OILAVIY IJTIMOIY-PSIXOLOGIK IQLIM VA UNING BARQARORLIKKA TA'SIRI.

Berdiyeva Dilnoza A'zamovna
Jizzax viloyati Pedagogik mahorat markazi
"Pedagogika, psixologiya va ta'lim texnologiyalari kafedrasi" o'qituvchisi

Annotatsiya. Mazkur maqolada oilaviy ijtimoiy-psixologik iqlimning oila barqarorligiga, shuningdek oila a'zolarining ruhiy va emotsional holatiga ta'siri yoritilgan. Oilada o'zaro ishonch, hurmat, ochiq muloqot va emotsional qo'llab-quvvatlash muhitini shakllantiruvchi omillar tahlil qilingan. Nosog'lom iqlimning oqibatlari ko'rsatilib, oilaviy nizolarning oldini olish va sog'lom iqlimni saqlash bo'yicha ilmiy-amaliy tavsiyalar berilgan.

Kalit so'zlar: ijtimoiy-psixologik iqlim, oilaviy muhit, barqarorlik, mikroklimat, shaxslararo munosabatlar, emotsional qo'llab-quvvatlash.

Abstract. This article examines the influence of the family socio-psychological climate on family stability and on the mental and emotional state of family members. It analyzes the factors that foster mutual trust, respect, open communication, and emotional support within the family, describes the consequences of an unhealthy climate, and offers scientific and practical recommendations for preventing family conflicts and maintaining a healthy climate.

Keywords: socio-psychological climate, family environment, stability, microclimate, interpersonal relationships, emotional support.

Kirish

Mamlakatimizda oila institutini mustahkamlash, uning ma'naviy-axloqiy asoslarini boyitish va sog'lom muhitni ta'minlash davlat siyosatining ustuvor

yo‘nalishlaridan biridir. Oila jamiyatning boshlang‘ich bo‘g‘ini bo‘lib, inson hayotining barcha bosqichlarida uning ma’naviy-axloqiy shakllanishi, psixologik xavfsizligi va ijtimoiy moslashuvida hal qiluvchi rol o‘ynaydi. Shaxsning jamiyatdagi faolligi, ruhiy barkamolligi va kelajakka ishonchi, avvalo, u voyaga yetayotgan yoki yashayotgan oilaviy muhitning qanchalik sog‘lom ekaniga bog‘liq.

Zamonaviy hayotning tezkor sur’ati, ijtimoiy-iqtisodiy o‘zgarishlar va axborot oqimining kuchayishi oilaviy munosabatlarga ham ta’sir ko‘rsatib, ayrim hollarda oila barqarorligiga putur yetkazmoqda. Shu bois oilada sog‘lom ijtimoiy-psixologik iqlim yaratish va uni asrab-avaylash bugungi kunda dolzarb ilmiy-amaliy ahamiyat kasb etmoqda. Maqolaning maqsadi oilaviy ijtimoiy-psixologik iqlimning mohiyatini yoritish, uning oila barqarorligiga ta’sirini tahlil qilish hamda uni mustahkamlash yo‘llarini ko‘rsatishdan iborat.

Oilaviy ijtimoiy-psixologik iqlim tushunchasi va uning mohiyati

Oiladagi ijtimoiy-psixologik iqlim (ilmiy adabiyotlarda ko‘pincha "mikroklimat" atamasi bilan ham ifodalanadi) deganda oila a’zolarining o‘zaro munosabatlarida namoyon bo‘ladigan, ularning kayfiyati, ruhiy holati va faoliyatiga bevosita ta’sir ko‘rsatuvchi ma’naviy-emotsional muhit tushuniladi.

Amerikalik oilaviy terapevt Virginia Satir fikricha, oilaviy muhit sog‘lomligining asosiy ko‘rsatkichi oila a’zolarining o‘z qadr-qimmatini his qilish darajasidir. Uning ta’kidlashicha, sog‘lom oilada har bir a’zo o‘zini qadrli, tinglanadigan va qabul qilinadigan his qiladi, muloqot ochiq, aniq va samimiy bo‘ladi, ya’ni his-tuyg‘u va istaklar to‘g‘ridan-to‘g‘ri aytiladi, so‘z bilan ohang bir-biriga zid kelmaydi. Oilaviy qoidalar bolaning yoshi va hayotiy vaziyatlarga qarab moslasha oladi, qat’iy va jazolashga asoslangan bo‘lmaydi. Oilaning tashqi olam bilan aloqasi esa ochiq va ishonchli bo‘lib, kerak bo‘lganda yordam so‘rashdan tortinmaydi [1]. Aynan shunday muhit shaxsning o‘zini erkin his qilishi, o‘z imkoniyatlarini namoyon etishi va hayotiy qiyinchiliklarni yengib o‘tishi uchun poydevor bo‘lib xizmat qiladi.

Sog‘lom ijtimoiy-psixologik iqlim bir necha mezon asosida belgilanadi. Birinchisi, o‘zaro ishonch va hurmat bo‘lib, u oila a’zolarining bir-birining shaxsiy chegaralarini hurmat qilishi va fikriga quloq tutishida ifodalanadi. S. Minuchin oilaviy tizimda a’zolar o‘rtasidagi chegaralarning aniq, ammo moslashuvchan bo‘lishini sog‘lom faoliyatning muhim sharti deb hisoblaydi [2]. Ikkinchisi, emotsional xavfsizlik, ya’ni har bir oila a’zosining o‘zini xavfsiz, qadrlangan va qo‘llab-quvvatlanayotgan his qilishidir. Uchinchisi, mas’uliyat va hamjihatlik bo‘lib, oilaviy muammolarni birgalikda hal qilish va umumiy maqsadlar sari intilishni anglatadi.

Oilaviy iqlimning barqarorlikka ta’sir etuvchi psixologik omillari

Oila barqarorligi va uning ichki iqlimining sog‘lomligi ko‘p jihatdan bir necha psixologik omilga bog‘liq. Birinchi omil muloqot madaniyati va ochiqlikdir. Oila a’zolari o‘rtasida samimiy muloqotning yetishmasligi ko‘pincha begonalashuvga olib keladi. O‘zbekistonlik psixolog V. Karimovaning ta’kidlashicha, ochiq va konstruktiv muloqot oiladagi ko‘plab yashirin ziddiyatlarning oldini oladi [3].

Ikkinchi omil tarbiya uslublarining uyg‘unligidir. Ota-onalarning farzand tarbiyasida yagona talab asosida harakat qilishi va o‘zaro hurmat tamoyiliga tayanishi oiladagi emotsional barqarorlikni mustahkamlaydi. Oila va maktab hamkorligi ham tarbiyaviy ta’sirlarning izchilligini ta’minlaydi [4].

Uchinchi omil stressni boshqarish qobiliyatidir. Zamonaviy hayot keltirib chiqaradigan tashqi tazyiq va kundalik muammolarni oila doirasida birgalikda yengib o‘tish ko‘nikmasi oilaviy iqlim barqarorligini saqlashda muhim o‘rin tutadi.

Nosog‘lom iqlimning oqibatlari va ularning oldini olish yo‘llari

Oilada doimiy nizoli muhit, o‘zaro tushunmovchilik va zo‘riqish hukmron bo‘lsa, bu nafaqat kattalarning, balki farzandlar psixikasiga ham jiddiy zarar yetkazadi. Doimiy ziddiyatlar bolalarda xavotirlik, agressiya, o‘ziga ishonchsizlik va ijtimoiy moslashuvning buzilishiga sabab bo‘lishi mumkin. Bunday holat oilaning ichki

barqarorligini zaiflashtiradi va munosabatlarning yanada keskinlashishiga zamin yaratadi.

Sog‘lom ijtimoiy-psixologik iqlimni tiklash va mustahkamlash uchun, birinchidan, oilada konstruktiv muloqot madaniyatini shakllantirish va har bir fikrni tinglay olish ko‘nikmasini rivojlantirish lozim. Ikkinchidan, birgalikdagi madaniy hordiq va oilaviy an’analarni davom ettirish orqali emotsional yaqinlikni oshirish zarur. Uchinchidan, kerakli hollarda psixologik maslahat va yordam olishdan tortinmaslik kerak.

Xulosa

Xulosa qilib aytganda, sog‘lom ijtimoiy-psixologik iqlim oila barqarorligining, jamiyat ravnaqining, sog‘lom avlod tarbiyasining hamda shaxsning ma’nan barkamol bo‘lib voyaga yetishining bosh garovidir. Oiladagi mehr-oqibat, hurmat va ishonch muhiti tashqi ijtimoiy qiyinchiliklarga qarshi tura oladigan eng kuchli qalqon vazifasini bajaradi. Shu bois har bir oilada sog‘lom psixologik iqlimni saqlash va uni boyitib borish davr talabi hamda muhim ijtimoiy vazifadir.

Foydalanilgan adabiyotlar

1. Satir, V. (1988). The new peoplemaking. Science and Behavior Books.
2. Minuchin, S. (1974). Families and family therapy. Harvard University Press.
3. Karimova V.M. Psixologiya. – Toshkent: O‘zbekiston faylasuflari milliy jamiyati, 2008.
4. Zaripova M. O‘smirlar tarbiyasida oila va maktab hamkorligi. – Toshkent: Fan va texnologiya, 2017.