылган аялдардагы инсандык көрүнүштөрдүн натыйжаларын түзөтүү боюнча психологиялык иштин конкреттүү багыттары түзүлдү.

Иштеп чыккан программабыз төмөнкүлөрдү өз ичине камтыды:

– Жабырлануучулардын (реципиенттер) психоэмоционалдык жана инсандык ресурстарын изилдөө;

– турмуштук оор кырдаалдар шартында баарлашуу көндүмдөрүнөнүктүрүү;

– өзүн-өзү жөнгө салуу көндүмдөрүн өнүктүрүү;

– аялдар үчүн оң жана натыйжалуу күрөшүү стратегияларын иштеп чыгуу;

– аң-сезимдин өзгөчө абалын талдоо (рефлекциялоо);

– кыйратуучу чыр-чатакты азайтуу.

Изилдөөбүздүн эксперименталдык бөлүгүндө алынган маалыматтар үй-бүлөлүк зомбулукка кабылган аялдарды психологиялык-педагогикалык алдын алуу жана реабилитациялоо боюнча бир нече багыттарды аныктоого мүмкүндүк берди.

Натыйжада, зомбулукка кабылган аялдарды психологиялык коштоо биздин программабызга ылайык эки негизги багытта жүргүзүлдү:

– зомбулуктун курч травмасында жана андан кийинки стрессте ыкчам психологиялык жардам көрсөтүү;

– жекече кеңеш берүү жана топтук иш процессинде психологиялык коштоо.

Бул параграфта курч кризистик кырдаалдар менен иштөөнүн негизги принциптери талданды жана мындай иштин негизги кадамдары жана этаптары сыпатталды. Мында биз кризиске кийлигишүүнүн эң маанилүү принциптерин кеңири баяндайбыз.

Реабилитациялык процесстин жалпы узактыгы ар бир аял үчүн жекече өзгөчөлөнүп турат. Бирок аялдар реабилитациядан өткөн учурларда, тиешелүү мөөнөттөрдү так көрсөтүү, негизгиси, кийин аларды так сактоо зарыл.

Биздин тажрыйба көрсөткөндөй, толук калыбына келтирүү иштери үчүн жок дегенде 20-25 сессия керек. Бирок, иш учурунда талкуулануучу тийиш болгон темалардын жөнөкөй тизмесинен улам сессиялардын минималдуу санын аныктоого болот, буга биринчи жолугушуу жана диагностика кошулат. Бул жумасына бир-эки баарлашууда 10 сессия болот.

Диссертациялык иштин кийинки экинчи этабында психологиялык профилактика да талдоого алынат.

Жекече реабилитацияны жана экинчи профилактиканы топтук иш менен айкалыштырдык, ал учурда реабилитациянын эң натыйжалуу формасы жана зомбулуктун экинчи профилактикасы катары таанылды.

Биздин тажрыйба көрсөткөндөй, эгерде аял экинчи профилактикага жетсе, анда аялдын инсандык өсүүгө, жашоосун оң мааниде кайра куруууга болгон мотивациясы жогорулап, андан аркы процесс кадимки психотерапия катары уланат.

“Үй-бүлөлүк зомбулукка кабылган аялдарды психологиялык-педагогикалык профилактикалоо жана реабилитациялоо программасы” төртүнчү баптын экинчи параграфында тандап алуунун негиздемеси жана изилдөө базасы берилет, түзөтүүчү-өнүктүрүүчү программанын түзүмү, тренингдердин тематикалык планы сыпатталат.

Изилдөөбүздө Ош, Баткен, ошондой эле Бишкек шаарындагы «Шанс» жана «Таис плюс» кризистик борборлоруна, тиешелүү мекемелерге, борборлорго жана уюмдарга жардам сурап кайрылган жана үй-бүлөлүк зомбулукка кабылган 53 аял тандалып алынды. Аялдардын курагы 22ден 60 жашка чейин жана үй-бүлөлүк жашоосунун узактыгы 2ден 30 жылга чейин болду. Тандап алуумаксаттуу мүнөзгө ээ болду, анткени ал психологиялык жардам берүү мекемелерге жана психологиялык жардам берүү борборлоруна кайрылуу принциби боюнча түзүлдү. Эксперименттик реабилитация программасын сыноо 2021-жылдын мартынан 2022-жылдын апрелин кошо алган мөөнөткө чейин созулду.

Сунушталган реабилитация программасы түзүмдүк жактан 10 сабактантурат. Өтүү узактыгы - 2,5 саат, жумасына бир-эки жолу жолугушуу жыштыгы менен 5-10 жума болот.

4.2.6-таблица. Түзөтүүчү “Акыл, дене профилактикасы” программасынын түзүмү (Тренингдин тематикалык планы)

	Тема	Убактысы
1	Таанышуу	2,5 с.
2	Мен–концепция	2,5 с.
3	Инсан аралык түшүнүшүү	2,5 с.
4	Стресс	2,5 с.
5	Сезимдер	2,5 с.
6	Баарлашуу	2,5 с.
7	Жалгыздык сезимин азайтуу	2,5 с.
8	Топтолгон сезимдерден жана эмоциялардан арылуу	2,5 с.
9	Чыңалуу абалында өзүн башкаруу	2,5 с.
10	Чечимдерди кабыл алуу үчүн жоопкерчилик	2,5 с.

Ар бир сабак шарттуу түрдө 3 бөлүктөн турат:

1. Киришүү бөлүгү (саламдашуу, бойду жазуу, киришүү медитация), киришүү бөлүгүнүн максаты катышуучулардын булчуңдарын жана эмоционалдык чыңалууларын жазуу, сабак өтүү үчүн жагымдуу эмоционалдык фон түзүү.

2. Негизги бөлүк, анда программанын негизги максаты– катышуучуларда өзүнө карата оң мамилени калыптандырууишке ашыруу.

3. Жыйынтыктоочу бөлүк, анын максаты – сабакты жыйынтыктоо, чарчоону жана мүмкүн болгон чыңалууну жоюу, топтолгон сезимдерден жана эмоциялардан арылтуу, жабуу медитация.

Андан ары иште үй-бүлөлүк зомбулуктун жаңылануу тобокелчилигин азайтуу үчүн зомбулукка кабылган аялдарга психологиялык коштоонун негизги этаптары жана ырааттуулугу баяндалат, ал зарыл билимдерди алууну, билгичтиктерди жана көндүмдөрдү калыптандырууну өзүнө камтыйт.

«Үй-бүлөлүк зомбулукка кабылган аялдар менен өткөрүлүүчү психотерапевтикалык техникалар, методикалар жана тренингдердин комплекси» деген төртүнчү баптын үчүнчү параграфында биз колдонгон психотехникалар жана тренингдер инсандын негизги сапаттарын өнүктүрүүгө жана калыптандырууга багытталып, инсандын психикалык ишмердүүлүгүнүн *үч башкы чөйрөсүнө – таанып билүүчүлүк, эмоционалдык жана жүрүм-турумдук ылайык* бөлүштүрүлүп, оң күрөшүү механизмдерин калыптандырууга багытталды.

Зомбулукка кабылган аялдарга психологиялык колдоо көрсөтүү боюнча иштеп чыккан программаларыбызда методологиялык жактан биздин шарттарда абдан натыйжалуу иштей турган, натыйжа берген психотерапевттик техникаларды колдондук.

Диссертациялык иште кыргыз аялдарынын личностунун улуттук жана аймактык өзгөчөлүктөрүн эске алуу менен ыңгайлаштырылган психосоциалдык реабилитациянын методикаларын жана техникаларын колдонуунун зарылчылыгы кеңири баяндалат жана негизделет.

Ишибиздин башкы концепциясынын негизинде тренингдердин биринчи тобу инсандын таанып билүү компонентин калыптандырууга жана өнүктүрүүгө багытталды. Иште бул тренингдердин жүрүшү кеңири сыпатталат: Мен – концепция, “Мен киммин?” көнүгүүсү жана инсан аралык түшүнүшүү.

Тренингдердин экинчи тобу инсандын эмоционалдык компонентин өнүктүрүүгө арналды. Анда төмөнкүлөр бар: «Убакыт менен кайтып келүү» техникасы; «Стресс» тренинги, «Сезимдер» тренинги жана «Сезимдер дүйнөсү» көнүгүүсү, алардын максаты эмоционалдык чөйрөгө байланыштуу тажрыйбаны жана билимди күчөтүү, өзүнүн эмоционалдык абалын билдирүү жөндөмүн өнүктүрүү болду.

Тренингдердин үчүнчү тобу инсандын жүрүм-турум компонентин өнүктүрүүгө багытталып, ага төмөнкүлөр кирди: өзүн-өзү жөнгө салуу техникасы; "Стресстик кырдаалдардагы күрөшүү жүрүм-туруму"техникасы; «Келечекке кадам» техникасы жана «Кыйын кырдаалдан чыгуу» көнүгүүсү. «Стресс эмнеси менен пайдалуу жана эмнеси менен зыяндуу болушу мүмкүн» көнүгүүсүн аткарып жатып, аялдар ой жүгүртүп, өздөрүнүн корутундуларын чыгарышты. Стресстин натыйжасында кандай жагымсыз натыйжалар жаралышы мүмкүн экендиги чогуу талкууланды жана алардын ар бири өз ойлорун күндөлүк дептерлерине жазышты.

1. *Интеллектуалдык натыйжалар*: эс тутумдун, көңүл буруунун, ой жүгүртүү темпинин начарлашы, өздөштүрүүнүн төмөндөшү.

2. *Эмоционалдык натыйжалар*: чыңалуунун, тынчсыздануунун, кастыктын, шектенүүнүн өсүшү, өзүн-өзү баалоонун төмөндөшү.

3. *Жүрүм-турумдук натыйжалар*: кызыгуунун төмөндөшү, уйкунун жана

табиттин бузулушу, чечкинсиздик. Биз өткөргөн тренингдердин максаты өзүн толук көрсөтүүгө жолтоо болгон тоскоолдуктарды жеңүү, стресске туруктуулукту өнүктүрүү жана оң психологиялык фонду түзүү болду.

Зомбулукка кабылган аялдарды психологиялык коштоо программасында жогоруда сүрөттөлгөн психотерапиялык техникалар менен бирге зомбулуктун курмандыктары менен топтук арт-терапияда колдонулган экспрессивдүү-чыгармачыл методикаларды колдондук. Диссертациянын төртүнчү бапында «Менин жашоом», «Автопортрет», «Менин келечектеги жашоом» техникалары кеңири баяндалды.

Аялдар тобу менен реабилитациялык иштердин жүрүшүндө башка өнүктүрүүчү, калыптандыруучу көнүгүүлөр жана техникалар да колдонулду. Иште төмөнкүдөй психотехникалар кеңири берилди: “Жазуу” техникасы; «Бош отургуч» жана "Келечекке кадам" техникалары.

Үй-бүлөлүк зомбулукка кабылган аялдардын психодиагностикасы экинчи жана акыркыдан мурунку жекече сессияларда жүргүзүлөт. Ар бир жолу тесттин натыйжаларынын толук сыпаттамасы берилет, ага ылайык андан аркы реабилитациялык же профилактикалык иштер үчүн сунуштар берилди.

Жыйынтыктоочу диагностиканы алгандан кийин тесттин натыйжаларын сыпаттоодон тышкары, биз реабилитациялык процесстин натыйжалуулугу жөнүндө тиешелүү корутундулар менен старттык жана жыйынтыктоочу натыйжаларга салыштырма талдоо жүргүздүк. Ал реабилитациялык курстан өткөн аялдардын психикалык касиеттеринин жана абалынын өзгөрүшүнүн татаалдыгын, гетерохрондуулугун (бир мезгилде болбой тургандыгын) жана бирдей эместигин көрсөттү. Ошентип, реабилитациядан кийинки мезгилде кырдаалдык тынчсыздануунун көрсөткүчтөрү аялдардын 63% 39 – 44 баллдын чегинде, б.а. орточо тынчсыздануу чегинде болду. Аялдардын 42%ында нааразычылыктын орточо деңгээли аныкталды (3,5 = G = 4,5) жана 48% аялдарда жалгыздык деңгээлинин көрсөткүчтөрү 5,51 std/dev. чегинде болду, бул реабилитациядан кийинки мезгилдеги субъективдүү жалгыздык сезиминин орточо деңгээлин көрсөтүп турат. Инсандык тынчсыздануу, инсандын нааразычылыгы, жалгыздык сезими сыяктуу инсандын психоэмоционалдык мүнөздөмөлөрү психопрофилактиканы жана реабилитацияны ийгиликтүү өткөрүүдө төмөндөйт.

Таанып билүү аспектилерине келсек (өзүн-өзү баалоо, өзүн-өзү түшүнүү, өзүнө карата мамиле), өзүн күнөөлөө же чыр-чатактын себебин тышкы жагдайлардан көрүү тенденциясы (көбүнчө түштүк аймактардын аялдарында байкалат) олуттуу өзгөргөн жок, бул көбүнчө зомбулук актыларын колдогон өз ара аракеттенүүнүн деструктивдүү моделдерин тандоону билдирет.

Бул жыйынтыктар ийгиликтүү алдын алууда жана реабилитациялоодо, биринчи кезекте, адамдын эмоционалдык, андан кийин жүрүм-турумдук компоненттеринде олуттуу оң өзгөрүүлөр болот деп ырастоого мүмкүндүк берет. Ал эми инсандын таанып билүү компоненттеринин өзгөрүшү («мен киммин», өзүн-өзү баалоо, өзүн-өзү таануу жана өзүнө карата мамиле) бир топ жайыраак жана татаалыраак жүрөт, алар инсандын терең, улуттук жана

психикалык өзгөчөлүктөрү менен байланыштуу экендиги талашсыз.

Зомбулукка кабылган аялдарды реабилитациялоо боюнча бардык иштердин жүрүшүндө аялга карата профилактиканын жана реабилитациялоонун маңызы анын конкреттүү көйгөйүн чечүү гана эмес, пайда болгон кырдаалды жана көйгөйдү мындан ары өз алдынча чечүүгө, конфликттен туура чыгууга аялдарды үйрөтүү керектиги келип чыкты.

Төртүнчү бап боюнча *корутундулар*.

1. Аялдардын зомбулукка кабылуусун психологиялык-педагогикалык алдын алууда жана реабилитациялоодо жаракаттан кийинки стресстик бузулуу абалын калыбына келүүгө жардам берүү үчүн коопсуз жана ишенимдүү чөйрөнү түзүү маанилүү.

2. Зомбулукка кабылган аялдарды реабилитациялоодо психологиялык коштоо жана психотерапевттик методдор негизги ролду ойнойт, алар аялдардын психологиялык бакубаттыгын жана өзүн-өзү баалоосун калыбына келтирүүгө жардам берет.

3. Психологиялык методикаларды стресстик кырдаалдарга реакция кылуунун копинг-стратегияларын өнүктүрүүгө жардам берүү максатында аялдардын аң сезимдүүлүгүн жана өзүн-өзү түшүнүүсүн жогорулатуу үчүн колдонууга болот.

4. Топтук сессияларды жана тегерек столдорду, балинтовдук топту уюштурууда аялдар тажрыйба алмашып, өз ара колдоо таба ала турган колдоочу чөйрөнү түзүүгө жардам берет.

5. Зомбулуктан кийин кадимки жашоого кайтып келишине жардам берүү менен аялдарда өзүн-өзү башкаруу жана өзүнүн натыйжалуулугун жогорулатуу көндүмдөрүн өнүктүрүүгө багытталган атайын программаларды жана долбоорлорду түзүү маанилүү.

6. Психологдордун жана социалдык кызматкерлердин же мультидисциплинардык топтун мүчөлөрүнүн катышуусу жана эмпатия аркылууколдоо көрсөтүүсү зомбулукка кабылган аялдар үчүн коопсуз жана колдоочу чөйрөнү түзүүдө маанилүү роль ойнойт.

7. Зомбулукка дуушар болгон аялдардын чөгүп кетүүсүн психологиялык-педагогикалык алдын алуу жана реабилитациялоонун алкагында бир жолку терапия (ОСТ) ар бир аялдын жекече муктаждыктарын эске алуу, топтордо жардам берүү жана базалык психологиялык колдоо (жекече) көрсөтүү маанилүү.

8. Зомбулукка кабылган аялдарга комплекстүү жардам көрсөтүүнү камсыз кылууда психологдордун, соцпедагогдордун, социалдык кызматкерлердин, медициналык адистердин жана укук коргоо органдардын кызматкерлери, зомбулукту алдын алуу боюнча жергиликтүү комиссиялардын, институттардын өкүлдөрү менен коллаборациялык кызматташуу башкы ролду ойнойт.

ЖАЛПЫ КОРУТУНДУ:

Диссертациялык изилдөөнүн жыйынтыктары жалпыланып,зомбулукка туш болгон үй-бүлөдөгү аялдардын психологиялык өзгөчөлүктөрү жана аны профилактикалоонун психологиялык-педагогикалык жолдору илимий териялык негизде иштелип чыгып жана алардыпрактикада эксперименттен

өткөрүүгө арналган диссертациялык изилдөөнүн жыйынтыктарынын негизинде **корутундулар жана сунуштар** берилди.

Биринчи милдет психологоиялык-педагогикалык аспектиде үй-бүлөдөгү зомбулук көйгөйлөрү боюнча методологиялык мамилелерге жана илимий изилдөөлөргө теориялык талдоо жүргүзүүнү аныктоо болгондуктан, зомбулук боюнча жазылган адабияттар, илимий изилденген эмгектер тарыхый негизде талдоого алынды. Үй-бүлөдөгү зомбулук үй-бүлөнүн функцияларына таасир этүүчү психологиялык-педагогикалык көйгөй катары коомдо кеңири таралган эң курч социалдык көйгөйлөрдүн бири катары белгиленди. Кыргызстандагы зомбулук бүтүндөй коомду туруксуздаштырууга алып келип жана коомдук тартипке коркунуч келтирүүсү аныкталды. Азыркы учурда зомбулуктун кеңири таралган түрлөрү аялдарга карата үй-бүлөлүк зомбулук ар кандай формаларда, анын ичинде физикалык, психологиялык, сексуалдык жана экономикалык ж.б. зомбулук түрүндө болушу көрсөтүлдү. Үй-бүлөдөгү зомбулук көйгөйлөрү кыргыз психология илиминде атайын жана терең изилдөөлөрдүн предмети боло электигин, ал көпчүлүк учурда жалпы статистикалык, социологиялык мамилелер түрүндө ишке ашырылган эл аралык долбоорлорго катышууну билдирип келгендигин ырастап, биздин изилдөөбүз азыркы ааламдашуу доорунда зомбулуктан жапа чеккен аялдардын руханий жан дүйнөсүн тазартууга, өзүн өзгөртүүгө, оңдоп түзөөгө багытталган программанын зарылдыгын көрсөттү. Иште колдонулган методологиялык мамилелер жана принциптер теориялык жана эксперименттик изилдөөлөрдүн методологиясын аныктоого гана мүмкүнчүлүк бербестен, үй-бүлөлүк зомбулукка кабылган аялдарды реабилитациялоо жана профилактикалоо программасын иштеп чыгууга да жардам берди.

Экинчи милдет эл аралык тажрыйбаны үйрөнүү, кыргыз коомчулугунда ийгиликтүү колдонуу үчүн Батыш жана КМШ өлкөлөрүндөгү үй-бүлөлүк зомбулук көйгөйлөрүн чечүүнүн салыштырма анализин жүргүзүү проблемалары коюлган.Үй-бүлөдөгү зомбулук, чет өлкөлүк илимпоздор белгилегендей, таптык, диний, расалык, маданий жана социалдык-экономикалык аспектилерине карабастан калктын бардык катмарларында жана категорияларында кездешери белгиленди. Батыш жана КМШ өлкөлөрдөгү белгилүү адистер Д. Левинсон, Дж. Кобрин, Д. Финкелхор, К. Брон, Э. Миллер жана башкалардын эмгектеринде зомбулуктан кийин сөзсүз түрдө пайда болгон психологиялык бузулуулар адамдын жашоосунун бардык деңгээлдерине таасирин тийгизип, инсандык туруктуу өзгөрүүлөрүнө жана ар кандай деңгээлдеги жашоонун калган бөлүгүнө таасир этүүчү узак мөөнөттүү кесепеттерге алып келиши аныкталды. Ал эми постсоветтик психология илиминде бул маселе салыштырмалуу жаш жана ал маселе Ф. А. Акрамова, А. Т. Акажанова, М. Т. Исакова, В. М. Каримова, М. П. Кабакова, Т. Я. Сафронова, Е. Т. Соколова, А. Б. Серых, Е. И. Цымбал, Ч. А. Шакеева, А. А. Чазованын тажрыйбалары жыйынтыкталды.

Үчүнчү милдет кыргыз коомчулугунда зомбулуктун пайда болушунун психологиялык-педагогикалык себептерин жана кесепеттерин изилдөө аркылуу үй-бүлөлүк зомбулуктун детерминанттары менен кесепеттеринин ортосундагы

үстөмдүк кылган өз ара мамилелерди жана көз карандылыкты аныктоо болгон.Бул милдетке ылайык изилдөөбүздө Е. Шеффер менен Р. Беллдин PARI методикасы боюнча аныкталган жогорку көрсөткүчтөр үй-бүлөнүн начар интеграциясын, жубайлар аралык мамилелерге канааттанбагандыгын жана чыр-чатактын болушун көрсөтүп аныктап берди. Субъективдүү көзөмөл деңгээлин (СКД) Е. Ф. Бажин, С. А. Голынкина жана А. М. Эткинд методикасы кыргыз аялдардын ар кандай турмуштук кырдаалдарда субъектиде калыптанган башкаруунун деңгээлин салыштырмалуу тез жана натыйжалуу баалоого мүмкүндүк берди. Ал эми К. Томастын"Жүрүм-турумдусыпаттоо"тести болсо үй-бүлөдө пайда болгон конфликттик жүрүм-турумга жеке ыктуулукту изилдөөгө, конфликттерди жана көйгөйлүү кырдаалдарды жөнгө салууну жана инсанга мүнөздүү экендигин аныктоого мүмкүндүк жаратты.Л. И. Вассермандын Социалдык фрустрациянын деңгээлин диагностикалоо методикасыжашоонун негизги аспектилеринде аялдардын социалдык жетишкендиктерге канааттанбоо даражасын баалоого мүмкүндүк берди.Ошондой элежеке тынчсыздануунун туруктуу мүнөздөмөсү жана кырдаалдык тынчсыздануу катары стресстик кырдаалга эмоционалдык реакция катары жеке тынчсыздануу деңгээлин өз алдынча баалоого Арон Бектин "Депрессия шкаласы" багыт берди. Ал эми Л. Вассерман, Б. Иовлев, О. Щелкова стандартташтырган "Жүрүм-турумду оңдоо" ыкмасы аялдар үчүн оор жана көйгөйлүү кырдаалдардагы жүрүм-турум өзгөчөлүктөрүн изилдөөгө, ошондой эле стресстен чыгууга мүнөздүү ыкмаларды аныктоо үчүн колдонулду.Бул методиканын жардамы менен стресстик кырдаалга кабылган аялдардагыкүрөшүү стратегиясынын адаптациялык эмес формаларын аныктоого жана алардын жүрүм-турумун оңдоо үчүн программаларды иштеп чыгуугамүмкүндүк түзүлдү.Бул психодиагностикалык методикалардын толук комплекси бизге субъекттердин инсандык өзгөчөлүктөрүн аныктоого жана үй-бүлөлүк зомбулуктун курмандыгы болгон аялдын жалпыланган психологиялык өзгөчөлүгүн билүүгө мүмкүндүк түзүлүп, ыкмалар аркылуу жүрүшү чагылдырылды.

Төртүнчү милдет фрустрацияланган кырдаалдарга реакция кылуунун артыкчылыктуу тенденцияларын аныктоо болгон.Бул милдетке жарашазомбулукка кабылган кыргыз аялдарынын жүрүм-турумунун негизги формаларын жана ыкмаларын ар тараптуу жана терең изилдөөгө алдык. Изилдөө Л. И. Вассермандын (өзгөртүп иштеп чыккан В. В. Бойко) методикасы боюнча алардын социалдык наразычылыгынын (фрустрациясынын) абалын талдоо аркылуу ишке ашты. Алынган маалыматтарды талдоо турмуштун башкы, негизги багыттарында жана аспектилеринде социалдык жетишкендиктерине аялдардын канааттанбагандыгы аныкталды. Республиканын ар кайсы региондорунда жашаган аялдардын социалдык наразычылыгынын деңгээли боюнча маалыматтарды алууга жетиштик. Түштүк аймактагы аялдардын наразычылыгынын анча жогору эмес деңгээли, же кыйынчылыктар менен макул болууну, же талап коюуну азайтууну көрсөтүп тургандыгы, бул коюлган милдеттердин жогору эмес деңгээли жана жетиштүү жогору эмес турмуштук

максаттар менен байланыштуулугу такталды.Түндүк аймагындагы жашаган аялдарда аныкталган наразычылыктын жогорулаган деңгээли депрессияны, апатияны, өзүн жоготууну, тынчсызданууну, коркууну, максатсыз жана баш аламан реакцияларды чагылдырылды. Жогорку наразылыктын көрсөткүчтөрү менен интеллект өз милдетин аткара албашы. Көңүлү чөккөн адамда тышкы таасирлерди жана тажрыйбаларды баалоодо интеллекттин ролу иш жүзүндө көрүнбөшү далилденди.

Стресске же травмага кабылган адамдын интеллекти тышкы жана ички таасирлерге туура баа бербей, алардын өзү үчүн маанисин аныктай албагандыгы. Ар кандай зомбулук анын кандай гана түрлөрүндө жана көрүнүштөрүндө болбосун, нерв системасы менен байланышкан бузулууларды, психосоматикалык ооруларды пайда кылуусу жана чындыктын эмоционалдык жана интеллектуалдык чагылдырылышынын өзгөрүшүнө алып келиши аныкталды.

Бешинчи милдет зомбулукка кабылган кыргыз аялдары үчүн эң натыйжалуу болгон практикалардын системасын жана түзөтүү программаларын иштеп чыгуу болгон. Бул милдет боюнча ишибизде стресске дуушар болгон адамдар үчүн жүрүм-турумдун адаптациялык формаларын калыптандыруу үчүн (АДП)психопрофилактикалык жана психокоррекциялык программаларэксперименталдык топтордо атайын максатта өткөрүлдү, анын натыйжалары биз сунуштаган программанын оптималдуу экендигин тастыктады. Зомбулуктун курмандыктары менен жүргүзүлгөн түзөтүү иштери, алардын тапшырмаларды аткаруудагы активдүүлүгү, психологиялык-педагогикалык таасирлердин натыйжалуулугун күчөтөрүн көрсөттү.

-Үй-бүлөдөгү зомбулуктан жабыркаган аялдарды реаблитациялоонун жана профилактикалоонун психологиялык аспектисинин негизги жыйынтыгы болуп баарлашуу көндүмдөрүн өстүрүү; өз алдынчалыкка умтулуу; өзүн-өзү туура баалоо; өзүнө болгон ишенимин жогорулатуу; жүрүм-турумдун эрежелерин жана стандарттарын аныктоого негизделген жүрүм-турумду көзөмөлдөөнү жакшыртуу; психологиялык билим деңгээлин кеңейтүүгө мүмкүнчүлүк жаратты.

- Мындай мүмкүнчүлүктөр аялдардагы билимдин жогорку деңгээлинин негизинде башкалар менен мамиле түзө билүү, үй чарбачылыгын өздөштүрүү, кыргыз маданиятынын балуулуктарын, өзгөчөлүктөрүн эске алуу, келечекти пландаштырууда өз алдынчалыкты көрсөтүүгө жана көйгөйлөрдү чечүүдө психологиялык-педагогикалык жардамды адекваттуу кабыл алууга мүмкүндүк бере алды.

Мындан сырткары атайын окуу курстары, тренингдерникe жана үй-бүлөлүк мамилелерге даярдануунун жетектөөчү фактору катары үй-бүлөлүк мамилелерге даярдай алат. Кыргызстандагы үй-бүлөлүк зомбулукту профилактикалоонун психологиялык-педагогикалык жолдору боюнча иштелип чыккан атайын (АДП) коррекциялык программанын алкагында, ондоо-түзөө иштеринин ырааттуу түрдө жүргүзүлүүсү, кыргыз аялдарынын эмоционалдык жана жүрүм турумундагы компоненттеринин өзгөрүүсүн, алардын психикалык

саламаттыгынын бакубатуулугун жогорулатып, комплексттүү жардам көрсөтүүнү камсыздай алат.

ПРАКТИКАЛЫК СУНУШТАР:

Диссертациялык изилдөөдөн алынган жалпы жыйынтыктар жана натыйжалар учурдагы аялдарга болгон зомбулуктун алдын алуу, алардын жашоосун жакшыртуу багытында төмөнкү максаттарды ишке ашыруунун зарылдыгын көрсөттү:

1. Алынган изилдөөбүздүн жыйынтыктары катары жогорку окуу жайлардын психология багытындагы бакалавр жана магистр программасынын окуу пландарына тандоо курс катары “Зомбулуктун психологиясы”, “Репарационалдык психология” дисциплиналарын киргизүүгө жана окутуучуларга материалдарды сунуштоого болот.
2. Зомбулуктун курмандыктары менен жүргүзүлгөн түзөтүү иштери, психологиялык-педагогикалык таасирлердин натыйжалуулугу кризисттик борборлордун стандарттарын карап чыгууга жана аларда иштеген психологдордун пайдалануусуна мүмкүнчүлүктүзүп берет.
3. КРнын жалпы орто билим берүүчү мекемелеринде “Зомбулуксуз мектеп” программасынын алкагында изилдөөбүздүн материалдарын кеңири колдонуп, жайылтууга сунуштайбыз.
4. Топтук сессияларды жана тегерек столдорду, балинтовдук топту уюштурууда аялдар тажрыйба алмашып, өз ара колдоо таба турган колдоочу чөйрөнү түзүүдө коррекциялык көнүгүүлөрдү сунуш катары берүүгө болот.
5. Республикалык деңгээлде (айыл өкмөттөрдө, шаардык конуштуу аймактарда ж.б.) билим берүү системасында зомбулуктуналдын алуу боюнча комитеттердин ишин жакшыртуу максатында психологиялык онлайн, офлайн окуу курстарын уюштуруп, коллаборациялык кызматташуу аркылуу зомбулуктун алдын алууга мүмкүнчүлүк бар.
6. Зомбулуктун психологиясы боюнча атайын окуу курстарды, тренингдерди, жаштарды нике жана үй-бүлөлүк мамилелерге даярдоо максатында “Кыргызча психология” социалдык тармакта акысыз сессияларды уюштурууга болот https://www.instagram.com/kgpsycom?igsh=MWtkNzY1enNrb2lkMw
7. Изилдөөнүн тыянактарынын негизинде аялдардын зомбулуктан кийинки абалын жакшыртуу, өзүн-өзү башкаруу жана өзүнүн натыйжалуулугун жогорулатуу көндүмдөрүн өнүктүрүүгө багытталган атайын “Акыл, дене профилактикасы” (АДП) программасын коомчулукка алып чыгуу сунушталат.

Изилдөөнүн бул жыйынтыктары изилденип жаткан маселе толук чечилди деп ырастабайт. Андыктан кыргыз үй-бүлөсүндөгү аялдарга болгон зомбулуктун шарттарын аныктоо багытында улантылышы мүмкүн.

ДИССЕРТАЦИЯНЫН МАЗМУНУ ТӨМӨНКҮ ЭМГЕКТЕРДЕ ЧАГЫЛДЫРЫЛДЫ:

1. **Жолдошева, А. О.** Личностные особенности мужчин и женщин [Текст] / А. О. Жолдошева, Б. Т. Кыдырмышева //Вестник ОшГУ. - 2002.-№1. – С. 41-46.

2. **Жолдошева, А. О.** Курманжандын доорундагы гендердик мамилелердин социалдык-психологиялык аспектиси [Текст] / А. О. Жолдошева // ОшМУнун Жарчысы. – 2003. - № 3. – 12-17-бб.
3. **Жолдошева, А. О.** Факторы, обуславливающие эффективность общения [Текст] / А. О. Жолдошева // Вестник ОшГУ. - 2004. - № 3. - С. 68-73.
4. **Жолдошева, А. О.** Социально-психологические аспекты супружеских конфликтов [Текст] / А. О. Жолдошева // Вестник ОшГУ. - 2004, № 5.- С.96-98.
5. **Жолдошева, А. О.** Психологические основы внутрисемейных отношений в современных семьях [Текст] / А. О. Жолдошева//Вестник ОшГУ. – 2006. - № 4. –С. 60-63.
6. **Жолдошева А. О.** Роль значение народной педагогики в обучении и воспитании [Текст] / А. О. Жолдошева // Вестник ОшГУ. - 2008. - № 5. – С. 187-189.
7. **Жолдошева А. О.** Современное состояние правовой политики гендерного равенства в Кыргызской Республике [Текст] / А. О. Жолдошева // Известия вузов. - № 10. – 2009. – С. 63-66.
8. **Жолдошева А. О.** Кыргыз коомундагы көп аялдуулук салтынын кээ бир маселелери [Текст] / А. О. Жолдошева // Илим жана жаны технологиялар. - 2012. - № 1. - 275-277-бб. https://elibrary.ru/item.asp?id=25646007
9. **Жолдошева, А. О.** Кыргыз аялдарынын гендердик тарыхынын айрым маселелери [Текст] / А. О. Жолдошева // Илим жана жаны технологиялар. – 2012. - №1. – 260-263-бб. https://elibrary.ru/item.asp?id=25646007
10.**Жолдошева, А. О.** Психологические особенности гендерных отношений в кыргызской семье [Текст] /А. О. Жолдошева // Материалы Международной научно-практической конференции “Психологические проблемы современной семьи”. – Екатеринбург, 30 сентября – 04 октября 2015.–С. 679-691. https://elibrary.ru/item.asp?id=25742473
11. **Жолдошева, А. О.** Психологическое консультирование кризисных ипроблемных ситуаций в КР [Текст] / А. О. Жолдошева// Материалы Международной научно-практической конференции “Становление и развитие психологической науки в Кыргызстане: проблемы и перспективы”. - С. 162-164.
12. **Жолдошева, А.О.** Виды и формы работы с родителями особых детей [Текст] /А. О.Жолдошева//Вестник ОшГУ. - 2016. - № 3-2. – С. 175-179. https://elibrary.ru/item.asp?id=30547491
13. **Жолдошева, А. О.** Психолого-педагогическая помощь семьям, имеющих детей с нарушениями в развитии[Текст] /А. О.Жолдошева // Вестник ОшГУ. - 2016. - № 3 (11). – С. 182-187. https://www.elibrary.ru/item.asp?id=30547490
14. **Жолдошева, А. О.** Психологические тенденции подготовки молодежи к семейной жизни при борьбе против информационно-идеологической тревоги [Текст] /А. О.Жолдошева// Материалы Международной научно-практической конференции “Проблемы создания современных технологий по борьбе с

информационными угрозами в условиях глоблазации”. – Ташкент, 2020. – С. 77-80. https://www.kaznu.kz/Ru/18987/news/one/19974/
15. **Жолдошева, А. О.** Социально-психологическое состояние семейных женщин в условиях рыночной экономики [Текст] /А. О. Жолдошева // Российская наука и образование сегодня: проблемы и перспективы. – 2020. - № 6 (37). –С. 5-9. https://www.elibrary.ru/item.asp?id=44772311
16. **Жолдошева, А. О.** Привлечение мужчин к проблеме семейного насилия [Текст] / А. К. Эшиев, А. О. Жолдошева // Материалы IX Международной научно-практической конференции “Формы и методы социальной работы в различных сферах жизнедеятельности”, посвященной 75-летию Победы в Великой Отечественной войне.- Улан-Удэ, 2020. – С. 343-347. https://www.elibrary.ru/item.asp?id=44191740
17. **Жолдошева, А. О.** Үй-бүлөдөгү зомбулук менен инсандын психологиялык өзгөчөлүктөрүнүн байланышы [Текст] / А. О. Жолдошева // Ж. Баласагын атындагы КУУ Жарчысы. - 2021. - № 4 (108). – 112-119-бб. https://www.elibrary.ru/item.asp?id=48066563
18. **Жолдошева, А. О.** Гендерные подходы к насилию в семье являются ключевым фактором предотвращения безопасности экономики страны [Текст] / А. О. Жолдошева // Образование и наука в 21 веке. - 2021. - №21. - Том 2. – С. 1235-1239. https://mpcareer.ru/
19. Zholdosheva, A. O. About Transformation Formulas of the Most Ancient Roots in Eurasian Languages[Текст] / K. Zulpukarov, A. Zulpukarova, T. Toichuev, A. Zholdosheva // Open Journal of Modern Linguistics. – 2021. -11. – P. 907-918. https://www.scirp.org/journal/paperinformation?paperid=113667
20. Zholdosheva, A. O. Online training of students of applied physics in the field of circuitry[Текст] / A. O. Zholdosheva, D. Luchaninov, R. Bazhenov, V. Sabirova, M. Mamyrova // Journal of Physics: Conference Series“II-International Scientific Conference on Metrological Support of Innovative Technologies”. - 2021. – T. 1889. https://iopscience.iop.org/article/10.1088/1742-6596/1889/2/022030
21. **Жолдошева А. О.** Влияние психологического насилия на эмоциональное состояние человека [Текст] /А. О. Жолдошева, З. Уринбоева, Медетбек кызы Ч. //Вестник ОГПИ. - 2021. - № 1 (17). – С. 120-127. https://elibrary.ru/item.asp?id=49457348
22. **Жолдошева, А. О.** Основные подходы к определению понятия насилия в зарубежной и отечественной психологии [Текст] / А. О. Жолдошева // Материалы сборника монографии «Вопросы образования и психологии». – Чебоксары: издательский дом "Среда", 2022. – С. 111-125. https://phsreda.com/ru/article/104018/discussion_platform
23. **Жолдошева, А. О.** Восприятие “маскулинности” в традиционной кыргызской культуре [Текст] / А. К. Эшиев, А. О. Жолдошева, Т. Э. Тургунбаева, С. У. Исматиллаева, Ж. Т. Туратбекова // Материалы Международной научно-практической конференции «Ракурс развития гендерных отношений в

современном мире». – Чита-Семей, 19 мая 2022. – С. 160-170. https://elibrary.ru/item.asp?id=49830717
24. **Жолдошева, А. О.** Психологическое консультирование кризисных и проблемных ситуаций. [Текст] // А. О. Жолдошева//Сборник научных статей по материалам X Международной научно-практической конференции “Актуальные вопросы современной науки: теория, технология, методология и практика”. – Уфа, 27 декабря 2022. – С. 114-119. https://elibrary.ru/item.asp?id=50052677
25. Zholdosheva, A. O. The efficiency of multimedia technologies utilized in studying Mathematics course in the fields of Engineering[Текст]/ N. Eyrikh, R. Bazhenov, A. O. Zholdosheva, C. Shakeeva, T. Gorbunova // Journal of Physics: Conference Series. – 2022. – Том 2193. https://www.elibrary.ru/item.asp?id=48186958
26. Zholdosheva, A. O. Methodological Principles and Approaches of studying The Psychological Character of Women Involved in Domestic Violence[Текст] /A. O. Zholdosheva, M. Kamchybekov // International Eurasian Symposium – Antaliya, 13 May 2022. http://www.essasymposium.org/
27. Жолдошева, А. О. Насилие – это социально-психологическая проблема. [Текст] / А. О. Жолдошева // Материалы Республиканской научно-практической конференции “Личность и общество: вызовы современности”, посв. памяти профессора, д.пс. наук Э. Г. Газиева. – Ташкент, 15 марта 2023. –С. 309-315. https://docs.yandex.ru/docs/view?tm=1713755074
28. Zholdosheva, A. O. Influence of Parents on Formation of National Consciousness of a Teenager [Текст] / A. O. Zholdosheva, V. K. Sabirova, Ch. R. Ryspaeva, R. S. Sadikova, A. O. Abylkasymova // Sustainable Development Risks and Risk Management. - 2023. – P. 485-490. https://link.springer.com/chapter/10.1007/978-3-031-34256-1_85

Жолдошева Акчач Олмасовнанын «Кыргызстанда үй-бүлөлүк зомбулук: психологиялык өзгөчөлүктөрү жана анын алдын алуунун психологиялык-педагогикалык жолдору» деген темадагы 19.00.01 – жалпы психология, инсан психологиясы, психологиянын тарыхы жана 19.00.07 – педагогикалык психология адистиги боюнча психология илимдеринин доктору окумуштуулук даражасын изденип алуу үчүн жазылган диссертациясынын

РЕЗЮМЕСИ

Негизги сөздөр: инсандык сапаттар, маданият, үйбүлөлүк зомбулук, психологиялык-педагогикалык шарттар, диагностика, коррекция, калыптандыруу, тренинг.

Изилдөөнүн объектиси кыргыз үй-бүлөсүндөгү зомбулуктун психологиялык өзгөчөлүктөрү болуп саналат.

Изилдөөнүн максаты. Зомбулуктун негизги себептерин жана психологиялык кесепеттерин аныктоо, Кыргызстандагы аялдар үчүн зомбулук көйгөйлөрүн жана анын кесепеттери оптималдуу чечүүгө багытталган натыйжалуу тажрыйбаны иштеп чыгуу.

Изилдөөнүн илимий методологиясы көптөгөн адамдардын жашоосуна кыйратуучу таасирин тийгизген коомдогу зомбулуктун көптөн бери калыптанып калган көйгөйлөрүнө негизделген. Коомдун түпкү көйгөйлөрүнүн бири инсандарды кысымга алуу жана басынтуу, алардын укуктарын жана эркиндиктерин бузуу, олуттуу жана узак мөөнөттүү денелик жана эмоционалдык зыян келтирүү болуп саналат. Зомбулук көйгөйлөрүн жеңүү ар кандай деңгээлдеги комплекстүү мамилени жана аракеттерди талап кылат.

Иштин илимий жаңылыгы. Изилдөөнүн жыйынтыгы Кыргызстандагы зомбулук психологиясынын негизги көрүнүштөрүн аныктоого мүмкүндүк берди. Кыргызстандын аймактарында биринчи жолу зомбулуктун басымдуу түрлөрү жана типтери аныкталды. Зомбулук кырдаалында аялдардын түздөн-түз психосоматикалык реакциялары, психикалык процесстери жана абалы изилденди.Кыргыз аялдарынын арасындагы травматикалык үй-бүлөлүк кырдаалдын психологиялык-педагогикалык кесепеттеринин өзгөчөлүгү көрсөтүлдү. Өлкөнүн өзгөчөлүгүн эске алуу менен, кыргыз аялдарына карата зомбулуктун алдын алуунун өзгөчөлүктөрү бөлүп көрсөтүлдү. Кыргыз чөйрөсүнүн жана кыргыз менталитетинин өзгөчөлүктөрүн эске алуу менен, биринчи жолу үй-бүлөлүк зомбулуктун курмандыктарын реабилитациялоо боюнча атайын психологиялык-педагогикалык программа иштелип чыкты.

Изилдөөнүн практикалык мааниси. Изилдөөнүн натыйжалары үй-бүлөлүк зомбулукка кабылган аялдарга психологиялык жардам көрсөтүүнүн багыттарын жана мазмунун илимий жактан негиздөөгө мүмкүндүк берет. Аларды атайын билим берүү, психо-профилактикалык жана психокоррекциялык программаларды уюштурууда жана зомбулуктун курмандыктарына психологиялык жана социалдык жардам көрсөтүүчү уюмдар жана кризистик борборлор үчүн практикалык сунуштарды иштеп чыгууда колдонсо болот. Илимий-теориялык талдоо, практикада тастыкталган эксперименттик

маалыматтар кыргыз коомунда зомбулуктун алдын алуу боюнча психологиялык-педагогикалык программаны иштеп чыгууга негиз болот. Жүргүзүлгөн илимий-теориялык талдоолор жана практикада тастыкталып алынган тажрыйбалык маалыматтар коомдо зомбулуктун алдын алуу боюнча психологиялык-педагогикалык программаны иштеп чыгууга негиз болот.

РЕЗЮМЕ

диссертации Жолдошевой Акчач Олмасовны на тему «Семейное насилие в Кыргызстане: психологические особенности и психолого-педагогические пути его профилактики» на соискание ученой степени доктора психологических наук по специальностям 19.00.01 - общая психология, психология личности, история психологии и 19.00.07 – педагогическая психология.

Ключевые слова: личностные качества, культура, домашнее насилие, образование, психолого-педагогические условия, диагностика, коррекция, формирование, тренинг.

Объект исследования. Психологические особенности насилия в кыргызской семье.

Цель исследования. Выявить основные причины и психологические последствия насилия. Разработать эффективные практики, нацеленные на оптимальное разрешение проблем насилия и её последствия для женщин Кыргызстана. **В основе научной методологии** диссертации лежат давно утвердившиеся на практике теории социального поведения, гендерного неравенства, социального обмена и социально-психологических конфликтов, а также теории научения насилию, агрессии; влияния социальной группы, средового окружения на сознание и поведение личности.

Научная новизна работы. Результаты исследования позволили определить основные феномены психологии насилия в Кыргызстане. Впервые определены доминирующие виды и типы насилия в регионах Кыргызстана. Исследованы непосредственные психосоматические реакции, психические процессы и состояния женщин в ситуации насилия. Выделенаспецифика психолого-педагогических последствий психо-травмирующей семейной ситуации укыргызскихженщин. Выделены особенности профилактики насилия в отношении кыргызских женщин с учётом специфических особенностей страны. Впервые разработана специальная психолого-педагогическая Программа реабилитации жертв семейного насилия с учётом особенностей кыргызской среды и кыргызского менталитета.

Практическая значимость исследования. Результаты исследования позволяют научно обосновать направления и содержание психологической помощи женщинам, переживающим насилие в семье. Они могут быть использованы при организации специальных образовательных, психопрофилактических и психокоррекционных программ и разработке

практических рекомендаций для организаций, кризисных центров, оказывающих психологическую и социальную помощь жертвам насилия.

Научно-теоретический анализ и полученные экспериментальные данные, подтверждённые на практике, создают широкую основу и базу для разработки психолого-педагогической программы по профилактике насилия в кыргызстанском обществе.

Проведённое исследование будет способствовать выработке наиболее эффективных стратегий поведения участников семейного насилия.

RESUME

of the dissertation work on the theme "Domestic violence in Kyrgyzstan: Psychological characteristics and psychological and pedagogical ways of its prevention" by Zholdosheva Akchach to get the academic degree of Doctor of Psychological Sciences on the specialty 19.00.01 - general psychology, personality psychology, history of psychology 19.00.07 – pedagogical

Key words: personal qualities, culture, domestic violence, education, psychological and pedagogical conditions, diagnostics, correction, formation, training.

The object of the study is the psychological characteristics of violence in the Kyrgyz family.

Purpose of the study: to study general theoretical approaches, methodology and dominant concepts of various schools on the problems of violence. Identify the main causes and psychological consequences of violence. Develop effective practices aimed at optimally resolving the problems of violence and its consequences for women in Kyrgyzstan.

The subject of the study is the relationship between individual psychological characteristics, socio-demographic characteristics of a person participating in family violence and their connection with the strategy of coping behavior.

Scientific novelty of the work. The results of the study made it possible to determine the main phenomena of the psychology of violence in Kyrgyzstan. For the first time, the dominant types and types of violence in the regions of Kyrgyzstan have been identified. The immediate psychosomatic reactions, mental processes and states of women in situations of violence were studied. The specifics of the psychological and pedagogical consequences of a traumatic family situation among Kyrgyz women are highlighted. The long-term consequences of these experiences in the system of person-to-person relationships have been identified.

The features of preventing violence against Kyrgyz women are highlighted, taking into account the specific characteristics of the country. For the first time, a special psychological and pedagogical program for the rehabilitation of victims of domestic violence has been developed, taking into account the characteristics of the Kyrgyz environment and the Kyrgyz mentality.

Practical significance of the study: the results of the study allow us to scientifically substantiate the directions and content of psychological assistance to

women experiencing domestic violence. They can be used in organizing special educational, psychoprophylactic and psychocorrectional programs and developing practical recommendations for organizations and crisis centers providing psychological and social assistance to victims of violence.

The conducted scientific and theoretical analysis and the obtained experimental data, confirmed in practice, create the basis and basis for the development of a psychological and pedagogical program for the prevention of violence in Kyrgyz society.

The conducted research allows us to obtain a broad base for studying the basic properties and personal qualities of a person who has been subjected to family violence, and will contribute to the development of the most effective strategies for the behavior of participants in family violence.

Басууга берилди: 12.03.2024-ж.
Форматы 60х90 1/16. Көлөмү: 3 б.т.
Буюртма № 7/24. Нускасы: 100 даана
“Book-дизайн” полиграфия борбору
Кыргыз Республикасы, Ош шаары, И. Сулайманов көч. 3.