YOSHLARNI OILAVIY HAYOTGA TAYYORLASHDA ER-XOTIN ZIDDIYATLARINI BARTARAF ETISH VA MULOQOT MADANIYATINI O‘RGATISH METODIKASI

Abdullayeva Munira Imomaddin qizi

Xalqaro Nordik Universiteti Psixologiya yo‘nalishi

1-bosqich magistranti

Telefon nomer: +998770525152

Annotatsiya:

Mazkur tezisda yosh oilalarda er-xotin o‘rtasida kelib chiqadigan nizolarning ijtimoiy-psixologik sabablari, muloqot jarayonidagi to‘siqlar hamda ularni bartaraf etishda muloqotchanlik xususiyatlarini rivojlantirish masalalari yoritilgan. Shu jumladan, yoshlarni oilaviy hayotga tayyorlash jarayonida ilg‘or pedagogik texnologiyalar (FSMU, vaziyatlar tahlili, T-jadval) orqali muloqot madaniyatini o‘qitish metodikasi tahlil qilingan.

Kalit so‘zlar: Oilaviy nizo, muloqot madaniyati, kommunikativ to‘siqlar, biriktiruvchi va ajratuvchi nizolar, pedagogik texnologiyalar, hamkorlik strategiyasi, psixologik qovushuv, interfaol metodlar.

Аннотация:

В данном тезисе освещаются социально-психологические причины конфликтов, возникающих между супругами в молодых семьях, барьеры в процессе общения и вопросы развития коммуникативных навыков для их

преодоления. В том числе, проанализирована методика обучения культуре общения в процессе подготовки молодежи к семейной жизни с помощью передовых педагогических технологий (ФСМУ, анализ ситуаций, Т-таблица).

Ключевые слова: Семейный конфликт, культура общения, коммуникативные барьеры, объединяющие и разъединяющие конфликты, педагогические технологии, стратегия сотрудничества, психологическая совместимость, интерактивные методы.

Abstract:

This thesis highlights the socio-psychological causes of conflicts arising between spouses in young families, barriers in the communication process, and the issues of developing communicative characteristics to overcome them. Furthermore, it analyzes the methodology of teaching communication culture in the process of preparing young people for family life through advanced pedagogical technologies (FSMU/PPSA, case study, T-chart).

Keywords: Family conflict, communication culture, communicative barriers, associative and dissociative conflicts, pedagogical technologies, cooperation strategy, psychological compatibility, interactive methods.

KIRISH

Har bir oilaning sog‘lom bo‘lishi, ularda ijobiy psixologik iqlimning hukm surishi davlat va jamiyat taraqqiyotini ta’minlovchi hal qiluvchi omildir. Biroq, insoniyat taraqqiyotining hozirgi bosqichida, fan-texnika taraqqiyoti yuksalib, odamlar turmush tarzining jadallashuvi yosh oilalarda o‘ziga xos ijtimoiy-psixologik muammolarni, shu qatorda er-xotin ziddiyatlarini keltirib chiqarmoqda.

Bugungi kunda psixologlarning asosiy vazifalaridan biri yoshlarni oilaviy hayotda yuzaga keladigan muammolarga konstruktiv tus berishga, destruktiv yo‘nalishdagilaridan saqlanishga o‘rgatishdir. Kuzatishlar va statistik ma’lumotlarga ko‘ra, ajralishlarning asosiy qismi aynan yosh oilalarga to‘g‘ri kelmoqda. Bunga asosiy sabablardan biri sifatida yoshlarning oilaviy munosabatlarga psixologik jihatdan tayyor emasligi va eng muhimi – er-xotin o‘rtasida muloqot madaniyatining yetishmasligi ko‘zga tashlanadi.[1] Shu sababdan er-xotin o‘rtasida muloqotchanlikni yo‘lga qo‘yish, yoshlarni oila qurishga psixologik jihatdan tayyorlash dolzarb muammo hisoblanadi.

ASOSIY QISM

1. Er-xotin munosabatlarida muloqot va uning to‘siqlari

Odamlar o‘rtasidagi muloqot va uning umumiy qonuniyatlari oilaviy turmush tarzining eng muhim shartlaridan hisoblanadi. Oila a’zolarining asabiyligi, nevrozlar, hatto oilaning buzilib ketishi kabi holatlar ham aynan noto‘g‘ri tashkil etilgan muloqotning natijasidir. Muloqot madaniyatini oshirish uchun inson avvalo o‘zini va turmush o‘rtog‘ini tushuna olishi, uning holatiga adekvat munosabat bildira olishi zarur.

Bu masalada birinchi bo‘lib, yoshlarga muloqot jarayonida yuzaga keladigan quyidagi asosiy to‘siqlarni tushuntirish va ularni yengib o‘tishni o‘rgatish lozim

Psixologik to‘siq – bu sherigiga ma’qul tushmay qolishdan, inkor etilishdan yoki hislarini samimiy izhor etishiga javoban qo‘pollik eshitishdan xavotirlanish tufayli yuzaga keladigan ichki tormozdir.

Vaziyatli to‘siqlar – er va xotinning bir xil vaziyatni turlicha tushunishlari va unga turlicha yondashishlari bilan bog‘liq bo‘lgan to‘siq.

Mazmuniy to‘siqlar – suhbatdoshni tushunmaganlik, uning gapi qanday ma’noda aytilgani, nimani nazarda tutayotganini noto‘g‘ri talqin qilish oqibatida kelib chiqadi.

Motivatsion to‘siqlar – gapirayotgan odam o‘zi bayon qilayotgan fikrning asosiy motivini yashirishga harakat qilganda yuzaga keladi.[1]

Yosh oilalar va endi oila quradigan yoshlarga er-xotin muloqotidagi uch xil kommunikativ pozitsiyani tushuntirib berish muhim. Bular: “Ota yoki ona”, “Katta odam”, va “Bola” pozitsiyalaridir. Agar oilada er-xotindan biri “ota-ona” pozitsiyasini (pand-nasihatli, buyruqboz) tutsa, ikkinchisi ham xuddi shu pozitsiyadan javob qaytarsa, muloqotda zo‘riqish va nizo yuzaga kelishi muqarrardir. Eng maqbul holat – bu ikkala tomonning ham “Katta odam” pozitsiyasida (teng darajada, mulohazakorlik bilan) muloqotga kirishishidir.

2. Oilaviy nizolarning psixologik tabiati

Er-xotin o‘rtasidagi ziddiyatlarni bartaraf etishni o‘rgatishdan avval, yoshlarga nizoning turlarini farqlay olish ko‘nikmasini singdirish kerak. Nizolar shartli ravishda konstruktiv (biriktiruvchi) va destruktiv (ajratuvchi) turlarga bo‘linadi.

Biriktiruvchi nizolarning yuzaga kelishiga asos bo‘lgan muammolar va ularning hal qilinishi ham erning, ham xotinning, umuman butun oilaning manfaatlariga qaratilgan bo‘ladi. Bu nizolarning muvaffaqiyatli hal etilishida er-xotin bir-birini yanada yaqinroq bilib, moslashib boradi. “Er-xotinning urishi – doka ro‘mol qurishi” degan maqol aynan shu turdagi nizolarga xosdir.

Ajratuvchi nizolarda esa muammo va uning yechimi faqat bir tomonning (er yoki xotinning) manfaati va xudbinligiga qaratilgan bo‘ladi. Bunday nizolarda manfaati boy berilgan tomonda norozilik yig‘ilib boradi va bu nizolar kuchayishini

keltirib chiqaradi. Ajratuvchi nizolar ko‘pincha “chegaralanmagan” nizo bo‘lib, unga uchinchi shaxslar (qaynona, qarindoshlar) ham aralashib ketadi.[1]

3. Ziddiyatlarni hal qilish strategiyalarini o‘rgatish metodikasi

Oilaviy munosabatlar psixologiyasini o‘rgatishda an’anaviy ma’ruza usulidan voz kechib, hamkorlik pedagogikasi va zamonaviy pedagogik texnologiyalardan foydalanish yuqori samara beradi.[2] Yoshlarda nizolarni hal qilish malakasini hosil qilish uchun quyidagi interfaol metodlarni qo‘llash maqsadga muvofiq:

A) “Muammoli vaziyatlar tahlili”:

Ta’lim jarayonida talabalarga hayotiy oilaviy nizolar yuzasidan muammoli vaziyatlar beriladi. Masalan:

Vaziyat: Er ishdan charchab kelib, kechki ovqat paytida xotiniga qarab: “Nima uchun sen menga shakarsiz kofe berding?” dedi. Xotini esa e’tiborsizlik va zaharxandalik bilan javob qaytardi.

Vazifa: Talabalar guruhlarga bo‘linib, ushbu vaziyat qanday qilib destruktiv nizoga aylanib ketishi mumkinligini va qanday qilib to‘g‘ri muloqot (konstruktiv yondashuv) orqali uni hal etish mumkinligini ssenariy asosida ko‘rsatib berishadi. Bu orqali talabalar “Teskari aloqa” o‘rnatish va tinglash madaniyatini o‘rganadilar.[3]

B) Ziddiyatlardan chiqish variantlarini o‘rgatish:

Psixologiyada nizolarni hal qilishning 5 ta varianti mavjudligini auditoriyada “Klaster” yoki “T-jadval” metodi orqali tahlil qilish kerak:

1. Raqobat usuli – bir tomonning ikkinchi tomon ustidan hukmronlik qilishga intilishi (nizoni chuqurlashtiradi).
2. Yon berish – bir tomon o‘z ixtiyori bilan chekinadi, lekin ichki qoniqmaslik

ortib borib, portlashga olib kelishi mumkin.

3. Passivlik – muammodan qochish. “Vaqt o‘tishi bilan hal bo‘lar” degan xato tushuncha.
4. Kompromiss – kelishuvchanlik “sen ham yutqizma, men ham yutqizmayin”.
5. Hamkorlik – eng samarali usul. Barcha ishtirokchilarning manfaatlarini hisobga olgan holda ochiq muloqotga kirishish.[2]

Talabalarga aynan hamkorlik strategiyasiga erishish uchun intim muloqot (qalb ochiqligi, o‘z kamchiliklaridan qo‘rqmaslik) muhimligi o‘rgatiladi.

D) FSMU texnologiyasini qo‘llash:

Talabalarda oilaviy nizolarni hal qilish yuzasidan shaxsiy pozitsiyani shakllantirish uchun FSMU metodidan foydalanish juda samarali. O‘qituvchi o‘rtaga bir fikrni tashlaydi. Masalan: “Yosh oilalarda shaxslararo munosabatlardagi muammolarning kelib chiqishiga er-xotinning kasbiy pozitsiyasi ham ta’sir etadi”.

Talabalar guruhlarga bo‘lingan holda ishlaydilar:

F (Fikr): O‘z fikrini qisqa bayon etadi Masalan: “Men bu fikrga qo‘shilaman”.

S (Sabab): Fikrining sababini ko‘rsatadi “Chunki ishxonadagi asabiy zo‘riqishlar uyga ko‘chadi va muloqot to‘siqlarini yaratadi”.

M (Misol): Hayotiy misol keltiradi “Er o‘z ishida rahbar bo‘lsa, uyida ham xotiniga avtoritar ota-ona pozitsiyasida munosabatda bo‘la boshlaydi”.

U (Umumlashtirish): Xulosa chiqaradi “Demak, oilaviy nizolarni oldini olish uchun ishchi rol va oilaviy rolni to‘g‘ri farqlash hamda muloqot shakllarini vaziyatga moslashtirish lozim”.

E) O‘z-o‘zini diagnostika qilish testlari:

Dars davomida talabalarga Oila psixologiyasiga oid testlarni o‘tkazish tavsiya etiladi. Masalan, “Siz bir-biringizni tushunasizmi?”, “Siz janjalkash insonmisiz?”, “Oilangizda nizolar mavjudmi?” kabi testlar talabalarga o‘zlarining xarakter xususiyatlarini, muloqotga kirishuvchanlik va bag‘rikenglik darajalarini ob’yektiv baholash imkonini beradi. Natijalarni tahlil qilish orqali har bir yigit-qiz o‘zidagi muloqotdagi kamchiliklarni (masalan, tanqidga toqatsizlik, tinglay olmaslik) anglab yetadi.[1]

XULOSA VA TAVSIYALAR

Yoshlarni oilaviy hayotga tayyorlash faqatgina ularga nazariy ma’lumotlar berishdan iborat emas. Ularni amaliy hayot qiyinchiliklariga, er-xotin munosabatlaridagi muqarrar inqiroz va ziddiyatlarga ruhiy-psixologik jihatdan tayyorlash talab etiladi. Ziddiyatlarni bartaraf etishning eng kuchli quroli – bu muloqot madaniyatidir.

Shu ma’noda ta’lim muassasalarida oila psixologiyasi va etiologiyasini o‘qitish metodikasini quyidagicha takomillashtirish tavsiya etiladi:

Birinchidan, avtoritar pedagogikadan hamkorlik pedagogikasiga o‘tish: O‘quvchilarga tayyor aql o‘rgatishdan ko‘ra, interfaol metodlar “Aqliy hujum”, “B/BX/B jadvali”, “Venn diagrammasi” yordamida o‘zlari to‘g‘ri xulosa chiqarishlariga imkon yaratish.[3]

Ikkinchidan, muloqot malakalarini mashq qildirish: Darslarda doimiy ravishda “Suhbatdoshni tinglash”, “His-tuyg‘ularni ochiq ifoda etish” kabi psixologik treninglar va rolli o‘yinlar tashkil etish.[2]

Uchinchidan, realistlikka o‘rgatish: Badiiy asarlar va kinolardagi yengil, muammosiz sevgi haqidagi ertakmonand tasavvurlarni o‘zgartirib, yoshlarga oila – bu

og‘ir mehnat, o‘zaro moslashuv va doimiy muloqot orqaligina mustahkamlanadigan muassasa ekanligini tushuntirish.

To‘rtinchidan, psixologik yetuklikni shakllantirish: Ziddiyat paytida xudbinona “Men” o‘rniga, oila yaxlitligini ifodalovchi “Biz” tushunchasini himoya qila oladigan, muammoga nisbatan kompromiss emas, balki “Hamkorlik” strategiyasini qo‘llaydigan shaxsni tarbiyalash.

Xulosa qilib aytganda, oilaviy nizolarning ko‘pchiligi bir-birini tushunmaslik va his-tuyg‘ularni to‘g‘ri ifoda eta olmaslik oqibatida chuqurlashadi. Ta’lim jarayonida zamonaviy pedagogik texnologiyalardan samarali foydalanish yoshlarda yuksak kommunikativ qobiliyatlarni rivojlantirib, kelajakda sog‘lom, mustahkam va farovon oilalar barpo etilishiga xizmat qiladi.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR

1. Shoumarov G‘.B., va boshq. “Oila psixologiyasi” . – T.: “Sharq”, 2011.
2. Abdullaeva D., Yorqulov R., Atabaeva N. “Oila psixologiyasi” (o‘quv qo‘llanma). – T.: “Tafakkur Bo‘stoni”, 2015.
3. H. Xonboboyev., “Mutaxasislik fanlarini o‘qitish metodikasi” . – T.: “Ilm va fan” nashriyoti, 2023