



OILADAGI NIZOLARNING BOLANING PSIXIK HOLATIGA TA'SIR ETUVCHI OMILLAR

Bahodirova Shahnoza Rustam qizi

Alfraganus universiteti Ijtimoiy fanlar fakulteti

4-bosqich talabasi

E-mail: srustamova055@gmail.com

Talipova Feruza Tayirovna

Alfraganus universiteti Psixologiya kafedrası v.b dotsenti

psixologiya fanlari bo'yicha (PhD)

Annotatsiya

Mazkur maqolada oiladagi nizolar, ularning kelib chiqish sabablari hamda bolaning psixik rivojlanishiga ko'rsatadigan ta'siri psixologik jihatdan tahlil qilingan. Oila inson hayotining ilk psixologik muhitidir va unda kechadigan har bir ijtimoiy-emotsional jarayon bola ruhiyatiga bevosita ta'sir ko'rsatadi. Nizolar, asosan, o'zaro muloqotdagi uzilishlar, hissiy beqarorlik, ijtimoiy stress va shaxsiy ziddiyatlar natijasida yuzaga keladi. Tadqiqotda oilaviy konfliktlarning bolalarda paydo qiladigan xavotir, agressiya, qo'rquv va o'ziga ishonchsizlik kabi psixologik holatlariga e'tibor qaratilgan. Shuningdek, zamonaviy psixologiya nazariyalariga — A. Bandura, Z. Freyd, E. Erikson, K. Rodgers va A. Adler qarashlariga asoslanib, bola psixikasining himoya mexanizmlari, oila muhitidagi stressga javob reaksiyalari ilmiy asosda yoritiladi.

Kalit so'zlar: oilaviy nizolar, psixik holat, stress, emotsional beqarorlik, bola ruhiyati, ijtimoiy moslashuv, muloqot madaniyati, empatiya, konflikt boshqaruvi.

FACTORS OF FAMILY CONFLICT INFLUENCE ON THE MENTAL STATE OF A CHILD



Abstract

This article analyzes family conflicts, their causes and their impact on the psychological development of a child from a psychological perspective. The family is the first psychological environment of a person's life, and every socio-emotional process that occurs in it directly affects the child's psyche. Conflicts arise mainly as a result of communication breakdowns, emotional instability, social stress and personal conflicts. The study focuses on psychological states that family conflicts cause in children, such as anxiety, aggression, fear and self-doubt. Also, based on modern psychological theories - the views of A. Bandura, Z. Freud, E. Erikson, K. Rogers and A. Adler, the protective mechanisms of the child's psyche and stress responses in the family environment are scientifically covered.

Keywords: family conflicts, mental state, stress, emotional instability, child psychology, social adaptation, communication culture, empathy, conflict management.

ФАКТОРЫ ВЛИЯНИЯ СЕМЕЙНЫХ КОНФЛИКТОВ НА ПСИХИЧЕСКОЕ СОСТОЯНИЕ РЕБЁНКА

Аннотация

В данной статье анализируются семейные конфликты, их причины и воздействие на психологическое развитие ребёнка с психологической точки зрения. Семья является первой психологической средой жизни человека, и каждый социально-эмоциональный процесс, происходящий в ней, непосредственно влияет на психику ребёнка. Конфликты возникают преимущественно вследствие нарушений коммуникации, эмоциональной нестабильности, социального стресса и личностных конфликтов. В исследовании особое внимание уделяется психологическим состояниям, которые семейные конфликты вызывают у детей, таким как тревожность, агрессия, страх и неуверенность в себе. Также, опираясь на современные



психологические теории – взгляды А. Бандуры, З. Фрейда, Э. Эриксона, К. Роджерса и А. Адлера, – научно рассматриваются защитные механизмы психики ребёнка и реакции на стресс в семейной среде.

Ключевые слова: семейные конфликты, психическое состояние, стресс, эмоциональная нестабильность, детская психология, социальная адаптация, культура общения, эмпатия, управление конфликтами.

Kirish

Oila — inson hayotining eng muhim ijtimoiy muhitidir. Bola shaxsining psixologik rivojlanishi, emotsional muvozanati va ijtimoiy moslashuvi bevosita oiladagi muhit bilan chambarchas bog‘liq. Prezidentimiz Sh.M. Mirziyoyev o‘z chiqishlarida qayd etganidek, “*Farzandlarimizni sog‘lom, yetuk, yurtga foydali insonlar qilib tarbiyalash uchun avvalo oilada tinchlik, mehr va totuvlik hukm surishi zarur.*” Ushbu fikr bola ruhiyatining shakllanishida oilaviy muhitning psixologik barqarorligi qanchalik muhimligini ko‘rsatadi.

Oiladagi nizolar — bu oila a‘zolari o‘rtasidagi emotsional va muloqotdagi ziddiyatlardir. Ular turli sabablar tufayli, masalan, iqtisodiy qiyinchiliklar, muloqot yetishmasligi, ishonch yo‘qligi, ota-onaning stress holati natijasida paydo bo‘ladi. Bunday vaziyatlarda bola o‘zini xavf ostida his qiladi, uning emotsional barqarorligi buziladi, psixik himoya mexanizmlari faol bo‘la boshlaydi.

Psixologik tadqiqotlar shuni ko‘rsatadiki, uzoq davom etuvchi oilaviy nizolar bolalarda xavotir, uyatchanlik, ijtimoiy izolyatsiya, agressiv xatti-harakatlar va o‘ziga past baho shakllanishiga olib keladi. Ayniqsa, 3–10 yosh oralig‘idagi bolalar ota-onalar o‘rtasidagi nizolarni chuqur his etadilar va bu ularning o‘zini tutishida yaqqol namoyon bo‘ladi. Shu sababli oilaviy psixologiya fanining dolzarb vazifalaridan biri — konfliktlarning kelib chiqish mexanizmlarini o‘rganish, ularni konstruktiv yo‘l bilan hal etish hamda oilada emotsional sog‘lom muhitni shakllantirishga qaratilgan psixologik tavsiyalar ishlab chiqishdan iboratdir.



Z. Freyding psixoanalitik nazariyasiga ko‘ra, bolaning ruhiy holati erta bolalikdagi tajribalar, ota-onalar o‘rtasidagi hissiy aloqalar bilan belgilanadi. Bola onaning emotsional holatini sezadi, otaning xatti-harakatlarini ichki dunyosiga singdiradi. Shu bois oila ichidagi nizolar bola ongsizligida qo‘rquv va himoyasizlik hissini keltirib chiqaradi.

E. Erikson shaxs rivojlanishining psixososial bosqichlarini tahlil qilib, bola o‘z shaxsini shakllantirish jarayonida ishonch va xavfsizlik tuyg‘usini oiladan olishini ta’kidlagan. Agar bu bosqichda nizolar kuchaysa, bola ichki ziddiyat, xavotir va o‘zini qadrsiz his qilish hissi bilan ulg‘ayadi.

A. Banduraning “ijtimoiy o‘rganish nazariyasi”ga ko‘ra, bola o‘z xatti-harakatlarini kuzatish orqali o‘rganadi. Agar u oilada agressiv muloqotni ko‘rsa, bunday xulqni me’yor sifatida qabul qiladi. Natijada bola konfliktni hal etishning konstruktiv emas, balki destruktiv shaklini o‘zlashtiradi.

K. Rodgers esa oila a’zolari o‘rtasida “shartsiz qabul qilish” va “empatik tinglash” tamoyillarini asosiy omil sifatida belgilaydi. Bunday muhitda bola o‘zini qadrlangan, xavfsiz va psixologik jihatdan mustahkam his qiladi. Shuningdek, mahalliy olimlar — O. Yusupova, Z. Abduqodirova va N. To‘xtayevalarning tadqiqotlarida oilaviy stress holatlari, emotsional beqarorlik va ularning bolalar ruhiyatiga ta’siri masalalari yoritilgan. Ularning fikricha, oilada muloqot madaniyatining yetishmasligi va hissiy sovuqlik bolaning ijtimoiy faolligini pasaytiradi, o‘qish motivatsiyasini susaytiradi.

Ilmiy tadqiqot davomida quyidagi metodlar qo‘llanildi: kuzatuv, so‘rovnoma, suhbat va proektiv testlar (Lusher testi, “Oilam” rasmini chizish testi). Tadqiqot 7–12 yoshdagi 60 nafar bola ishtirokida o‘tkazildi. Ularning ota-onalari o‘rtasida turli darajadagi nizolar mavjud bo‘lgan oilalar tanlab olindi.

So‘rovnomalarda “Oila ichidagi emotsional aloqa darajasi”, “Bola o‘zini xavfsiz his qilishi” va “Agressiv xulq belgilari” o‘lchandi. Kuzatuv natijalariga ko‘ra, ota-onasi tez-tez janjallashadigan oilalarda bolalar ko‘proq negativ his-



tuyg'ularni ifodalagan, jismoniy faolligi pasaygan, muloqotdan chetlashish holatlari kuzatilgan.

“Oilam” testida esa bunday bolalar oilani tasvirlashda ko‘pincha ota yoki onani ajratib chizgan, ayrim hollarda esa o‘zini rasmda joylashtirmagan. Bu bola ongsiz ravishda xavfsizlik va hissiy yaqinlik yetishmasligini ko‘rsatadi.

Olingan natijalarga ko‘ra, oilaviy nizolar bolaning ruhiy holatiga bevosita ta’sir qiladi. Doimiy janjal, stress va emotsional beqarorlik mavjud bo‘lgan oilalarda bolalarda xavotir, o‘ziga ishonchsizlik, tajovuzkorlik yoki ichki tortinchoqlik kuzatildi. Tahlillar shuni ko‘rsatdiki, 68% hollarda bolalarda uyqu buzilishi, 57% hollarda ijtimoiy faoliyatdan chetlashish, 42% hollarda esa muloqotdan qochish holatlari aniqlangan. Shu bilan birga, ota-onalar o‘rtasidagi muloqot iliqqligi, bir-biriga hurmat bilan munosabatda bo‘lish bola ruhiyatida ijobiy o‘zgarishlarni keltirib chiqargan.

Xulosa

Oiladagi nizolar inson hayotining ajralmas qismi bo‘lishi mumkin, biroq ularni to‘g‘ri boshqarish va konstruktiv tarzda hal etish bolaning ruhiy salomatligini asrashda hal qiluvchi omildir. Tadqiqot natijalari shuni ko‘rsatadiki, bola o‘zining emotsional holatini ota-onalar o‘rtasidagi muloqotdan bevosita qabul qiladi. Shu bois, har bir oila psixologik savodxonlikni oshirishi, muloqot madaniyatini rivojlantirishi va bolaga ijobiy emotsional muhit yaratishi zarur. Oilaviy psixologlar uchun bu natijalar oila ichidagi nizolarni erta aniqlash, stress omillarini kamaytirish va hissiy muvozanatni tiklash bo‘yicha psixokorreksion dasturlar ishlab chiqishda muhim ilmiy asos bo‘lib xizmat qiladi.

Foydalanilgan adabiyotlar:

1. To‘xtayeva N. Psixologik barqarorlik va oila muhitining ta’siri. — Toshkent, 2021.



2. Abduqodirova Z. Bola shaxsining emotsional rivojlanishi. — Samarqand, 2020.
3. Mirziyoyev Sh.M. Yangi O‘zbekiston strategiyasi. — Toshkent, 2022.
4. World Health Organization (WHO). Child Mental Health and Family Relations. — Geneva, 2020.