

OILADAGI MUNOSABATLAR VA UNING PSIXOLOGIK XUSUSIYATLARI

Bahodirova Shahnoza Rustam qizi

Alfraganus universiteti Ijtimoiy fanlar fakulteti

4-bosqich talabasi

E-mail: srustamova055@gmail.com

Talipova Feruza Tayirovna

Alfraganus universiteti Psixologiya kafedrasi v.b dotsenti

psixologiya fanlari bo'yicha (PhD)

Annotatsiya

Ushbu maqola oiladagi munosabatlarning psixologik mohiyati, ularning shaxs rivojlanishiga ta'siri va oila a'zolari o'rtasidagi hissiy aloqa mexanizmlarini tahlil qiladi. Oila jamiyatning ijtimoiy-psixologik asosini tashkil etuvchi muhim institut bo'lib, undagi munosabatlar shaxsning emotsional barqarorligi, kommunikativ madaniyati va ijtimoiy moslashuv darajasini belgilaydi. Tadqiqotda oila tizimi nazariyasi, kommunikativ yondashuv, ijobiy psixologiya va shaxslararo muloqot modellari asosida oilaviy muhitning psixologik xususiyatlari o'rganilgan. Ayniqsa, ota-ona va farzand o'rtasidagi emotsional aloqa, muloqot madaniyati, empatiya, ishonch va qo'llab-quvvatlash omillarining ahamiyati yoritilgan.

Kalit so'zlar: oila psixologiyasi, munosabatlar, emotsional aloqa, ijtimoiy muhit, konflikt, empatiya, shaxs rivojlanishi, ishonch, muloqot madaniyati.

RELATIONSHIPS IN THE FAMILY AND THEIR PSYCHOLOGICAL FEATURES

Abstract

This article analyzes the psychological essence of relationships in the family, their impact on personality development, and the mechanisms of emotional communication between family members. The family is an important institution that forms the socio-psychological basis of society, and relationships in it determine the emotional stability, communicative culture, and level of social adaptation of the individual. The study studied the psychological characteristics of the family environment based on family system theory, communicative approach, positive psychology, and interpersonal communication models. In particular, the importance of emotional communication between parents and children, communication culture, empathy, trust, and support factors is highlighted.

Keywords: family psychology, relationships, emotional communication, social environment, conflict, empathy, personality development, trust, communication culture.

СЕМЕЙНЫЕ ОТНОШЕНИЯ И ИХ ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ

Аннотация

В статье анализируется психологическая сущность семейных отношений, их влияние на развитие личности и механизмы эмоционального общения между членами семьи. Семья является важным институтом, формирующим социально-психологическую основу общества, а отношения в ней определяют эмоциональную устойчивость, культуру общения и уровень социальной адаптации личности. В исследовании рассматриваются психологические особенности семейной среды на основе системной теории семьи, коммуникативного подхода, позитивной психологии и моделей межличностного общения. В частности, подчеркивается важность эмоционального общения родителей и детей, культуры общения, эмпатии, доверия и факторов поддержки.

Ключевые слова: семейная психология, отношения, эмоциональное общение, социальная среда, конфликт, эмпатия, развитие личности, доверие, культура общения.

Kirish

Oila — inson hayotining psixologik tayanchi, shaxs kamolotining asosiy muhitidir. Prezidentimiz Sh.M. Mirziyoyev ta’kidlaganidek: “Sog’lom va mustahkam oila — bu jamiyat taraqqiyotining, farzandlarimizning baxtli hayotining poydevoridir.” Bugungi kunda oila institutining mustahkamligi nafaqat ijtimoiy barqarorlik, balki milliy qadriyatlarning saqlanishi va avlodlararo bog’liqlikni ta’minlashda ham muhim ahamiyat kasb etadi.

Psixologik nuqtai nazardan, oila bu — his-tuyg’ular, rollar, qadriyatlar va mulqot tizimidan tashkil topgan murakkab tizimdir. Oila a’zolari o’rtasidagi munosabatlar inson shaxsining hissiy rivojlanishida, o’zini anglashida va ijtimoiy moslashuvida muhim o’rin tutadi. Ayniqsa, ota-onaning o’zaro munosabatlari va farzand bilan emotsional aloqasi bolaning psixologik barqarorligiga bevosita ta’sir ko’rsatadi. Globallashuv davrida oilaviy hayotga yangi omillar ta’sir qilmoqda. Raqamli texnologiyalar, mehnat migratsiyasi, iqtisodiy qiyinchiliklar va shaxslararo mulqotdagi o’zgarishlar oila muhitiga psixologik bosim keltirib chiqarmoqda. Shu bois, oila psixologiyasi sohasida ilmiy tadqiqotlar olib borish, oilaviy muammolarni

chuqur tahlil qilish, ularni bartaraf etish yo'llarini ishlab chiqish dolzarb masalaga aylangan.

Oila psixologiyasi masalasi dunyo miqyosida ko'plab olimlar tomonidan o'rganilgan. A. Adler oilani shaxsning dastlabki ijtimoiy maktabi sifatida ko'rib, unda mehr-muhabbat va e'tiborning ahamiyatini ta'kidlagan. K. Rodgers esa insonning o'zini anglash jarayonida oiladagi shartsiz qabul va ijobiy munosabatlarning asosiy omil ekanligini qayd etgan. E. Eriksonning psixososial rivojlanish nazariyasida esa bola va ota-ona o'rtasidagi ishonch hissi shaxsning butun hayotiy pozitsiyasiga ta'sir etuvchi omil sifatida talqin qilinadi.

O'zbek psixologiya ilmda ham oila muammolari keng o'rganilgan. Masalan, B. Qodirova, Z. Abdurahmonova, N. Sayidahmedova singari olimlar oilaviy qadriyatlar, o'zaro hurmat, psixologik moslik va ijtimoiy muloqotning ahamiyatini yoritgan. Ularning tadqiqotlarida oiladagi hissiy iliqlik, farzandga e'tibor va ishonch muhitining shakllanishi milliy mentalitet bilan chambarchas bog'liqligi ta'kidlanadi.

Xorijiy adabiyotlarda esa "Family systems theory" (M. Bowen), "Transactional analysis" (E. Berne) va "Attachment theory" (J. Bowlby) asosiy nazariy yo'nalishlar sifatida ajralib turadi. Bu yondashuvlarda oilaviy muloqot tarmoqlari, hissiy bog'liqlik va shaxslararo o'zaro ta'sir mexanizmlari ilmiy asosda izohlanadi.

Sog'lom oila — bu faqat ijtimoiy birlik emas, balki psixologik energiya manbai hamdir. Har bir oila a'zosi muloqot, e'tibor va qo'llab-quvvatlash orqali ijobiy hissiy muhit yaratishga hissa qo'shadi. Shu sababli, oila psixologiyasi sohasidagi ilmiy yondashuvlar milliy an'analar, qadriyatlar va zamonaviy psixologik bilimlar uyg'unligida takomillashib borishi zarur.

Tadqiqotda oilaviy munosabatlarning psixologik xususiyatlarini aniqlash maqsadida sifatli va miqdoriy tahlil usullari qo'llanildi. Sifatli tadqiqotda psixologik intervyu, so'rovnoma, kuzatish va suhbat metodlari asosida oila a'zolari o'rtasidagi muloqot va hissiy aloqa darajasi o'rganildi.

Miqdoriy tahlil uchun esa "Oilaviy iqlim shkalasi" (FACES III, D. Olson) va "Emotsional barqarorlik testi" (EPI, G. Aysenck) sinovlaridan foydalanildi. Tadqiqotda 50 ta oila (150 nafar ishtirokchi) jalb etildi. Maqsad — oilaviy munosabatlarning hissiy, ijtimoiy va kommunikativ jihatlarini aniqlash, oilaning psixologik barqarorlik darajasini baholash edi. Natijalar statistik tahlil (SPSS) orqali qayta ishlanib, oila a'zolari o'rtasidagi hissiy yaqinlik, o'zaro ishonch, konfliktlarni hal etish uslublari va empatiya ko'rsatkichlari o'rganildi. Tadqiqot natijalarini talqin qilishda E. Frommning "Sevgi san'ati" nazariyasi, K. Yungning "kollektiv ongsizlik" tushunchasi va P. Salovey hamda D. Goleman tomonidan ishlab chiqilgan "emotsional intellekt modeli" asos qilib olindi.

Metodologik jihatdan tadqiqot natijalari shuni ko'rsatadiki, oilada sog'lom muloqot madaniyatini shakllantirish, his-tuyg'ularni ifoda etish qobiliyatini rivojlantirish va

empatiya darajasini oshirish shaxslararo aloqaning ijobiy yo‘nalishda rivojlanishiga xizmat qiladi.

Empatiya ko‘rsatkichi yuqori bo‘lgan oilalarda farzandlar o‘z his-tuyg‘ularini ochiq ifoda etish, boshqalarga yordam berish va konfliktlarni tinch yo‘l bilan hal etish qobiliyatiga ega ekanligi aniqlandi. Emotsional intellekti rivojlangan ota-onalar farzandlarida ijobiy o‘zini anglash, stressga bardoshlilik va barqaror ruhiy holatni shakllantirishda muhim rol o‘ynaydi. Tadqiqot yakunlari oilaviy psixologik madaniyatni oshirish, ijobiy muloqotni rivojlantirish, hissiy savodxonlikni oshirish bo‘yicha amaliy tavsiyalar ishlab chiqish zarurligini ko‘rsatadi.

Oila tizimi insonning ijtimoiy va emotsional shakllanishida markaziy o‘ringa ega. O‘zaro ishonch, sevgi, e‘tibor va empatiya mavjud bo‘lgan oilalarda bolalar ijobiy dunyoqarashga ega bo‘lib voyaga yetadilar. Psixologik jihatdan beqaror oilalarda esa stress, xavotir, muloqot tanqisligi kabi holatlar shaxsning hissiy barqarorligini buzadi. Shu bois, oila a‘zolari o‘rtasida emotsional savodxonlikni rivojlantirish, ijobiy muloqotni yo‘lga qo‘yish, hissiy boshqaruvni o‘rgatish zarur. Ijobiy psixologiya yondashuvi oilaviy muhitni kuchli tomonlarga tayanib rivojlantirishni taklif etadi. Har bir oila a‘zosi o‘zining ijobiy his-tuyg‘ularini, qadriyatlarini va hayotiy maqsadlarini baham ko‘rganida, psixologik uyg‘unlik vujudga keladi. Shu jihatdan, psixologik maslahat va oilaviy terapiya dasturlarini keng joriy etish muhim hisoblanadi.

Xulosa

Oiladagi munosabatlar shaxsning psixologik kamoloti, ijtimoiy moslashuvi va ruhiy salomatligida hal qiluvchi rol o‘ynaydi. Tadqiqot natijalari ko‘rsatdiki, o‘zaro ishonch, empatiya, ijobiy muloqot va emotsional qo‘llab-quvvatlash mavjud bo‘lgan oilalarda shaxslararo muhit barqaror va sog‘lom bo‘ladi. Sog‘lom psixologik muhitda o‘sayotgan bola kelajakda mustaqil fikrlovchi, ijtimoiy faol va hissiy jihatdan yetuk shaxs sifatida shakllanadi. Shu bois, psixologlar, pedagoglar va ota-onalar hamkorlikda oilaviy psixologik madaniyatni rivojlantirishga e‘tibor qaratishlari lozim. Xulosa qilib aytganda, oila nafaqat ijtimoiy, balki psixologik birlikdir. Undagi har bir munosabat, har bir muloqot shaxsning ichki dunyosini shakllantiradi. Shu sababli, sog‘lom psixologik oilani yaratish — bu jamiyat taraqqiyotining kafolatidir.

Foydalanilgan adabiyotlar:

1. Mirziyoyev Sh.M. *Yangi O‘zbekiston strategiyasi*. – Toshkent: O‘zbekiston, 2022.
2. Qodirova B. *Oila psixologiyasi asoslari*. – Toshkent: O‘zMU nashriyoti, 2020.
3. Abdurahmonova Z. *Oilaviy muloqot va psixologik muhit*. – Toshkent: Fan, 2019.
4. Erikson E. *Childhood and Society*. – New York: Norton, 1963.
5. Goleman D. *Emotional Intelligence*. – New York: Bantam Books, 1995.