

OILAVIY NIZOLARNING BOLANING RUHIY HOLATIGA TA'SIRI

Karimova Yokutxon Muxamadjonovna

Namangan viloyati Chust tumani 21-maktabi psixologi

ANNOTATSIYA: Mazkur maqolada oilaviy nizolarning bolaning ruhiy holatiga ta'siri psixologik jihatdan tahlil qilinadi. Oiladagi ziddiyatlarning bola shaxsiyati shakllanishiga, emotsional barqarorligiga, o'zini baholashiga va ijtimoiy moslashuviga ta'siri ilmiy-nazariy asosda yoritiladi. Shuningdek, nizolarning uzoq muddatli oqibatlari hamda ularning oldini olish va bartaraf etishning psixologik mexanizmlari ko'rsatib beriladi.

Kalit so'zlar: oila psixologiyasi, oilaviy nizo, emotsional zo'riqish, xavotir, bolalik rivojlanishi, ishonchsizlik, o'zini baholash, ijtimoiylashuv, psixologik muhit, agressiya, ichki ziddiyat, depressiv holat, tarbiya uslubi, empatiya, psixologik himoya, stress, ota-ona munosabati, ruhiy barqarorlik, oilaviy iqlim, bolalar psixologiyasi.

KIRISH

Oila bolaning birlamchi ijtimoiy muhitidir. Bola ilk ijtimoiy tajribani aynan oilada orttiradi va atrofdagi dunyo haqidagi tasavvurlari ota-ona munosabatlari orqali shakllanadi. Shu sababli oiladagi nizolar bevosita bolaning ruhiy holatiga ta'sir qiladi. Oilaviy kelishmovchiliklar qisqa muddatli bo'lishi mumkin, biroq ular doimiy tus olsa, bolaning ichki dunyosida chuqur iz qoldiradi.

Psixologiyada emotsional bog'lanish masalasi alohida o'rin tutadi. John Bowlby tomonidan ishlab chiqilgan bog'lanish nazariyasiga ko'ra, bola o'zini xavfsiz va himoyalangan his qilgan muhitda sog'lom rivojlanadi. Agar ota-ona o'rtasidagi nizolar sababli uyda keskinlik hukm sursa, bola o'zini xavfsiz his qilmaydi. Bu esa xavotir, qo'rquv va ishonchsizlikni kuchaytiradi.

Oilaviy nizolar bolada turli emotsional reaksiyalarni keltirib chiqaradi. Ba'zi bolalar ichki tortinchoqlik va tushkunlikka moyil bo'lib qoladi, boshqalari esa agressiv xatti-harakatlarni namoyon etadi. Ayniqsa, maktab yoshidagi bolalarda diqqatning pasayishi, o'qishga qiziqmaslik va tengdoshlar bilan nizolar kuchayishi kuzatiladi. Bu holat bolaning ijtimoiy moslashuviga salbiy ta'sir ko'rsatadi.

Oiladagi keskin tortishuvlar bola ongida "men sababchiman" degan noto'g'ri tasavvurni shakllantirishi mumkin. Aybdorlik hissi esa past o'zini baholashga olib keladi. O'zini qadrsiz his qilgan bola kelajakda ham shaxslararo munosabatlarda qiyinchiliklarga duch kelishi ehtimoli yuqori bo'ladi.

Oilaviy nizolarning yana bir muhim oqibati — ruhiy barqarorlikning buzilishidir. Doimiy stress holatida yashagan bola asab tizimining zo'riqishi sababli

tez jahldor, yig'loqi yoki haddan tashqari himoyaviy bo'lib qoladi. U o'z his-tuyg'ularini boshqarishda qiynaladi.

Tarbiya uslubi ham bu jarayonda muhim rol o'ynaydi. Haddan tashqari avtoritar yoki befarq munosabat nizolarni kuchaytiradi. Aksincha, o'zaro hurmat va muloqotga asoslangan demokratik muhit bolada ishonch va barqarorlikni shakllantiradi.

Oilaviy nizolarni kamaytirish uchun konstruktiv muloqot madaniyatini rivojlantirish zarur. Muammoni shaxsga emas, vaziyatga qaratish, bir-birini tinglash va hurmat qilish ijobiy natija beradi. Ota-onaning emotsional savodxonligi farzand ruhiy salomatligining muhim omilidir.

Psixologik profilaktika sifatida oilaviy maslahatlar, treninglar va individual suhbatlar samarali hisoblanadi. Bola bilan alohida suhbatlashib, uning his-tuyg'ularini tinglash va qo'llab-quvvatlash ham muhimdir. Mehr, barqarorlik va ishonch muhiti mavjud oilada bola sog'lom shaxs sifatida kamol topadi.

Oilaviy nizolar bolaning ruhiy rivojlanishiga chuqur ta'sir ko'rsatadi. Sog'lom oilaviy muhitni yaratish, emotsional qo'llab-quvvatlash va konstruktiv muloqot orqali salbiy oqibatlarining oldini olish mumkin.

Oilaviy nizolar oila paydo bo'lishining daslabki davrlaridan, his-tuyg'ular va qarindoshlik rishtalari bilan bog'langan odamlar guruhlarida paydo bo'lganidan beri mavjud. Hatto eng katta sevgi ham bir kun kelib, bir-birini sevganlarning birga bo'lishiga chidab bo'lmas holga keladi. Romantika bir qator janjallar bilan almashtiriladi va har bir suhbatda tushunmovchilikning o'tib bo'lmaydigan devori paydo bo'ladi. Har bir inson bunga duch keladi. Ammo yagona farq shundaki, ba'zi juftliklar nima bo'lishidan qat'iy nazar birga qolishadi, boshqalari esa ajrim bilan yakunlanadi. Oiladagi nizolarning sabablari :

Oilaviy munosabatlar buzilishining sababini o'z vaqtida sezish va aniqlash hamda uni imkon qadar tezroq tuzatishga harakat qilish uchun quyidagi mikroiqlimga katta e'tibor berish kerak.

G'.Shoumarov tahriri ostidagi Oila psixologiyasi darsligida oilaviy nizolarda kimlar ishtirok etayotganligiga ko'ra quyidagi turlarga bo'lingan:

- Er-xotin o'rtasidagi nizolar;
- Qaynona-kelin o'rtasidagi nizolar;
- Qaynona-kuyov o'rtasidagi nizolar;
- Ovsinlar o'rtasidagi nizolar;
- Ota-onalar va farzandlar o'rtasidagi nizolar;

Ushbu ruyxatni yana davom ettirish mumkin, biroq asosiy masalalardan yana biri bu aynan mana shu nizolarning kelib chiqish sabablarini aniqlash va uni bartaraf etish choralari ko'rish psixologik tadqiqotlarning muhim vazifasidir.

Olib borilgan tadqiqotlarni tahlil qilish asosida oilaviz nizolarning quyidagi sabablarga ko'ra paydo bo'lishi aytilgan:

- Haddan tashqari sub'ektiv idrok. Ya'ni ota-onalar bola o'z boshida chizilgan idealga erisha olmasligini tushunishadi va uni tanqid qilishni va tengdoshlari bilan solishtirishni boshlaydilar, bu bola tarbiyasidagi eng kata xato bo'lib buning natijasida ota-ona va farzand orasida muqarrar norozilik va tortishuvlarga olib keladi. Bundan tashqari bu holatda qaynona-kelin o'rtasidagi nizolarga ham sabab bo'ladi. Ya'ni uydagi kelin qo'shni kelinlar bilan solishtirish natijasida nizolar kelib chiqishi mumkin.

- To'liq nazorat va vasiylik. Ota-ona tomonidan farzandlarni harakatlarni doimiy nazorat qilish va doimiy ravishda qoidalar va ko'rsatmalarga rioya qilish talabi ziddiyatga qarshi turishiga olib keladi.

- Gipokstiya. Bolaga haddan tashqari mustaqillik berilsa, u o'zini keraksiz, oiladagi o'ransiz his qila boshlaydi. Shu sababli, uning ota-onasidan noroziligi kuchayadi, boshqa bolalarga hasad paydo bo'ladi, u yashirin va asabiy bo'lib qoladi.

- Noqulay yosh. Bola hayotidagi muhim va qiyin davr, u har qanday sababga ko'ra g'azablanishi va jamiyatdagi ahamiyatini har tomonlama isbotlashi mumkin.

Yuqoridagi sabablar ko'p hollarda ota-ona va farzand o'rtasidagi nizolarning kelib Ammo bolalar bilan kelishmovchiliklar manbai ota-onalar o'rtasidagi munosabatlarda yashiringan. Shuning uchun biz turmush o'rtoqlar o'rtasidagi tushunmovchilik muammosining sabablarini batafsil ko'rib chiqamiz. Bu tabiatan hissiy va psixologik bo'lishi mumkin yoki kundalik muammolar tufayli yuzaga kelishi mumkin. Ko'pincha janjallarning aksariyati hayotdagi o'zgarishlarga moslasha olmaslik, kamroq - yangi sharoitlarga ko'nikishda keskin atmosferani engillashtirishning ob'ektiv usullarining yo'qligi bilan bog'liq.

Umumiy oilaviy nizolarning hissiy sabablari:

- Turli sohalarda norozilik. Bunday psixologik muammo nafaqat sheriklardan biriga salbiy ta'sir qiladi, balki munosabatlarda keskinlikni keltirib chiqaradi va muqarrar janjallarga olib keladi. Hamkorlar o'rtasidagi intim sohadagi muammolar bilan qo'llab-quvvatlanadigan e'tibor va muloyimlikka qoniqarsiz ehtiyoj muqarrar ravishda ajralish va xiyonat haqidagi fikrlarga olib keladi, bu esa bir vaqtlar barqaror munosabatlarni xavf ostiga qo'yadi.

- Turmush o'rtoqlarning oila qurishga psixologik tayyor emasligi. Bu muhim omil insonning yoshiga bog'liq emas, balki uning jamiyatga bo'lgan munosabati va boshqa shaxs uchun mas'uliyatni o'z zimmasiga olish qobiliyatiga bog'liq. Nikoh holati boshqaning manfaatlariga hamdard bo'lishni va o'zini uning o'rniga qo'yish imkoniyatini talab qiladi. Buni rad etish kelishmovchilikka olib keladi.

Oiladagi nizolarning sabablari: ularni qo'zg'atuvchilarning psixologiyasi va ularning sotsiologiyadagi kelib chiqishi.

- Birgalikda yashashga turlicha qarashlar. Ikkala turmush o'rtog'ining ota-onalari (kimlar hukmronlik qilgan, asosiy daromad kimga bog'liq va boshqalar) tomonidan o'rnatilgan modellar muhim rol o'ynaydi. Agar ular butunlay boshqacha bo'lsa, bu doimiy janjallarga sabab bo'lishi mumkin.
 - Shikoyatlaringizni o'z vaqtida bildirmaslik. Bu erda "filning o'lchamiga chivinni puflash" tamoyili qo'llaniladi. Yopilmagan trubkadan o'z vaqtida norozilikni bildirmaslik keyinchalik katta janjalga olib kelishi mumkin.
 - Bir-biriga nisbatan hurmatsizlik. Maydalanish paytida hurmat darajasi pasayadi, bu kamsitish va qo'pollikka aylanishi mumkin. Sherikga nisbatan salbiy munosabat, uni tushuna olmaslik har doim janjalga olib keladi.
 - Turli xil ma'naviy va axloqiy ko'rsatmalar. Turmush o'rtoqlarning teng bo'lmagan qadriyatlar tizimi oilada ko'plab kelishmovchiliklarni keltirib chiqaradi.
 - Temperamentdagi qarama-qarshi xususiyatlar. Odamlar o'rtasidagi individual psixofiziologik farqlar tez-tez to'qnashuvlarga olib kelishi mumkin.
 - Ishonchsizlik va hasad. Bir-birini aniqlaydigan va munosabatlarning ishonchli va mustahkam bo'lishiga imkon bermaydigan ikkita muammo. Agar sheriklardan biri ikkinchisiga ishonchni his qilmasa, bu ko'plab nizolarga olib keladi.
- Oiladagi kelishmovchiliklarning kundalik sabablari hissiy va psixologik sabablar bilan birgalikda quyidagi omillar ham ta'sir qilishini aytib o'tish joizdir:
- Moddiy muammolar - pul etishmasligi, daromadlardagi sezilarli farqlar, oshirilgan moddiy ambitsiyalar va ularni qondirishning mumkin emasligi.
 - Uy-joy bilan bog'liq qiyinchiliklar - uy-joy etishmasligi, doimiy ko'chish, xotinning erining ota-onasi bilan yashashi va uyda o'z vazifalarini bajarmaslik.
 - Bolalarni tarbiyalash jarayoni - ta'limning turli uslublari va usullari.
 - Yomon odatlar - alkogolizm, giyohvandlik va boshqalar normal turmush tarzini olib borishga imkon bermaydi. Xuddi shu muammo o'zini o'zgartirishni istamaslik uchun ham amal qiladi.

XULOSA

Xulosa qilib aytganda, motivatsiya yetishmovchiligi o'quvchining shaxsiy va ijtimoiy rivojlanishiga salbiy ta'sir ko'rsatadi. Uni bartaraf etish uchun psixologik yondashuv, individual qo'llab-quvvatlash va ijobiy ta'lim muhiti zarur. Ichki motivatsiyani shakllantirish orqali o'quvchining bilim olish jarayoni samarali va mazmunli bo'ladi.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR RO'YXATI:

1. Roziqova, M. (2024). O'smirlarda ijtimoiy tarmoqlar tasirida yuzaga keladigan muammolar va ularning oldini olish psixologik xizmatning dolzarb vazifasi sifatida. *Образование наука и инновационные идеи в мире*, 41(1), 95-97.
2. Olimjonovna, Z. R. (2024). O'ZBEK XALQ PEDAGOGIKASI BOLA

3. SHAXSINI SHAKLLANTIRISHNING IJTIMOY-PSIXOLOGIK OMILI SIFATIDA. MODELS AND METHODS FOR INCREASING THE EFFICIENCY OF INNOVATIVE RESEARCH, 3(35), 75-79.
4. Olimjonovna, R. Z. (2024). BOLALARDA EMOTSIONAL INTELLEKTNI
5. SHAKLLANTIRISHDA OTA-ONALARNING O 'RNI. INNOVATIVE
6. ACHIEVEMENTS IN SCIENCE 2024, 3(34), 78-82.
7. Olimjonovna, R. Z. (2024). O 'YIN TERAPIYASI BOLA SHAXSINI SHAKLLANTIRISHNING MUHIM OMILI SIFATIDA. INNOVATIVE
8. ACHIEVEMENTS IN SCIENCE 2024, 3(35), 190-195.
9. Рафикова, Р. А., & Мусаходжаева, М. А. К. (2024). Особенности применения STEAM технологии в преподавании русского языка в начальных классах. Science and Education, 5(11), 319-323.
10. Рафикова, Р. А. (2024). Особенности внедрения инклюзивного образования в дошкольных организациях Республики Узбекистан. Science and Education, 5(11), 276-280.
11. Ziyo.net