

OILADA EMOTSIONAL MUHIT VA UNING BOLA PSIXIKASIGA TA'SIRI**Tillayeva Nodira***Toshkent amaliy fanlar universiteti "Psixologiya" kafedrası o'qituvchisi***Sayfiyeva Sevinch***Toshkent amaliy fanlar universiteti "Pedagogika va Psixologiya" yo'nalishi**4 – kurs talabasi*

Annotatsiya: Ushbu maqolada oilaviy emotsional muhitning mazmuni, uning shakllanish omillari va bola psixikasiga ko'rsatadigan ta'siri ilmiy-psixologik nuqtai nazardan tahlil qilinadi. Emotsional muhit oila a'zolari o'rtasidagi hissiy aloqadorlik, mehr-muhabbat ifodasi, muloqot madaniyati hamda psixologik qo'llab-quvvatlash darajasi bilan belgilanadi. Tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, oilada iliq va barqaror emosional muhit mavjud bo'lganda bola o'zini xavfsiz his etadi, unda ijtimoiy moslashuvchanlik, muvozanatli hissiy holat, ijobiy "Men" obrazi va sog'lom o'z-o'zini baholash shakllanadi. Biroq oilada konfliktlar tez-tez uchrashi, ota-onaning beparvoligi, hissiy sovuqlik yoki tajovuzkor munosabatlar bolada xavotir, tajanglik, o'jarlik, o'ziga ishonchsizlik va ijtimoiy faoliyatdan chekinish kabi psixologik buzilishlarga sabab bo'lishi mumkin. Maqolada ota-onaning tarbiyaviy uslubi, ularning nutq va muloqotdagi hissiy ohangi, jismoniy va ruhiy qo'llab-quvvatlashning bola ruhiy salomatligiga ta'siri alohida asoslangan. Shuningdek, sog'lom emotsional muhitni shakllantirishda mehr-oqibat, sabr, o'zaro hurmat, tinglay bilish ko'nikmalari hamda ota-onaning shaxsiy hissiy barqarorligi muhim omil sifatida ko'rsatib o'tiladi. Yakuniy qismda oilada ijobiy emotsional muhitni mustahkamlash bo'yicha amaliy tavsiyalar keltirilgan.

Tayanch so'zlar: oila, emosional muhit, bola psixikasi, mehr-muhabbat, muloqot madaniyati, ruhiy rivojlanish, tarbiya uslubi, psixologik salomatlik, xavfsizlik hissi, ota-ona munosabatlari, hissiy barqarorlik, o'z-o'zini baholash.

KIRISH

Oila – jamiyatning asosiy ijtimoiy bo'g'ini bo'lib, unda shaxsning dastlabki ruhiy, axloqiy va ijtimoiy tajribasi shakllanadi. Bola tug'ilgan ilk kunlardan boshlab oila muhiti, undagi munosabatlar, hissiy aloqadorlik va tarbiya uslublari orqali atrof-muhitni anglay boshlaydi. Shu sababli oilada hukm suruvchi emosional muhitning sifati bolaning psixik rivojlanishida asosiy omillardan biri hisoblanadi. Ilmiy adabiyotlarda qayd etilishicha, iliq, barqaror va mehrga boy emosional muhitda ulg'aygan bolalar o'ziga bo'lgan ishonchi baland, ijtimoiy moslashuvchan, barqaror hissiy holatga ega bo'lib voyaga yetadilar. Aksincha, sovuq, keskin, nizoli va beparvo muhit bolada xavotir, qo'rquv, agressiya yoki past o'z-o'zini baholash shakllanishiga olib kelishi mumkin.

Oilaviy emosional muhit, avvalo, ota-onalarning shaxsiy hissiy madaniyati, ularning o'zaro muloqoti, bir-birini tushunish darajasi, mehr-muhabbati va bolaga bo'lgan munosabatida yaqqol namoyon bo'ladi. Ota-onaning bolaning ruhiy ehtiyojlariga befarq bo'lmasligi, uni tinglay olishi, ruhiy qo'llab-quvvatlashi hamda uni qadrlashiga asoslangan munosabat bolaning ichki dunyosida xavfsizlik hissi va ishonchni shakllantiradi. Psixologik tadqiqotlar ko'rsatadiki, bola eng avvalo oilada his etgan his-tuyg'ularini keyinchalik maktab, do'stlar va jamiyat bilan munosabatlarda ham namoyon qiladi. Demak, oiladagi emosional muhit bolaning kelajakdagi shaxsiy fazilatlari, xarakter xususiyatlari va ijtimoiy moslashuv jarayonining poydevorini tashkil etadi.

Shuningdek, oilada shaxslararo munosabatlarni to'g'ri yo'lga qo'yish, konstruktiv muloqot olib borish, nizolarni tinch yo'l bilan hal etish, bir-birini hurmat va qadrlash kabi omillar bolaning ruhiy salomatligini mustahkamlaydi. Agar ota-onalar tarbiyada haddan tashqari tanqidiy, jazolovchi yoki befarq yondashuvni qo'llasa, bu bola psixikasiga salbiy ta'sir ko'rsatadi va unda hissiy beqarorlik, o'ziga ishonchsizlik, ijtimoiy qiyinchiliklar kabi holatlar yuzaga kelishi mumkin. Shu bois oiladagi ijobiy emosional muhitni yaratish bugungi kunda nafaqat psixologlar, balki pedagoglar, ijtimoiy xodimlar va jamiyatning barcha a'zolari uchun dolzarb masala hisoblanadi. Ushbu maqolada oilada emosional muhitning shakllanish shart-sharoitlari, uning bola psixikasiga ta'sir mexanizmlari hamda ijobiy muhitni yaratish bo'yicha ilmiy-amaliy tavsiyalar yoritib beriladi. Bu mavzu oila tarbiyasiga oid ilmiy qarashlarni yanada chuqur anglash va amaliyotda qo'llashga yordam beradi.

TADQIQOT OBYEKTI VA QO'LLANILGAN METODLAR

Ota-ona va bola bola o'rtasidagi emosional munosabatlar bolaning o'z-o'zini anglashda va mustaqil shaxs sifatida shakllanishida muhim ahamiyatga ega. Oilaviy munosabatlar va ijtimoiy rollar: Har bir oila a'zosi o'ziga xos rol ni bajaradi: ota-rahbar, mas'ul; ona- qo'llab-quvvatlovchi; bola-o'quvchi va tarbiyalanuvchi. Bu rollar o'zaro muloqot va munosabatlarni aniqlaydi. Petrovskiy shaxsning o'z o'rnini anglash jarayoni oiladagi rollar taqsimoti va ular o'rtasidagi uyg'unlikka bog'liq ekanligi ta'kidlaydi. Oiladagi konfliktlarning psixologik ta'siri: Oilaviy nizolar bolalarda stress, xavotr va o'ziga ishonchsizlikni kuchaytirishi mumkin.

Petrovskaya maktabida olib borilgan tadqiqotlarda oilaviy munosabatlarning quyidagi jihatlari alohida ta'kidlanadi:

1. Mehr-muhabbat va qo'llab-quvvatlash muhiti – bolaning o'zigabo'lgan ishonchini shakllantirishga xizmat qiladi
2. Intizom va talabchanlik – bola ijtimoiy me'yorlarga moslashishni o'rganadi
3. Muloqot sifati – oilada samarali muloqot bola nutqi va fikrlash faoliyatini rivojlantiradi.
4. Rivojlantiruvchi sharoitlar – oila ta'lim va tarbiya uchun imkoniyatlar yaratadi.

Oila muhiti va psixologik rivojlanish

Oila psixologik rivojlanishda ham muhim rol o'ynaydi. Bola, o'zining psixologik holatini va munosabatlarini oila ichidagi vaziyatlarga qarab shakllantiradi. Ota-onalar o'rtasidagi o'zaro munosabatlar, bolaga qanday psixologik modellarga asoslanish kerakligini ko'rsatadi. Agar otaona o'rtasida ijobiy munosabatlar mavjud bo'lsa, bola o'zini xavfsiz va barqaror his qiladi, bu esa uning psixologik holatini yaxshilaydi. Shuningdek, ota-onaning bolaga qarashlari va ularni tarbiyalash uslubi, bolaning o'z psixologik holatini qanday boshqarishini belgilaydi.

Oila muhiti va hissiy rivojlanish

Bola o'zining hissiy rivojlanishini birinchi navbatda oila a'zolari bilan o'zaro munosabatlar orqali boshlaydi. Ota-ona va boshqa oila a'zolari bolaning hissiyotlarini tushunish va ularga javob berish orqali uning o'zini qanday his qilishini shakllantiradilar. Masalan, ota-ona tomonidan berilgan sevgi, e'tibor, qo'llab-quvvatlash va nazorat, bolaning o'ziga bo'lgan ishonchini oshiradi va uning xavfsizlik hissini mustahkamlaydi. Shuningdek, bolada hissiy barqarorlik, o'zini ifoda etish va boshqalarga nisbatan empatiya rivojlanadi.

Agar oila muhitida doimiy ravishda ziddiyatlar va salbiy muomala mavjud bo'lsa, bolada hissiy noaniqlik, xavotir va stress holatlari yuzaga kelishi mumkin. Bu, bolaning o'zini hurmat qilishida, o'ziga bo'lgan ishonchida va boshqa insonlarga nisbatan ishonchli munosabatlarda qiyinchiliklarga olib kelishi mumkin.

Zo'ravonlik, ota-onalar o'rtasidagi ziddiyat, ishonch va hurmatning yetishmasligi kabi salbiy psixologik muhit bolaning sog'lom aqliy rivojlanishiga

to'sqinlik qiladi. Oiladagi ijobiy psixologik muhit bolaning o'sishi va rivojlanishiga hissa qo'shishi mumkin. Ota-onalar qo'llab-quvvatlasa, rag'batlantirsa, adolat va o'zini namoyon qilish imkoniyatini yaratsa, bola o'zini xavfsiz va ishonchli his qiladi. Bu yuqori o'z-o'zini hurmat qilish, ijobiy o'zini-o'zi hurmat qilish, ijtimoiy ko'nikmalar va kognitiv funktsiyani rivojlantirishga yordam beradi. Shuni ta'kidlash kerakki, oiladagi psixologik muhit bolaning aqliy rivojlanishini belgilovchi yagona omil emas. Maktab, do'stlar, jamiyat va genetik omillarning ta'siri ham rol o'ynaydi. Biroq, oiladagi muhit ko'pincha bolalarga birinchi va eng muhim ta'sir qiladi va uzoq muddatli oqibatlarga olib kelishi mumkin.

Shuni ta'kidlash kerakki, oiladagi psixologik muhit va bolaning aqliy rivojlanishi o'rtasidagi o'zaro ta'sir dinamik va o'zaro amalga oshuvchi jarayondir. Bolaning rivojlanishi oiladagi psixologik muhitga ta'sir qilishi mumkin va aksincha. Misol uchun, rivojlangan ijtimoiy ko'nikmalar va bilimlarga ega bo'lgan bola ota-onalarga ta'sir qilishi mumkin, ularni ko'proq interaktiv va qo'llab-quvvatlashga

undaydi. Shunday qilib, bolaning aqliy rivojlanishi uchun oiladagi psixologik muhit muhim ahamiyatga ega. Qulay muhit bolaning barkamol rivojlanishiga yordam beradi, noqulay muhit esa uning rivojlanishiga salbiy ta'sir ko'rsatishi mumkin. Ushbu munosabatlarni tan olish va qabul qilish ota-onalarga farzandlari uchun qo'llab-quvvatlovchi va rag'batlantiruvchi muhit yaratishga yordam beradi.

XULOSA

Oila muhitida hukm suruvchi emosional holat bolaning psixik rivojlanishida hal qiluvchi omil hisoblanadi. Ota-ona va bola o'rtasidagi hissiy aloqadorlik, mehr-muhabbat, qo'llab-quvvatlash, e'tibor va muloqotning mazmuni bolaning o'zini anglash jarayoni, shaxs sifatida shakllanishi va ijtimoiy hayotga moslashuv darajasini belgilaydi. Iliq, barqaror, mehrga boy oilaviy muhit bolaning o'ziga bo'lgan ishonchini mustahkamlaydi, hissiy barqarorlikni ta'minlaydi hamda ijobiy xulq-atvor shakllanishiga xizmat qiladi.

Aksincha, sovuqqonlik, befarqlik, keskin tanbehlar, tez-tez takrorlanadigan kelishmovchiliklar va agressiv muhit bolaning ruhiy dunyosida xavotir, qo'rquv, tajanglik, past o'z-o'zini baholash, hatto ijtimoiy hayotdan chekinish kabi salbiy holatlarga sabab bo'lishi mumkin. Shuning uchun oilada sog'lom emosional muhitni yaratish, ota-onaning hissiy savodxonligini oshirish, muloqot madaniyatini rivojlantirish va bolaning hissiy ehtiyojlarini to'g'ri anglash dolzarb vazifa hisoblanadi.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR RO'YXATI:

- 1.Nazarova N. (2020). Oilaviy munosabatlar va bolalarning ijtimoiy moslashuvi. Psixologiya ilmiy jurnali,
- 2.Qodirov, S. (2020). Shaxs rivojlanishida oilaning o'rni. Toshkent: Fan.
- 3.Xolmatova, R. (2018). Oila tarbiyasida psixologik yondashuvlar. Buxoro: Iqtisod-Moliya.
- 4.Karimova, N. (2022). "Oilaviy muhit va bola psixikasi: tahlil va tavsiyalar". Psixologik tadqiqotlar jurnali, 4(2), 34–45.
5. Z.T. Nishanova "Rivojlanish psihologiyasi. Pedagogik psixologiya".
- 6.Xasanova. O U "Maktabgacha ta'lim pedagogikasi "