

**BOLA SHAXSI VA XULQ-ATVORIGA OILADAGI  
NOSOG‘LOM MUHITNING TA’SIRI***Shaymardanova Malohat Mamarajapovna**Surxondaryo viloyati Sho‘rchi  
tuman 75- maktab psixologi*

**Annotatsiya:** Ushbu maqolada oiladagi nosog‘lom muhitning bola shaxsi va uning xulq-atvoriga ko‘rsatadigan psixologik ta’siri ilmiy jihatdan tahlil qilingan. Oiladagi doimiy nizolar, ota-onalar o‘rtasidagi kelishmovchiliklar, e’tiborsizlik, zo‘ravonlik va noto‘g‘ri tarbiya usullarining bolalar ruhiy rivojlanishiga salbiy ta’siri yoritilgan. Shuningdek, nosog‘lom oilaviy muhit natijasida bolalarda agressivlik, qo‘rquv, tushkunlik, o‘ziga ishonchsizlik, ijtimoiy moslashuvdagi qiyinchiliklar kabi holatlarning shakllanishi haqida fikr yuritilgan. Bolaning sog‘lom shaxs sifatida rivojlanishida oiladagi mehr-muhabbat, psixologik qo‘llab-quvvatlash va ijobiy munosabatlarning ahamiyati ochib berilgan. Shu bilan birga, oiladagi salbiy muhitni bartaraf etish va bolalarning ruhiy salomatligini mustahkamlashga qaratilgan psixologik tavsiyalar ham bayon etilgan.

**Kalit so‘zlar:** bola psixologiyasi, nosog‘lom oila, agressivlik, ruhiy rivojlanish, xulq-atvor, emotsional holat, ota-ona munosabati, psixologik ta’sir, ijtimoiy moslashuv, stress, tarbiya, bolalar ruhiy salomatligi, oilaviy nizolar.

**KIRISH**

Bola dunyoga kelgan ilk kundan boshlab oila muhiti ta’sirida voyaga yetadi, uning xarakteri, dunyoqarashi, xulq-atvori va ruhiy holati aynan oiladagi munosabatlar asosida shakllanadi. Oiladagi mehr-muhabbat, o‘zaro hurmat, samimiy muloqot va sog‘lom psixologik muhit bolaning barkamol shaxs bo‘lib rivojlanishiga xizmat qiladi. Aksincha, oiladagi nosog‘lom muhit bolaning ruhiy rivojlanishiga salbiy ta’sir ko‘rsatib, uning shaxsiyati va xulq-atvorida turli muammolarni yuzaga keltirishi mumkin.

Bugungi kunda oilaviy nizolar, ota-onalar o‘rtasidagi kelishmovchiliklar, ajralishlar, e’tiborsizlik, zo‘ravonlik va noto‘g‘ri tarbiya usullari kabi muammolar ayrim oilalarda ko‘proq uchramoqda. Bunday nosog‘lom muhitda voyaga yetayotgan bolalarda qo‘rquv, xavotir, agressivlik, tushkunlik, o‘ziga ishonchsizlik va ijtimoiy moslashuvdagi qiyinchiliklar kuzatiladi. Ayniqsa, ota-onaning doimiy janjallari yoki farzandga nisbatan qo‘pol munosabati bolaning ruhiy salomatligiga chuqur salbiy ta’sir ko‘rsatadi. Natijada bola o‘z his-tuyg‘ularini boshqarishda qiynaladi, atrofdagilar bilan sog‘lom munosabat o‘rnatishda muammolarga duch keladi. Psixologiya fanida oilaviy muhit bolaning emotsional va ijtimoiy rivojlanishidagi asosiy omillardan biri sifatida

e'tirof etiladi. Bola oilada ko'rgan munosabatlarni keyinchalik jamiyatdagi xulq-atvorida ham namoyon qiladi. Agar oilada mehr, hurmat va qo'llab-quvvatlash ustuvor bo'lsa, bola o'zini xavfsiz va erkin his qiladi. Aksincha, zo'ravonlik, e'tiborsizlik yoki doimiy bosim mavjud oilalarda ulg'aygan bolalarda salbiy xulq-atvor shakllanish ehtimoli yuqori bo'ladi. Shuningdek, oiladagi nosog'lom muhit bolaning ta'lim jarayoniga ham salbiy ta'sir qiladi. Ruhijihatdan zo'riqayotgan bolalarda diqqatning pasayishi, o'qishga qiziqmaslik, darslarni o'zlashtirishdagi qiyinchiliklar hamda tengdoshlari bilan munosabatlarda muammolar kuzatiladi. Ayrim hollarda esa bunday bolalar o'z muammolarini agressiv harakatlar orqali namoyon qiladilar yoki aksincha, o'ziga tortilgan va passiv bo'lib qoladilar. Mazkur maqolaning asosiy maqsadi oiladagi nosog'lom muhitning bola shaxsi va xulq-atvoriga ta'sirini psixologik jihatdan tahlil qilishdan iboratdir. Shuningdek, maqolada nosog'lom oilaviy muhitning kelib chiqish sabablari, uning bolalar ruhiy rivojlanishiga ta'siri hamda bunday holatlarning oldini olishga qaratilgan psixologik va pedagogik yondashuvlar yoritiladi. Maqola orqali oilada sog'lom psixologik muhit yaratishning ahamiyati, ota-onalarning farzand tarbiyasidagi mas'uliyati va bolalarning ruhiy salomatligini mustahkamlash masalalariga alohida e'tibor qaratiladi.

### ASOSIY QISM

Oila bolaning ilk tarbiya maskani bo'lib, unda shakllangan munosabatlar, qadriyatlar va muomala uslublari keyinchalik bolaning jamiyatdagi xulq-atvorida namoyon bo'ladi. Bola o'z hayotining dastlabki davrlaridanoq ota-onaning mehr-muhabbati, e'tibori va qo'llab-quvvatlashiga ehtiyoj sezadi. Oiladagi sog'lom psixologik muhit bolaning ruhiy barqarorligi, emotsional rivojlanishi va ijtimoiy moslashuvini ta'minlaydi. Aksincha, oiladagi nosog'lom muhit bola shaxsining shakllanishiga salbiy ta'sir ko'rsatadi hamda uning xulq-atvorida turli muammolarni yuzaga keltiradi. Nosog'lom oilaviy muhit deganda oiladagi doimiy nizolar, janjallar, zo'ravonlik, e'tiborsizlik, ruhiy bosim, qo'pollik va noto'g'ri tarbiya usullari tushuniladi. Bunday muhitda ulg'ayayotgan bola o'zini xavfsiz his qilmaydi. Natijada unda qo'rquv, xavotir, ichki bezovtalik va ruhiy zo'riqish kuchayadi. Ayniqsa, ota-onalar o'rtasidagi keskin munosabatlar bolalarning psixologik holatiga juda salbiy ta'sir ko'rsatadi. Bola oiladagi janjallarni kuzatgan sari o'zini himoyasiz his qiladi va bu uning emotsional rivojlanishida salbiy iz qoldiradi. Oiladagi nosog'lom muhitning eng ko'p uchraydigan oqibatlaridan biri agressiv xulq-atvorning shakllanishidir. Bola oilada qo'pollik, zo'ravonlik yoki hurmatsizlikni ko'rib ulg'aysa, bunday munosabatni odatiy hol sifatida qabul qila boshlaydi. Natijada u tengdoshlari bilan munosabatlarda ham agressiv harakatlarni namoyon qiladi. Ayrim bolalar tez jahldor bo'lib qoladi, boshqalarga qo'pol muomala qiladi yoki nizolarni kuch ishlatish orqali hal etishga urinadi. Bu esa bolaning jamoaga moslashuviga va sog'lom ijtimoiy munosabatlar o'rnatishiga salbiy ta'sir ko'rsatadi. Bundan tashqari, nosog'lom oilaviy muhit

bolaning o'ziga bo'lgan ishonchini pasaytiradi. Ota-onaning doimiy tanqidi, kamsitishi yoki farzand fikriga befarq bo'lishi bolada o'zini qadrsiz his qilish holatini yuzaga keltiradi. Bunday bolalar ko'pincha tortinchoq, jur'atsiz va passiv bo'lib qoladilar. Ular o'z fikrini erkin ifoda etishda qiynaladilar, jamoada faol bo'lishdan qo'rqadilar hamda muvaffaqiyatsizlikdan haddan tashqari xavotir oladilar. Nosog'lom muhit bolaning emotsional holatiga ham salbiy ta'sir qiladi. Ruhiy bosim ostida ulg'ayayotgan bolalarda tushkunlik, stress, xavotir va depressiv holatlar kuzatilishi mumkin. Ayrim hollarda bola o'z muammolarini hech kimga ayta olmaydi va ichki kechinmalarini yashirishga harakat qiladi. Bu esa uning ruhiy salomatligiga jiddiy zarar yetkazadi. Psixologlarning ta'kidlashicha, bolalik davridagi ruhiy jarohatlar keyinchalik insonning butun hayoti davomida saqlanib qolishi mumkin. Shuningdek, oiladagi nosog'lom muhit bolaning ta'lim jarayoniga ham ta'sir ko'rsatadi. Oilada doimiy stress holatida yashayotgan bolalarda diqqat va xotira faoliyati susayadi, o'qishga bo'lgan qiziqish pasayadi. Bunday bolalar darslarni o'zlashtirishda qiynaladilar, maktabdagi faoliyatida sustkashlik kuzatiladi. Ayrim hollarda esa ular dars qoldirish, intizomsizlik yoki tengdoshlari bilan konfliktlarga kirishish kabi holatlarni namoyon qiladilar. Bugungi kunda zamonaviy texnologiyalar va internetning noto'g'ri qo'llanishi ham oiladagi nosog'lom muhitni kuchaytiruvchi omillardan biriga aylanmoqda. Ayrim ota-onalar farzand bilan muloqot qilish o'rniga ko'proq telefon yoki internet bilan vaqt o'tkazmoqda. Natijada bola mehr va e'tibor yetishmovchiligini his qiladi. Bu esa uning ruhiy holatida salbiy o'zgarishlarni yuzaga keltiradi. Oiladagi nosog'lom muhitning oldini olishda ota-onalarning pedagogik va psixologik savodxonligini oshirish muhim ahamiyatga ega. Ota-onalar farzand bilan samimiy muloqot qilishni, uning histuyg'ulariga hurmat bilan yondashishni va muammolarini tinglashni o'rganishlari zarur. Oilada o'zaro hurmat, mehr-muhabbat va qo'llab-quvvatlash muhitini yaratish bolaning sog'lom ruhiy rivojlanishini ta'minlaydi. Maktab psixologlari va pedagoglar ham nosog'lom oilaviy muhit ta'sirida qolgan bolalar bilan ishlashda muhim rol o'ynaydi. Psixologik suhbatlar, diagnostik metodlar, trening mashg'ulotlari va ota-onalar bilan hamkorlik ishlari orqali bolalarning ruhiy holatini yaxshilash mumkin. Ayniqsa, bolalarni sport, san'at va ijodiy faoliyatlarga jalb qilish ularning salbiy hissiyotlarini kamaytirishga yordam beradi. Oiladagi nosog'lom muhit bola shaxsi va xulq-atvoriga jiddiy salbiy ta'sir ko'rsatadi. Bunday muhit bolaning ruhiy rivojlanishini izdan chiqarib, uning ijtimoiy moslashuvi, emotsional barqarorligi va kelajakdagi hayotiga salbiy ta'sir qiladi. Shu sababli oilada sog'lom psixologik muhit yaratish, bolaga mehr va e'tibor ko'rsatish hamda uning ruhiy ehtiyojlarini inobatga olish har bir ota-onaning muhim vazifasi hisoblanadi.

### XULOSA

Xulosa qilib aytganda, oiladagi nosog'lom muhit bola shaxsi va xulq-atvorining shakllanishiga salbiy ta'sir ko'rsatadigan eng muhim omillardan biridir. Oiladagi

doimiy nizolar, zo‘ravonlik, e‘tiborsizlik, qo‘pollik va noto‘g‘ri tarbiya usullari bolaning ruhiy rivojlanishini izdan chiqaradi. Bunday muhitda ulg‘aygan bolalarda agressivlik, qo‘rquv, xavotir, tushkunlik, o‘ziga ishonchsizlik va ijtimoiy moslashuvdagi qiyinchiliklar ko‘proq kuzatiladi. Natijada bola jamiyat bilan sog‘lom munosabat o‘rnatishda, o‘z his-tuyg‘ularini boshqarishda hamda ta‘lim jarayonida muvaffaqiyatga erishishda qiyinchiliklarga duch keladi. Shuningdek, oiladagi salbiy muhit bolaning kelajakdagi shaxsiy hayoti va ijtimoiy faoliyatiga ham ta‘sir ko‘rsatadi. Chunki bola oilada ko‘rgan munosabatlarni keyinchalik o‘z hayotida ham takrorlashga moyil bo‘ladi. Shu sababli oilada sog‘lom psixologik muhit yaratish, o‘zaro hurmat va mehr-muhabbatga asoslangan munosabatlarni shakllantirish nihoyatda muhimdir. Bolaning sog‘lom ruhiy rivojlanishini ta‘minlashda ota-onalarning mas‘uliyati beqiyosdir. Farzand bilan samimiy muloqot qilish, uning fikr va his-tuyg‘ulariga e‘tibor berish, qo‘llab-quvvatlash va ruhiy ehtiyojlarini inobatga olish bolaning o‘ziga bo‘lgan ishonchini mustahkamlaydi. Shuningdek, pedagoglar va maktab psixologlarining ota-onalar bilan hamkorlikda olib boradigan ishlari bolalarda yuzaga kelishi mumkin bo‘lgan psixologik muammolarni oldini olishda muhim ahamiyat kasb etadi. Oilada sog‘lom va ijobiy muhit yaratish nafaqat bolaning bugungi ruhiy holati, balki uning kelajakdagi barkamol shaxs bo‘lib voyaga yetishida ham asosiy omillardan biri hisoblanadi. Mehr, e‘tibor va qo‘llab-quvvatlash muhitida ulg‘aygan bola ma‘naviy yetuk, ruhiy jihatdan barqaror va jamiyatga foydali inson bo‘lib kamol topadi.

#### FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR RO‘YXATI

1. Karimova V.M. **Psixologiya.** – Toshkent: O‘qituvchi, 2019.
2. G‘oziev E.G‘. **Yosh davrlari psixologiyasi.** – Toshkent: Universitet, 2020.
3. Davletshin M.G. **Umumiy psixologiya.** – Toshkent: TDPU nashriyoti, 2018.
4. Nishonova Z.T. **Pedagogik psixologiya asoslari.** – Toshkent: Fan va texnologiya, 2021.
5. To‘xtayeva M.X. **O‘smirlar psixologiyasi va tarbiya masalalari.** – Toshkent: Ma‘naviyat, 2020.
6. Андреева Г.М. **Социальная психология.** – Москва: Аспект Пресс, 2019.
7. Немов Р.С. **Психология.** – Москва: Владос, 2018.
8. Turdiyev N.Sh. **Axborot texnologiyalari va media madaniyat.** – Toshkent: Innovatsiya, 2022.
9. UNESCO. **Digital Learning and Child Well-Being Report.** – Paris, 2023.
10. World Health Organization. **Public Health Implications of Excessive Screen Use Among Children and Adolescents.** – Geneva, 2022.
11. Internet ma‘lumotlari