

OILAVIY MUHIT VA BOLALARNING EMOTSIONAL FAROVONLIGI O'RTASIDAGI BOG'LIQLIK

Djamolova Maysara Sattorovna

Samarqand viloyati Samarqand shahar

60-maktab amaliyotchi psixologi

ANNOTATSIYA

Mazkur maqolada oilaviy muhitning bolalar emotsional farovonligiga ta'siri va ularning o'zaro bog'liqligi tahlil qilingan. Oila bolaning shaxs sifatida shakllanishida muhim o'rin tutuvchi ijtimoiy muhit bo'lib, undagi sog'lom psixologik atmosfera bolalarning hissiy barqarorligi, o'ziga bo'lgan ishonchi va ijtimoiy moslashuviga ijobiy ta'sir ko'rsatadi. Maqolada oiladagi munosabatlar, ota-onalarning tarbiyaviy yondashuvi hamda emotsional qo'llab-quvvatlashning bolalar ruhiy rivojlanishidagi ahamiyati yoritilgan.

Kalit so'zlar: oilaviy muhit, emotsional farovonlik, bola tarbiyasi, ruhiy salomatlik, ota-ona, psixologik qo'llab-quvvatlash, hissiy rivojlanish, oilaviy munosabatlar, ijtimoiy moslashuv, shaxs kamoloti.

KIRISH

Oila jamiyatning eng muhim bo'g'ini bo'lib, inson hayotidagi ilk ijtimoiy va tarbiyaviy muhit hisoblanadi. Bola dunyoga kelgan kundan boshlab oila a'zolari bilan muloqot qiladi, ulardan ta'sirlanadi va hayotiy qadriyatlarni o'zlashtira boshlaydi. Shu sababli oiladagi muhit bolaning nafaqat jismoniy, balki ruhiy va emotsional rivojlanishida ham muhim ahamiyat kasb etadi. Emotsional farovonlik insonning o'z his-tuyg'ularini anglay olishi, boshqara bilishi, o'zini xavfsiz va qadrlangan his qilishi bilan tavsiflanadi. Bolalarda emotsional farovonlikning shakllanishi ko'p jihatdan oiladagi mehr-muhabbat, o'zaro hurmat va ishonchga asoslangan munosabatlarga bog'liq. Ota-onaning farzandga nisbatan e'tiborli va samimiy munosabati bolada o'ziga bo'lgan ishonchni mustahkamlaydi hamda ijobiy hissiy holatni rivojlantiradi. Sog'lom oilaviy muhit bolalarning ruhiy barqarorligini ta'minlaydi. Oilada qo'llab-quvvatlash va mehrning

mavjudligi bolaning turli hayotiy qiyinchiliklarni yengib o'tishiga yordam beradi. Bunday muhitda ulg'aygan bolalar odatda o'z fikrini erkin ifoda etadi, tengdoshlari bilan samarali muloqot qiladi va ijtimoiy hayotga muvaffaqiyatli moslashadi. Aksincha, oiladagi nizolar, ziddiyatlar, befarqlik yoki zo'ravonlik holatlari bolalarning emotsional holatiga salbiy ta'sir ko'rsatadi. Bunday vaziyatlarda bolalarda xavotir, qo'rquv, tushkunlik, tajovuzkorlik yoki o'ziga ishonchsizlik kabi holatlar yuzaga kelishi mumkin. Uzoq davom etuvchi salbiy oilaviy muhit esa bolaning ruhiy salomatligi va shaxsiy rivojlanishiga jiddiy zarar yetkazishi ehtimoldan xoli emas. Ota-onalarning tarbiya uslubi ham emotsional farovonlikka bevosita ta'sir qiladi. Demokratik va qo'llab-quvvatlovchi tarbiya usuli bolada mustaqillik, mas'uliyat va ijobiy o'zini baholash hissini rivojlantiradi. Haddan tashqari qat'iy yoki loqayd munosabat esa bolaning hissiy ehtiyojlarini qondirmasligi mumkin. Shu sababli ota-onalar farzandlarning fikr va his-tuyg'ulariga hurmat bilan yondashishlari zarur. Bolaning emotsional farovonligini ta'minlashda oiladagi samimiy muloqot muhim o'rin tutadi. Farzandning muammolarini tinglash, uning yutuqlarini e'tirof etish va qiyinchiliklarida ko'mak berish sog'lom psixologik muhitni shakllantiradi. Oila a'zolari o'rtasidagi ijobiy munosabatlar bolalarda mehr-oqibat, hamjihatlik va o'zaro hurmat kabi fazilatlarning rivojlanishiga xizmat qiladi. Bugungi kunda bolalarning ruhiy salomatligini mustahkamlash va emotsional farovonligini ta'minlash dolzarb vazifalardan biri hisoblanadi. Bu borada ota-onalar, pedagoglar va psixologlarning hamkorligi muhim ahamiyatga ega. Farzandlar uchun sog'lom oilaviy muhit yaratish, ularning hissiy ehtiyojlarini qondirish va ruhiy qo'llab-quvvatlash orqali barkamol avlodni voyaga yetkazish mumkin. Zamonaviy oila muhitida bola emotsional holatining shakllanishi murakkab va ko'p omilli jarayon hisoblanadi. Bola tug'ilganidan boshlab oiladagi psixologik iqlimni sezadi va unga mos ravishda o'z his-tuyg'ularini shakllantirib boradi. Shu sababli oilada mavjud munosabatlar tizimi bolaning ichki kechinmalari, emotsional barqarorligi va ijtimoiy xulq-atvoriga bevosita ta'sir ko'rsatadi. Bola emotsional holatiga eng kuchli ta'sir ko'rsatuvchi omillardan biri bu ota-ona munosabatlaridir. Ota va ona o'rtasidagi iliq, hurmatga asoslangan munosabatlar bolada xavfsizlik hissini shakllantiradi. Bunday muhitda ulg'ayayotgan bola o'zini himoyalangan his qiladi, o'z fikrini erkin ifoda

etadi va emotsional jihatdan barqaror bo‘ladi. Aksincha, oilada tez-tez nizolar, janjallar va keskin munosabatlar kuzatilsa, bola stress, qo‘rquv va xavotir holatlariga ko‘proq moyil bo‘ladi. Oilada qo‘llaniladigan tarbiya uslublari ham bolaning emotsional rivojlanishida muhim rol o‘ynaydi. Avtoritar tarbiya, ya’ni qat’iy nazorat va doimiy ta’qiqlar bolada qo‘rquv, ishonchsizlik va ichki bosimni kuchaytiradi. Permissiv, ya’ni haddan tashqari erkin tarbiya esa bolada o‘zini boshqarish ko‘nikmalarining sustlashishiga olib kelishi mumkin. Eng samarali yondashuv - demokratik tarbiya bo‘lib, unda ota-onalar bola fikrini hurmat qiladi, lekin zarur hollarda yo‘naltirish va qo‘llab-quvvatlashni ham ta’minlaydi. Zamonaviy oilalarda yana bir muhim omil - raqamli texnologiyalarning ta’siridir. Telefon, internet va ijtimoiy tarmoqlarning keng qo‘llanilishi ota-onalar va bolalar o‘rtasidagi jonli muloqot vaqtini kamaytirmoqda. Natijada ayrim bolalarda emotsional uzoqlashuv, yolg‘izlik hissi va ota-onaga nisbatan befarqlik shakllanishi mumkin. Shu sababli oilada raqamli muhitdan foydalanish madaniyatini to‘g‘ri tashkil etish muhimdir.

Bola emotsional holatiga ta’sir etuvchi yana bir omil - oilaviy qo‘llab-quvvatlash va e’tibordir. Bola o‘zini qadrlangan va eshitilgan his qilganda uning emotsional barqarorligi mustahkamlanadi. Ota-onaning bolani tinglashi, uning muvaffaqiyatlarini e’tirof etishi va qiyin vaziyatlarda qo‘llab-quvvatlashi bolada ijobiy emotsiyalarni shakllantiradi. Aksincha, befarqlik yoki doimiy tanqid bolaning o‘ziga bo‘lgan ishonchini pasaytiradi. Oiladagi ijtimoiy-iqtisodiy sharoit ham bolaning emotsional holatiga ma’lum darajada ta’sir ko‘rsatadi. Moliyaviy muammolar, ota-onaning ish bilan haddan tashqari bandligi yoki oilaviy resurslarning yetishmasligi bolada xavotir va tashvish hissini kuchaytirishi mumkin. Biroq muhim jihat shundaki, moddiy imkoniyatlardan ko‘ra emotsional qo‘llab-quvvatlash va mehr-muhabbat bola rivojlanishida ko‘proq ahamiyatga ega hisoblanadi. Shuningdek, zamonaviy oilada muloqot madaniyati ham muhim rol o‘ynaydi. Oila a’zolari o‘rtasida ochiq va samimiy muloqot mavjud bo‘lsa, bola o‘z his-tuyg‘ularini erkin ifoda etadi va ichki bosimdan xalos bo‘ladi. Aksincha, muloqotning yetishmasligi yoki faqat buyruq shaklida bo‘lishi bolaning emotsional yopilishiga olib kelishi mumkin. Bola emotsional holatining buzilishi ko‘pincha uning xulq-atvorida ham aks etadi. Bunday bolalarda tajovuzkorlik, yig‘loqilik, uyatchanlik, muloqotdan qochish yoki haddan tashqari

tortinchoqlik kabi holatlar kuzatilishi mumkin. Bu belgilar oilaviy muhitda muammolar mavjudligidan darak beradi va o'z vaqtida e'tibor qaratishni talab qiladi. Shu bilan birga, maktab va oila hamkorligi ham bolaning emotsional barqarorligini ta'minlashda muhimdir. O'qituvchilar va maktab psixologlari ota-onalar bilan birgalikda bolalarning emotsional holatini kuzatib borishi, zarur hollarda psixologik yordam ko'rsatishi lozim. Bu esa bolaning sog'lom psixologik rivojlanishiga xizmat qiladi. Zamonaviy oila muhitida bola emotsional holatining shakllanishi ota-ona munosabatlari, tarbiya uslubi, muloqot madaniyati va raqamli muhitdan foydalanish darajasiga chambarchas bog'liqdir. Ushbu omillar uyg'unligi bola shaxsining sog'lom emotsional rivojlanishini ta'minlaydi va uning kelajakdagi ijtimoiy hayotiga ijobiy ta'sir ko'rsatadi.

Oila muhitining bola emotsional holatiga ta'siri juda muhim va hal qiluvchi ahamiyatga ega bo'lgan psixologik jarayondir. Bola shaxsining emotsional rivojlanishi, uning o'ziga bo'lgan ishonchi, ijtimoiy munosabatlari va hayotga bo'lgan munosabati aynan oiladagi psixologik iqlimga bevosita bog'liqdir. Oilada mavjud bo'lgan iliq munosabatlar, o'zaro hurmat, mehr-oqibat va qo'llab-quvvatlash bola emotsional barqarorligini mustahkamlaydi hamda unda ijobiy shaxsiy sifatlarning shakllanishiga yordam beradi. Aksincha, oiladagi nizolar, befarqlik yoki keskin tarbiya uslublari bolada xavotir, tushkunlik va ishonchsizlik kabi salbiy emotsional holatlarni yuzaga keltirishi mumkin. Shuningdek, zamonaviy hayot sharoitida raqamli texnologiyalar va ota-onaning bandligi ham bola va ota-ona o'rtasidagi muloqot sifatiga ta'sir ko'rsatmoqda. Shu sababli oilada sog'lom muloqot muhitini yaratish, bolaga yetarli e'tibor va psixologik qo'llab-quvvatlash berish muhim ahamiyat kasb etadi. Bola emotsional holatini sog'lom shakllantirishda oila asosiy tarbiya maskani sifatida markaziy o'rinni egallaydi. Barkamol va ruhiy jihatdan sog'lom avlodni tarbiyalash uchun oilada ijobiy psixologik muhitni mustahkamlash eng muhim vazifalardan biri hisoblanadi.

XULOSA

Xulosa qilib aytganda, oilaviy muhit va bolalarning emotsional farovonligi o'rtasida uzviy bog'liqlik mavjud. Oiladagi mehr-muhabbat, ishonch va o'zaro hurmat bolalarning ruhiy salomatligi hamda hissiy barqarorligini ta'minlaydi. Sog'lom oilaviy muhitda

voyaga yetgan bolalar o‘ziga ishongan, ijtimoiy faol va ma’naviy barkamol shaxslar bo‘lib shakllanadi. Shu sababli oilada ijobiy psixologik muhit yaratish har bir ota-onaning muhim vazifalaridan biri hisoblanadi.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR RO‘YXATI:

1. Shoumarov G‘.B. Oila psixologiyasi. – Toshkent: O‘qituvchi, 2019.
2. G‘oziyev E.G‘. Yosh davrlari psixologiyasi. – Toshkent: O‘qituvchi, 2019.
3. Karimova V.M. Psixologiya. – Toshkent: O‘qituvchi, 2018.
4. Nishonova Z.T. Pedagogik psixologiya. – Toshkent, 2020.
5. Musurmonova O. Oila ma’naviyati va tarbiya asoslari. – Toshkent, 2018.
6. O‘zbekiston Respublikasi Oila kodeksi. – Toshkent, yangi tahrir.
7. UNICEF. Child Well-Being and Family Environment. – New York, 2021.
8. World Health Organization. Promoting Mental Health in Children and Adolescents. – Geneva, 2022.