

OILAVIY NIZOLARNING BOLALAR PSIXIKASIGA TA'SIRI

Usmanova Aziza Asilbek qizi

Sirdaryo viloyati Mirzaobod tumani

20-maktab psixologi

Annotatsiya: Ushbu maqolada oilaviy nizolarning bolalar psixikasiga ko'rsatadigan ta'siri psixologik-pedagogik jihatdan tahlil qilingan. Oilada yuzaga keladigan nizoli vaziyatlar, ota-onalar o'rtasidagi kelishmovchiliklar hamda ularning bolalarning emotsional holati, xulq-atvori va shaxsiy rivojlanishiga ta'siri yoritilgan. Shuningdek, oilaviy nizolar natijasida bolalarda yuzaga kelishi mumkin bo'lgan qo'rquv, xavotir, agressivlik, o'ziga ishonchsizlik va ijtimoiy moslashuvdagi qiyinchiliklar haqida fikr yuritilgan. Maqolada bolalar psixikasini himoya qilish, oilada sog'lom psixologik muhit yaratish hamda nizolarni konstruktiv hal etish bo'yicha ilmiy-amaliy tavsiyalar berilgan.

Kalit so'zlar: oilaviy nizolar, bola psixikasi, psixologik ta'sir, emotsional holat, agressivlik, qo'rquv, xavotir, ijtimoiy moslashuv, oilaviy muhit, ota-ona munosabati, psixologik barqarorlik, bolalar psixologiyasi, tarbiya, stress.

Kirish

Oila jamiyatning eng muhim ijtimoiy instituti bo'lib, shaxsning ilk hayotiy tajribasi, axloqiy qadriyatlari va psixologik rivojlanishi aynan oilada shakllanadi. Bola tug'ilgan kundan boshlab oilaviy muhitning bevosita ta'siri ostida bo'ladi va uning ruhiy holati, emotsional barqarorligi hamda xulq-atvori ota-ona o'rtasidagi munosabatlarga chambarchas bog'liq bo'ladi. Shu sababli oiladagi tinchlik, o'zaro hurmat va mehr-muhabbat bolaning sog'lom psixik rivojlanishida muhim ahamiyat kasb etadi. Afsuski, ayrim oilalarda turli

sabablarga ko‘ra nizolar, kelishmovchiliklar va ziddiyatli vaziyatlar yuzaga keladi. Bunday holatlar nafaqat ota-onalar munosabatiga, balki bolalarning ruhiy holatiga ham bevosita ta‘sir ko‘rsatadi. Oilaviy nizolar muhitida ulg‘ayayotgan bolalarda emotsional beqarorlik, qo‘rquv, xavotir, tortinchoqlik yoki aksincha agressiv xulq-atvor shakllanishi mumkin. Bu esa ularning shaxs sifatida to‘g‘ri rivojlanishiga salbiy ta‘sir qiladi. Bola psixikasi juda nozik bo‘lib, u atrofdagi barcha voqea-hodisalarni tez qabul qiladi va ichki kechinmalar orqali o‘zlashtiradi. Oiladagi janjallar, ota-onaning bir-biriga nisbatan salbiy munosabati yoki befarqligi bolada ruhiy bosimni kuchaytiradi. Natijada bola o‘zini xavfsiz his qilmaydi, o‘ziga bo‘lgan ishonchi pasayadi va ijtimoiy munosabatlarda qiyinchiliklarga duch keladi.

Oilaviy nizolar bolalarning nafaqat ruhiy holatiga, balki ularning o‘qish faoliyatiga, xulq-atvoriga va jamiyatga moslashuviga ham sezilarli ta‘sir ko‘rsatadi. Bunday bolalarda diqqatning susayishi, o‘qishga qiziqishning pasayishi, tengdoshlari bilan muloqotda qiyinchiliklar va ichki tushkunlik holatlari ko‘proq uchraydi. Shu bilan birga, oilaviy nizolar uzoq davom etganda bolada doimiy stress holati shakllanishi mumkin. Bu esa uning asab tizimiga salbiy ta‘sir ko‘rsatib, ruhiy rivojlanish jarayonini sekinlashtiradi. Ayniqsa, kichik yoshdagi bolalar ota-onalar o‘rtasidagi kelishmovchiliklarni chuqur his etadilar va bu holatni o‘zlarining aybi sifatida qabul qilishlari ham mumkin. Oilaviy muhitni sog‘lomlashtirish, nizolarni tinch va konstruktiv yo‘l bilan hal qilish bolalar psixikasini himoya qilishda muhim omil hisoblanadi. Ota-onalarning o‘zaro hurmati, sabr-toqati va tushunishi farzandlarning ruhiy barqarorligini ta‘minlashga xizmat qiladi. Shu sababli oilaviy munosabatlarni to‘g‘ri tashkil etish nafaqat ota-onalar uchun, balki farzandlar kelajagi uchun ham katta ahamiyatga ega.

Asosiy qism

ilmiy –amaliy anjuman

Oilaviy nizolar — bu oila a'zolari o'rtasida yuzaga keladigan kelishmovchilik, tushunmovchilik va ziddiyatli vaziyatlar majmuasidir. Bunday nizolar turli sabablarga ko'ra paydo bo'lishi mumkin: iqtisodiy muammolar, o'zaro ishonchsizlik, tarbiya usullaridagi farqlar, muloqot yetishmasligi yoki psixologik bosimlar. Oila ichidagi bunday salbiy holatlar eng avvalo bolalarning ruhiy va emotsional holatiga bevosita ta'sir ko'rsatadi. Bolalar psixikasi juda nozik bo'lib, ular atrof-muhitdagi har qanday o'zgarishni tez his qiladi. Ota-onalar o'rtasidagi janjallar, baqiriq-chaqiriqlar yoki sovuq munosabat bolada qo'rquv va xavotir hissini kuchaytiradi. Bola ko'pincha o'zini xavfsiz his qila olmaydi va doimiy ruhiy bosim ostida yashaydi. Bu holat uning shaxs sifatida shakllanishiga salbiy ta'sir ko'rsatadi. Oilaviy nizolar natijasida bolalarda turli psixologik muammolar yuzaga kelishi mumkin. Ulardan eng ko'p uchraydiganlari qo'rquv, xavotir, depressiv holat, agressivlik va o'ziga ishonchsizlikdir. Ba'zi bolalar ichki hissiyotlarini yashirishga harakat qiladi, boshqalari esa tajovuzkor xulq-atvor orqali o'z noroziligini ifodalaydi. Har ikkala holat ham bolaning ruhiy rivojlanishi uchun zararli hisoblanadi. Oilaviy muhitdagi doimiy nizolar bolaning ijtimoiylashuv jarayoniga ham salbiy ta'sir qiladi. Bunday bolalar tengdoshlari bilan muloqot qilishda qiynaladi, jamoaga moslashishda qiyinchilik sezadi va ko'pincha o'zini yolg'iz his qiladi. Ularning o'ziga bo'lgan ishonchi pasayadi, bu esa ta'lim jarayonidagi faolligiga ham ta'sir ko'rsatadi. Natijada o'qishga bo'lgan qiziqish susayishi va diqqatning buzilishi kuzatilishi mumkin. Psixologik tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, oilaviy nizolar uzoq davom etsa, bolalarda doimiy stress holati shakllanadi. Stress esa asab tizimiga salbiy ta'sir ko'rsatib, uyqu buzilishi, tez charchash, bosh og'rig'i va emotsional beqarorlik kabi holatlarga olib kelishi mumkin. Ayniqsa, kichik yoshdagi bolalar ota-onalar o'rtasidagi muammolarni o'zlariga nisbatan ayb sifatida qabul qilishlari ham xavfli holat hisoblanadi. Bunday salbiy oqibatlarining oldini olishda oiladagi psixologik muhitni sog'lomlashtirish muhim ahamiyatga ega. Ota-onalar

o‘zaro munosabatlarda sabr-toqatli bo‘lishi, muammolarni tinch yo‘l bilan hal qilishga intilishi va farzand oldida janjallardan saqlanishi lozim. Chunki bola ota-onani o‘zining eng yaqin tayanchi sifatida ko‘radi va ulardan ruhiy barqarorlikni o‘rganadi. Shuningdek, oilada ochiq va samimiy muloqot madaniyatini shakllantirish ham muhimdir. Ota-onalar farzandining fikrini tinglashi, uning his-tuyg‘ulariga befarq bo‘lmasligi va qo‘llab-quvvatlashi bolaning ruhiy holatini yaxshilashga yordam beradi. Bolaga nisbatan ortiqcha bosim o‘rniga tushuntirish, rag‘batlantirish va mehr-muhabbat ko‘rsatish samaraliroq hisoblanadi. Maktab va psixologlarning hamkorligi ham oilaviy nizolarning bolalarga ta‘sirini kamaytirishda muhim rol o‘ynaydi. O‘qituvchi va psixologlar bolalarning xulq-atvoridagi o‘zgarishlarni erta aniqlab, ularga psixologik yordam ko‘rsatishi mumkin. Individual suhbatlar, maslahatlar va psixologik treninglar orqali bolalarning emotsional holatini barqarorlashtirish mumkin. Bundan tashqari, bolalarni ijobiy faoliyatlarga jalb qilish ham muhim ahamiyatga ega. Sport, ijodiy to‘garaklar, kitobxonlik va jamoaviy tadbirlar bolalarning e‘tiborini salbiy muhitdan chalg‘itadi va ularning ijtimoiy faolligini oshiradi. Bu esa oilaviy nizolarning salbiy ta‘sirini kamaytirishga yordam beradi.

Xulosa

Xulosa qilib aytganda, oilaviy nizolar bolalar psixikasiga sezilarli va ko‘p qirrali salbiy ta‘sir ko‘rsatadi. Oila muhitidagi kelishmovchiliklar, ota-onalar o‘rtasidagi ziddiyatlar va emotsional beqarorlik bolada qo‘rquv, xavotir, agressivlik, o‘ziga ishonchsizlik hamda ruhiy tushkunlik kabi holatlarning yuzaga kelishiga sabab bo‘lishi mumkin. Bunday vaziyatlar bolaning nafaqat ruhiy holatiga, balki uning ijtimoiylashuvi, o‘qish faoliyati va shaxs sifatida shakllanish jarayoniga ham salbiy ta‘sir qiladi. Oilaviy muhitning barqaror emasligi bolada doimiy stress holatini shakllantiradi, bu esa uning asab tizimi va emotsional rivojlanishiga zarar yetkazadi. Natijada bola tengdoshlari bilan

muloqotda qiynaladi, jamoaga moslashishi qiyinlashadi va o'zini jamiyatda noqulay his qiladi. Shu sababli oilaviy nizolarni erta aniqlash va ularni to'g'ri yo'l bilan bartaraf etish muhim ahamiyat kasb etadi. Ota-onalar o'rtasidagi sog'lom munosabat, o'zaro hurmat, sabr-toqat va tushunish oilada tinch psixologik muhitni shakllantirishning asosiy omillaridir. Farzand tarbiyasida mehr-muhabbat, qo'llab-quvvatlash va ijobiy muloqot ustuvor bo'lsa, bola ruhiy jihatdan barqaror, o'ziga ishongan va ijtimoiy faol shaxs bo'lib shakllanadi. Shuningdek, maktab va psixologlarning hamkorligi ham bolalardagi oilaviy nizolar ta'sirini kamaytirishda muhim o'rin tutadi. Psixologik yordam, individual yondashuv va profilaktik ishlar orqali bolalarning emotsional holatini yaxshilash mumkin. Demak, oilaviy nizolarning oldini olish va ularning bolalar psixikasiga salbiy ta'sirini kamaytirish uchun oilada sog'lom psixologik muhit yaratish, ota-onalarning pedagogik madaniyatini oshirish hamda farzandga nisbatan mehrlil va tushunarli munosabatni shakllantirish zarur hisoblanadi. Bu esa kelajakda ruhiy jihatdan sog'lom, barkamol va ijtimoiy faol avlodni tarbiyalashga xizmat qiladi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati

1. Karimova V.M. Psixologiya. – Toshkent: O'qituvchi, 2019.
2. G'oziev E.G'. Yosh davrlari psixologiyasi. – Toshkent: Universitet, 2018.
3. Nishonova Z.T. Rivojlanish psixologiyasi va pedagogik psixologiya. – Toshkent: O'zbekiston faylasuflari milliy jamiyati nashriyoti, 2017.
4. Davletshin M.G. Pedagogik psixologiya asoslari. – Toshkent: TDPU nashriyoti, 2020.
5. Vohidov M.V. Bolalar va o'smirlar psixologiyasi. – Toshkent: O'qituvchi, 2016.
6. Musurmonova O. Oila ma'naviyati va tarbiya asoslari. – Toshkent: Fan, 2019.

7. To‘xtaboyeva M. Psixologik maslahat va profilaktika ishlari. – Toshkent: Innovatsiya, 2021.
8. Leontev A.N. Faoliyat, ong va shaxs. – Toshkent: Yangi asr avlodi, 2020.
9. Rubinshteyn S.L. Umumiy psixologiya asoslari. – Toshkent: O‘zbekiston, 2017.
10. Abduqodirov A.A. Axborot texnologiyalari va ta’lim jarayoni. – Toshkent: Fan va texnologiya, 2022.