

## SOG'LOM VA ZIDDIYATLI OILALAR PSIXOLOGIK QIYOSI

Tosheva Shahnozabonu Murodullo qizi

Toshkent Kimyo xalqaro universiteti 1-bosqich magistranti shaxnozamurodullayevna@gmail.com

**Annatsiya:** Mazkur maqolada sog'lom va ziddiyatli oilalarning psixologik xususiyatlari qiyosiy tahlil qilinadi. Oilaviy muhitning bola shaxsining shakllanishiga ta'siri, emotsional barqarorlik, o'z-o'ziga ishonch va ijtimoiy moslashuv omillari ilmiy-nazariy jihatdan yoritilgan. Tadqiqot natijalari oiladagi psixologik muhit bolaning ruhiy rivojlanishida hal qiluvchi ahamiyatga ega ekanligini ko'rsatadi.

**Kalit so'zlar:** oila psixologiyasi, sog'lom oila, ziddiyatli oila, bola ruhiyati, emotsional muhit, o'z-o'ziga ishonch.

**Аннотация:** В данной статье проводится сравнительный анализ психологических особенностей здоровых и конфликтных семей. С научно-теоретической точки зрения рассматривается влияние семейной среды на формирование личности ребёнка, а также такие факторы, как эмоциональная устойчивость, уверенность в себе и социальная адаптация. Результаты исследования показывают, что психологический климат в семье играет решающую роль в психическом развитии ребёнка.

**Ключевые слова:** психология семьи, здоровая семья, конфликтная семья, психика ребёнка, эмоциональная среда, уверенность в себе.

**Abstract:** This article presents a comparative analysis of the psychological characteristics of healthy and conflict-ridden families. From a scientific and theoretical perspective, the influence of the family environment on the formation of a child's personality is examined, including factors such as emotional stability, self-confidence, and social adaptation. The findings indicate that the psychological climate within the family plays a decisive role in the child's mental development.

**Keywords:** family psychology, healthy family, conflict family, child psychology, emotional environment, self-confidence.

### KIRISH

Oila jamiyatning asosiy va barqaror ijtimoiy instituti bo'lib, unda shaxsning psixologik, emotsional hamda ijtimoiy rivojlanishining dastlabki asoslari shakllanadi. Oila muhiti bolaning dunyoqarashi, xulq-atvori va ijtimoiy munosabatlarga moslashuv jarayonida yetakchi omil sifatida namoyon bo'ladi. O'zbekistonlik psixolog olimlar tadqiqotlarida ham oilaviy munosabatlar shaxs kamolotining muhim determinantlaridan biri ekanligi alohida ta'kidlanadi [1].

Oiladagi emotsional muhit, ota-onalar o'rtasidagi munosabatlar sifati va tarbiya uslublari bolaning shaxs sifatida shakllanishiga bevosita ta'sir ko'rsatadi. Sog'lom oilalarda o'zaro hurmat, mehr va hamkorlik ustuvor bo'lib, bu holat bolada emotsional barqarorlik va ijtimoiy ishonchni shakllantiradi. Aksincha, ziddiyatli oilalarda doimiy nizolar, psixologik bosim va emotsional sovuqlik bolaning ichki dunyosida xavotir, ishonchsizlik va ijtimoiy moslashuvdagi qiyinchiliklarni yuzaga keltiradi. O'zbekistonlik tadqiqotchi M.X. Qodirov

oiladagi ziddiyatlarning bolaning emotsional holati va xulq-atvoriga salbiy ta'sirini ilmiy asosda yoritib bergan [2].

Oilaviy muhit shaxsning shakllanish jarayoniga chuqur va uzluksiz ta'sir ko'rsatadi. Ilmiy manbalarda oiladagi psixologik muhit asosan ijobiy va salbiy ko'rinishlarda tahlil qilinadi. Mehr va qo'llab-quvvatlashga asoslangan ijobiy oilaviy muhitda voyaga yetayotgan farzand o'zini qadrligi va himoyalangan deb his etadi, faol bo'ladi hamda o'z fikrini ochiq bayon etishga intiladi. Bunday sharoitda bolada o'ziga bo'lgan ishonch, yuqori o'zini baholash darajasi, emotsional barqarorlik va mustaqil qaror qabul qilish ko'nikmalari shakllanadi.

Aksincha, ziddiyatli yoki e'tiborsiz oilaviy muhitda ulg'ayayotgan bolaga yetarli darajada e'tibor va hissiy qo'llab-quvvatlash ko'rsatilmaydi. Natijada bola o'zini yolg'iz, xavotirli yoki ruhiy bosim ostida his qilishi mumkin. Ziddiyatli oilalarda doimiy kelishmovchiliklar, tanbeh va bosim ustun bo'lib, bu holat bolaning o'z fikrini erkin ifoda etishiga to'sqinlik qiladi va ichki stress holatini yuzaga keltiradi. E'tiborsiz oilaviy muhitda esa hissiy sovuqlik va befarqlik hukm surib, bu bolada tortinchoqlik, tajovuzkorlik, o'zini qadrsiz his etish hamda depressiv holatlarga moyillikni kuchaytiradi. E. Frommning fikricha, mehr va emotsional qo'llab-quvvatlashdan mahrum bo'lgan bolalar jamiyatda norozilik va tajovuzkorlik orqali namoyon bo'ladigan xulq-atvor shakllariga ko'proq moyil bo'ladilar.

Oilaviy muhitning bolaning rivojlanishiga ta'siri ko'p jihatdan ota-onaning tarbiyaviy yondashuviga ham bog'liq. D. Baumrind tomonidan ajratilgan tarbiya uslublariga ko'ra, avtoritar yondashuvda bola qat'iy qoidalarga bo'ysunadi, biroq mustaqil fikr bildirish va tashabbus ko'rsatishda qiyinchiliklarga duch keladi. Demokratik tarbiya uslubi esa mehr va nazoratning muvozanatiga asoslanib, bunday oilalarda tarbiyalangan bolalar ijtimoiy faol, mas'uliyatli va mustaqil bo'lib voyaga yetadilar. Liberal (bo'sh) tarbiya uslubida esa cheklovlarining yetishmasligi sababli bolada o'zini nazorat qilish qobiliyati sust rivojlanib, emotsional beqarorlik kuzatiladi.

Farzand shaxsining kamol topishida oilaviy muhit va ota-onaning tarbiya uslubi hal qiluvchi ahamiyatga ega. Oilada sog'lom psixologik iqlim, samimiy muloqot va emotsional qo'llab-quvvatlashning mavjudligi ijtimoiy jihatdan moslashgan, barqaror va mas'uliyatli shaxsni shakllantirishning muhim shartlaridan biridir.

Shuningdek, farzand tarbiyasida ota-onaning shaxsiy fazilatlar va pedagogik yondashuvi alohida o'rin tutadi. Ota-onaning kundalik xulqi, nutqi, munosabatlari va hayotga bo'lgan qarashlari bola uchun asosiy namuna vazifasini bajaradi. Shu sababli ota-onaning shaxsiy namunadorligi va pedagogik madaniyati bolada ijtimoiy rollar, axloqiy me'yorlar va qadriyatlar tizimining shakllanishida muhim omil hisoblanadi.

Zamonaviy psixologik tadqiqotlarda sog'lom va ziddiyatli oilalarni qiyosiy tahlil qilish bolaning shaxsiy rivojlanishida oilaviy muhitning rolini aniqlash imkonini beradi. Xususan, G'arb va MDH olimlari bilan bir qatorda, O'zbekiston psixologlari ham oilaviy nizolar bolaning agressivligi, stressga moyilligi va o'z-o'zini baholash darajasiga ta'sir ko'rsatishini qayd etadilar [3]. Bu esa mazkur muammoni milliy-madaniy kontekstda o'rganish zaruratini yuzaga keltiradi.

Bugungi globallashuv va ijtimoiy-iqtisodiy o'zgarishlar sharoitida oilaviy munosabatlarning murakkablashuvi, ajrimlar sonining ortishi va oiladagi psixologik muhitning o'zgarishi masalaning dolzarbligini yanada oshirmoqda. O'zbekiston sharoitida oilaning tarbiyaviy salohiyatini mustahkamlash va sog'lom psixologik muhitni ta'minlash jamiyat barqarorligining muhim sharti hisoblanadi [4]. Shu bois sog'lom va ziddiyatli oilalarning psixologik xususiyatlarini chuqur ilmiy tahlil qilish muhim ilmiy-amaliy ahamiyat kasb etadi.

Mazkur tadqiqot sog'lom va ziddiyatli oilalarning psixologik jihatlarini qiyosiy o'rganishga, oilaviy munosabatlarning bolaning emotsional va shaxsiy rivojlanishiga ta'sirini aniqlashga qaratilgan bo'lib, uning natijalari oilaviy psixologiya amaliyotida, tarbiyaviy ishlarni takomillashtirishda va psixoprofilaktika choralarini ishlab chiqishda muhim ahamiyatga ega.

Sog'lom oilaning psixologik xususiyatlari. Sog'lom oila shaxsning barkamol rivojlanishi uchun zarur bo'lgan ijobiy psixologik muhitni ta'minlovchi ijtimoiy tizim hisoblanadi. Bunday oilalarda o'zaro hurmat, ishonch va emotsional qo'llab-quvvatlash yetakchi qadriyatlar sifatida namoyon bo'ladi. Psixologik tadqiqotlarda sog'lom oilaviy muhit bolaning emotsional xavfsizligini ta'minlovchi muhim omil sifatida e'tirof etiladi [4].

Sog'lom oilalarda muloqot ochiq va samarali bo'lib, oila a'zolari o'z fikr va hissiyotlarini erkin ifoda etish imkoniga ega bo'ladilar. Muammolar zo'ravonlik yoki bosim orqali emas, balki kelishuv va o'zaro tushunish asosida hal etiladi. Ota-onalar bolaning individual xususiyatlarini inobatga olib, uning fikriga hurmat bilan yondashadilar. Bu holat bolada mustaqil fikrlash, mas'uliyat va ijtimoiy faollikni rivojlantiradi [5].

Shuningdek, sog'lom oilalarda bolaga nisbatan mehr va emotsional yaqinlik ustuvor bo'lib, bu bolaning o'z-o'zini anglash jarayoniga ijobiy ta'sir ko'rsatadi. Natijada bunday muhitda voyaga yetayotgan bolalarda ijobiy "Men" obrazi, o'z-o'ziga ishonch va emotsional barqarorlik shakllanadi. O'zbekistonlik olim E.G'.G'ozievning ta'kidlashicha, oiladagi ijobiy psixologik muhit bolaning shaxsiy va ijtimoiy yetukligining muhim sharti hisoblanadi [6].

Ziddiyatli oilaning psixologik xususiyatlari. Ziddiyatli oilalar doimiy nizolar, keskin munosabatlar va emotsional beqarorlik bilan tavsiflanadi. Bunday oilalarda ota-onalar o'rtasida tez-tez kelishmovchiliklar yuzaga kelib, bu holat bolaning ruhiy holatiga salbiy ta'sir ko'rsatadi. Psixologik adabiyotlarda oilaviy ziddiyatlar bolaning emotsional holatini izdan chiqaruvchi asosiy omillardan biri sifatida ko'rsatiladi.

Ziddiyatli oilalarda tanqid, jazolash va bosim ko'proq uchrab, bolaga nisbatan befarqlik yoki haddan tashqari qattiqqo'llik kuzatiladi. Bunday muhitda bolaning emotsional ehtiyojlari ko'pincha e'tiborsiz qoladi, bu esa unda xavotir, qo'rquv va o'z-o'ziga ishonchsizlik hissining kuchayishiga olib keladi. M.X. Qodirov tadqiqotlarida oiladagi nizolar bolaning xulq-atvori va emotsional barqarorligiga salbiy ta'sir ko'rsatishi ilmiy asosda isbotlangan.

Uzoq davom etuvchi oilaviy ziddiyatlar bolalarda agressivlik, ijtimoiy chekinish yoki moslashuv qiyinchiliklarini yuzaga keltirishi mumkin. Natijada bola o'zini oilada himoyalanganmagan va qadrsiz his eta boshlaydi, bu esa uning shaxsiy rivojlanish jarayonini murakkablashtiradi.

Sog'lom va ziddiyatli oilalar psixologik qiyosi

Sog'lom va ziddiyatli oilalarning qiyosiy tahlili shuni ko'rsatadiki, sog'lom oilalarda emotsional xavfsizlik va psixologik barqarorlik ta'minlanadi, ziddiyatli oilalarda esa psixologik bosim va beqarorlik ustunlik qiladi. Sog'lom oilada bola o'zini qadrlangan va qabul qilingan shaxs sifatida his qilsa, ziddiyatli oilada u ko'pincha o'zini aybdor yoki keraksiz deb qabul qiladi.

Mazkur farqlar bolaning ijtimoiy moslashuvi, o'z-o'zini baholashi va kelajakdagi shaxslararo munosabatlariga bevosita ta'sir ko'rsatadi. Tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, sog'lom oilalarda tarbiyalangan bolalar ijtimoiy jihatdan faol, stressga chidamli va muloqotga ochiq bo'ladi, ziddiyatli oilalarda voyaga yetgan bolalarda esa psixologik muammolarga moyillik yuqori bo'ladi.

Xulosa:

Xulosa qilib aytganda, oila muhiti bolaning psixologik rivojlanishida hal qiluvchi va uzluksiz ta'sir ko'rsatuvchi omil sifatida namoyon bo'ladi.

Oiladagi munosabatlar tizimi, emotsional muhit va tarbiya uslublari bolaning shaxs sifatida shakllanishi, o'z-o'zini anglash jarayoni hamda ijtimoiy muhitga moslashuvida muhim rol o'ynaydi. Tadqiqot natijalari shuni ko'rsatadiki, sog'lom oilaviy muhit bolada o'ziga ishonch, emotsional barqarorlik, ijobiy "Men" obrazi va ijtimoiy faollikning shakllanishiga xizmat qiladi.

Sog'lom oilalarda hukm suruvchi o'zaro hurmat, ishonch va emotsional qo'llab-quvvatlash bolaning psixologik xavfsizligini ta'minlab, unda mustaqil fikrlash, mas'uliyat va konstruktiv muloqot ko'nikmalarini rivojlantiradi.

Aksincha, ziddiyatli oilalarda doimiy nizolar, emotsional beqarorlik va psixologik bosim bolaning ruhiy holatiga salbiy ta'sir ko'rsatib, xavotir, qo'rquv, o'z-o'ziga ishonchsizlik hamda xulq-atvor buzilishlarining yuzaga kelishiga sabab bo'lishi mumkin. Bunday holatlar bolaning ijtimoiy moslashuvi va kelajakdagi shaxslararo munosabatlarida jiddiy qiyinchiliklarni keltirib chiqaradi.

Shu bois oilaviy munosabatlarni sog'lomlashtirish, ota-onalarda psixologik bilim va ko'nikmalarni shakllantirish hamda oilaviy ziddiyatlarning oldini olish jamiyat taraqqiyoti va sog'lom avlodni voyaga yetkazishning muhim ijtimoiy-psixologik sharti hisoblanadi. Oilaviy muhitni mustahkamlashga qaratilgan profilaktik va psixologik tadbirlar nafaqat alohida oilaning farovonligini, balki jamiyatning umumiy psixologik salomatligini ta'minlashga xizmat qiladi.

#### TAVSIYALAR

Ota-onalarda muloqot madaniyati, emotsional savodxonlik va empatiya ko'nikmalarini rivojlantirish;

Oilada yuzaga keladigan nizolarni konstruktiv va zo'ravonliksiz hal etish mexanizmlarini shakllantirish;

Bolalarning emotsional ehtiyojlari, individual xususiyatlari va psixologik holatlarini inobatga olgan holda tarbiya jarayonini tashkil etish;

Oilaviy ziddiyatlar chuqurlashgan hollarda malakali oilaviy psixolog yoki mutaxassis maslahatidan foydalanishni yo'lga qo'yish;

Ta'lim muassasalari va mahalla tizimida oilaviy psixologiya bo'yicha profilaktik trening va seminarlarni tashkil etish.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR:

1. Ergash.G'. Umumiy psixologiya. — Toshkent: O'qituvchi, 2014.
2. Muxamedova N.A. Oilada sog'lom psixologik muhitni shakllantirish masalalari. O'zbekiston psixologiya jurnali, 2020, №2, 45–52-betlar.
3. Qodirova.M.X. Oila psixologiyasi. — Toshkent: Fan va texnologiya, 2018.
4. Эйдемиллер Э.Г., Юстицкий В.В. Психология и психотерапия семьи. — СПб.: Питер, 2015
5. Давлетшин М.Г. Yosh va pedagogik psixologiya. — Toshkent: O'qituvchi, 2016.
6. Bowlby J. Attachment and Loss. — New York: Basic Books, 1988.
7. Minuchin S. Families and Family Therapy. — Harvard University Press, 1974.
8. Fromm E. The Art of Loving. — New York: Harper & Row, 1956.