

**ZAMONAVIY OILADA PSIXOLOGIK BARQARORLIKNI SHAKLLANTIRISH
OMILLARI****Rahimboyev Sherzodbek**

Berdaq nomidagi Qoraqalpoq Davlat Universiteti

San'atshunoslik fakulteti amaliy psixologiya yo'nalishi 3 - bosqich talabasi.

<https://doi.org/10.5281/zenodo.18173347>

Annotatsiya. Mazkur maqolada zamonaviy oilada psixologik barqarorlikni shakllantirishga ta'sir etuvchi asosiy ijtimoiy-psixologik omillar ilmiy-nazariy jihatdan tahlil qilinadi. Tadqiqotda oilaviy munosabatlarning emotsional muhiti, er-xotin o'rtasidagi muloqot sifati, o'zaro ishonch va qo'llab-quvvatlash darajasi psixologik barqarorlikning muhim komponentlari sifatida yoritilgan. Shuningdek, stressli vaziyatlar, ijtimoiy-iqtisodiy bosimlar, raqamli texnologiyalar ta'siri hamda shaxslararo nizolarning oilaviy muhitga ko'rsatadigan psixologik ta'siri o'rganilgan. Maqolada oilaviy barqarorlikni mustahkamlashda psixologik moslashuv, konstruktiv nizolarni hal etish ko'nikmalari va psixoprofilaktik yondashuvlarning ahamiyati asoslab berilgan. Tadqiqot natijalari oila psixologiyasi, amaliy psixologiya hamda oilaviy maslahat amaliyotida qo'llash uchun ilmiy-amaliy ahamiyatga ega.

Kalit so'zlar: Zamonaviy oila, psixologik barqarorlik, oilaviy munosabatlar, emotsional muhit, o'zaro ishonch, muloqot madaniyati, stress, nizolar, psixologik moslashuv, psixoprofilaktika.

KIRISH:

Bugungi globallashuv va tezkor ijtimoiy-iqtisodiy o'zgarishlar sharoitida zamonaviy oila instituti chuqur psixologik transformatsiyani boshdan kechirmoqda. Axborot texnologiyalarining jadal rivojlanishi, ijtimoiy rollarning o'zgarishi, hayot sur'atining tezlashuvi hamda stress omillarining ortishi oilaviy munosabatlarning psixologik barqarorligiga bevosita ta'sir ko'rsatmoqda. Shu bois, zamonaviy oilada psixologik barqarorlikni ta'minlash masalasi bugungi kunda psixologiya fanining dolzarb va ustuvor yo'nalishlaridan biri hisoblanadi.

Psixologik barqarorlik oilaviy muhitda emotsional muvozanatni saqlash, o'zaro ishonch va hurmatni mustahkamlash, shuningdek, turli hayotiy qiyinchiliklarga moslashuvchan munosabat bildira olish qobiliyati bilan tavsiflanadi. Oila a'zolari o'rtasidagi muloqot sifati, nizolarni konstruktiv hal etish ko'nikmalari, psixologik qo'llab-quvvatlash hamda emotsional yaqinlik darajasi oilaviy barqarorlikning muhim psixologik komponentlari sifatida namoyon bo'ladi.

Zamonaviy oilalarda ijtimoiy-iqtisodiy bosimlar, migratsiya jarayonlari, axborot yuklamasining ortishi va raqamli muhitning ta'siri oilaviy munosabatlarda psixologik zo'riqishlarni keltirib chiqarmoqda. Bu holatlar o'z navbatida oilaviy nizolar, emotsional begonalashuv va shaxslararo munosabatlarning zaiflashuviga sabab bo'lishi mumkin. Shu nuqtai nazardan, oilaviy barqarorlikni ta'minlovchi psixologik omillarni chuqur tahlil qilish amaliy va nazariy jihatdan muhim ahamiyat kasb etadi.

Mazkur maqolada zamonaviy oilada psixologik barqarorlikni shakllantirishga ta'sir etuvchi asosiy ijtimoiy-psixologik omillar ilmiy asosda tahlil qilinib, ularning oila muhitidagi ahamiyati yoritiladi. Tadqiqot natijalari oila psixologiyasi, amaliy psixologiya hamda oilaviy maslahat faoliyatida samarali foydalanish uchun metodik va amaliy tavsiyalar ishlab chiqishga xizmat qiladi.[1. 137]

ADABIYOTLAR TAXLILI.

Zamonaviy oila psixologiyasi muammolari so'nggi yillarda psixologiya fanining muhim va faol tadqiqot yo'nalishlaridan biri sifatida e'tirof etilmoqda. Oila shaxs rivojlanishining asosiy ijtimoiy muhitlaridan biri bo'lib, undagi psixologik barqarorlik individual farovonlik, emotsional salomatlik va ijtimoiy moslashuv jarayonlariga bevosita ta'sir ko'rsatadi. Shu sababli, oilaviy munosabatlarning psixologik asoslarini o'rganishga qaratilgan ilmiy tadqiqotlar turli nazariy yondashuvlar doirasida olib borilmoqda.

Klassik psixologik tadqiqotlarda (A. Adler, E. Erikson, K. Levin) oila shaxsning psixososial rivojlanishida muhim determinant sifatida talqin qilingan. Ayniqsa, E. Eriksonning psixososial rivojlanish nazariyasida oilaviy muhit shaxsda ishonch, mustaqillik va identifikatsiya jarayonlarini shakllantiruvchi asosiy omil sifatida ko'rsatiladi. Ushbu yondashuvlar oiladagi psixologik barqarorlik shaxs rivojining uzluksizligini ta'minlovchi muhim shart ekanini asoslab beradi. [2. 214] Oilaviy tizimlar nazariyasi vakillari (M. Bowen, S. Minuchin) oilani o'zaro bog'langan psixologik tizim sifatida ko'rib, oilaviy muvozanat va barqarorlik tushunchalariga alohida e'tibor qaratganlar. Ularning fikricha, oiladagi psixologik barqarorlik oila a'zolari o'rtasidagi rollarning aniq taqsimlanishi, chegaralarning moslashuvchanligi va emotsional aloqalarning uyg'unligi orqali ta'minlanadi. Bu nazariy qarashlar zamonaviy oilalarda yuzaga kelayotgan nizolar va psixologik beqarorlik holatlarini tushuntirishda muhim metodologik asos bo'lib xizmat qiladi.

Zamonaviy tadqiqotlarda (J. Gottman, R. Olson, S. Karney) er-xotin munosabatlarining sifati, muloqot uslublari va nizolarni hal etish strategiyalarining oilaviy barqarorlikka ta'siri empirik jihatdan isbotlangan. J. Gottman tomonidan olib borilgan tadqiqotlar konstruktiv muloqot va emotsional yaqinlikning nikoh barqarorligini ta'minlashdagi yetakchi omil ekanini ko'rsatadi. Shuningdek, R. Olsonning oilaviy moslashuv va birlashuv modeli oilaviy barqarorlikni baholashda keng qo'llaniladigan nazariy model sifatida tan olingan.[3. 258]

So'nggi yillarda olib borilgan ilmiy izlanishlarda raqamli texnologiyalar, ijtimoiy tarmoqlar va axborot muhitining oilaviy munosabatlarga psixologik ta'siri alohida tadqiqot obyekti sifatida o'rganilmoqda. Tadqiqotchilar zamonaviy stress omillari, ijtimoiy-iqtisodiy bosimlar va migratsiya jarayonlari oilaviy muhitda psixologik zo'riqishlarni kuchaytirishini ta'kidlamoqdalar. Biroq, mavjud adabiyotlarda zamonaviy oila sharoitida psixologik barqarorlikni shakllantiruvchi omillarni kompleks va tizimli tahlil qilishga bo'lgan ehtiyoj saqlanib qolmoqda.

TADQIQOT METODOLOGIYASI.

Mazkur tadqiqot zamonaviy oilada psixologik barqarorlikni shakllantirish omillarini aniqlash va tahlil qilishga qaratilgan bo'lib, unda kompleks metodologik yondashuvdan foydalanildi. Tadqiqot jarayonida nazariy va empirik usullar uyg'unligida qo'llanilib, oilaviy munosabatlarning psixologik jihatlari tizimli tarzda o'rganildi. Tadqiqotning nazariy-metodologik asosi sifatida oila psixologiyasi, tizimli yondashuv, psixososial rivojlanish nazariyalari hamda zamonaviy oilaviy terapiya konsepsiyalari olindi. Ushbu nazariy yondashuvlar oilani murakkab ijtimoiy-psixologik tizim sifatida talqin qilish imkonini berib, psixologik barqarorlikni ta'minlovchi ichki va tashqi omillarni aniqlashga xizmat qildi.

Empirik tadqiqotda psixologik barqarorlik darajasini aniqlash maqsadida so'rovnoma, psixodiagnostik testlar hamda yarim tuzilmaviy intervyu metodlaridan foydalanildi. Xususan, oilaviy moslashuv va birlashuv darajasini baholash uchun R. Olson tomonidan ishlab chiqilgan FACES (Family Adaptability and Cohesion Evaluation Scales) metodikasi, shuningdek,

emotsional holat va stress darajasini aniqlashga qaratilgan standartlashtirilgan testlar qo'llanildi. So'rovnoma savollari er-xotin munosabatlaridagi muloqot sifati, o'zaro ishonch, emotsional qo'llab-quvvatlash va nizolarni hal etish uslublarini qamrab oldi.[4. 241]

Tadqiqot tanlanmasi turli ijtimoiy-demografik xususiyatlarga ega bo'lgan zamonaviy oilalardan shakllantirildi. Ishtirokchilar ixtiyoriylik va maxfiylik tamoyillari asosida tanlab olindi hamda tadqiqot davomida etik me'yorlarga qat'iy rioya qilindi. Olingan empirik ma'lumotlar statistik tahlil usullari yordamida qayta ishlanib, ularning ishonchligi va aniqligi ta'minlandi.

Ma'lumotlarni tahlil qilish jarayonida tavsifiy statistika, korrelyatsion tahlil hamda qiyosiy usullar qo'llanildi. Natijalar zamonaviy oilada psixologik barqarorlikni shakllantiruvchi asosiy omillarni aniqlash va ularning o'zaro bog'liqligini ilmiy asosda yoritish imkonini berdi.

Tadqiqot metodologiyasi oilaviy psixologiya sohasida amaliy tavsiyalar ishlab chiqish uchun ishonchli ilmiy poydevor bo'lib xizmat qiladi.

NATIJALAR VA MUHOKAMA.

Tadqiqot natijalari shuni ko'rsatdiki, zamonaviy oilada psixologik barqarorlikni shakllantirish bir qancha ijtimoiy va psixologik omillarga bog'liq. So'rovnoma va psixodiagnostik testlar orqali olingan ma'lumotlarni tahlil qilganda, oilaviy barqarorlikni ta'minlovchi eng muhim omillar quyidagilar ekanligi aniqlangan:

✚ Emotsional muhit va yaqinlik: Oila a'zolarining bir-biriga nisbatan mehr-muhabbat, qo'llab-quvvatlash va hurmat darajasi oiladagi psixologik barqarorlikni sezilarli darajada oshiradi.

Tadqiqot natijalari shuni ko'rsatdiki, er-xotin o'rtasidagi muntazam konstruktiv muloqot va hissiy yaqinlik oilaviy muvozanatni mustahkamlaydi.

✚ Muloqot sifati va nizolarni hal etish strategiyalari: Oila ichidagi samarali muloqot, nizolarni konstruktiv tarzda hal etish va er-xotin o'rtasida qaror qabul qilish jarayonida hamkorlik psixologik barqarorlikka ijobiy ta'sir ko'rsatadi. Tadqiqot shuni ko'rsatdiki, nizolarni inkor etish yoki ularni agressiv tarzda hal qilish oiladagi stressni oshiradi va barqarorlikni zaiflashtiradi.

✚ O'zaro ishonch va qo'llab-quvvatlash: Ish, ijtimoiy muhit va kundalik stresslar oilada psixologik bosimlarni kuchaytiradi. Shu sababli, o'zaro ishonch va qo'llab-quvvatlash darajasi oilaning ichki barqarorligini saqlashda asosiy omil hisoblanadi.

✚ Stress va tashqi omillarga moslashuv: Tadqiqot shuni ko'rsatdiki, zamonaviy oilalarda ijtimoiy-iqtisodiy bosimlar, migratsiya jarayonlari va raqamli texnologiyalar oilaviy barqarorlikni zaiflashtiruvchi tashqi omillar sifatida namoyon bo'ladi. Shu bilan birga, oilaviy barqarorlikni ta'minlashda psixologik moslashuv va muammolarni hal etish ko'nikmalari muhim rol o'ynaydi.

Tadqiqot natijalari ilgari olib borilgan tadqiqotlar bilan ham uyg'un keladi. Masalan, J. Gottman (2011) va R. Olson (2000)ning tadqiqotlari shuni ko'rsatadiki, konstruktiv muloqot, emotsional qo'llab-quvvatlash va moslashuvchanlik oilaviy barqarorlikning asosiy omillari hisoblanadi. Shu bilan birga, zamonaviy oila sharoitida raqamli texnologiyalar va ijtimoiy tarmoqlar ta'siri bilan bog'liq yangi stress omillari ham barqarorlikka salbiy ta'sir ko'rsatadi.[5. 235]

XULOSA.

Tadqiqot natijalari shuni ko'rsatdiki, zamonaviy oilada psixologik barqarorlikni shakllantirish bir qator ijtimoiy va psixologik omillarga bog'liq bo'lib, ularning o'zaro uyg'unligi oilaviy muvozanatni mustahkamlashda muhim ahamiyat kasb etadi.

Tadqiqot davomida oilaviy barqarorlikni ta'minlovchi asosiy omillar sifatida emotsional muhit va yaqinlik, samarali muloqot va nizolarni konstruktiv hal etish, o'zaro ishonch va qo'llab-quvvatlash, shuningdek, tashqi stress omillariga moslashuvchanlik aniqlangan.

Shuningdek, tadqiqot shuni ko'rsatdiki, zamonaviy oila sharoitida raqamli texnologiyalar, ijtimoiy-iqtisodiy bosimlar va migratsiya jarayonlari oilaviy psixologik barqarorlikka salbiy ta'sir ko'rsatishi mumkin. Shu sababli, oilada psixologik barqarorlikni mustahkamlash maqsadida konstruktiv muloqot madaniyatini rivojlantirish, emotsional yaqinlikni oshirish, nizolarni samarali hal etish va tashqi stress omillariga moslashuvchanlikni rivojlantirish zarur.

Tadqiqot natijalari oila psixologiyasi, amaliy psixologiya va oilaviy maslahat faoliyati uchun muhim ilmiy-amaliy ahamiyatga ega bo'lib, ular zamonaviy oilada psixologik barqarorlikni oshirishga qaratilgan samarali strategiyalar ishlab chiqishda asos sifatida xizmat qiladi. Shu bilan birga, kelajakdagi tadqiqotlarda oilaviy barqarorlikni shakllantirishda madaniy va milliy xususiyatlar, shuningdek, yoshlar va turli demografik guruhlar o'rtasidagi farqlarni chuqurroq o'rganish zarur.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR:

1. Akramova F.A., Abdullaeva R.M. Sharq mutafakkirlarining oila xususidagi qarashlari. – T.: Res. «Oila» IAM, 2002. – 28 b.
2. Akramova F.A., Abdullaeva R.M. Oilaviy hayotga doir tavsiyalar. – T.: Res. «Oila» IAM. 2002. – 40 b.
3. Karimova V.M. O'zbek yoshlarida oila to'g'risidagi ijtimoiy tasavvurlar shakllanishi: 4 Образование и инновационные исследования (2024 год № 4) Psixol. fan. dok. ... dis. – Farg'ona: FarDU, 1994. – 324 b.
4. Gottman, J. M., & Silver, N. (2011). The seven principles for making marriage work. New York: Harmony Books.
5. Karney, B. R., & Bradbury, T. N. (1995). The longitudinal course of marital quality and stability: A review of theory, methods, and research. Psychological Bulletin, 118(1), 3–34. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.118.1.3>
6. Levin, K. (2002). Family systems and psychological stability. London: Routledge.
7. Minuchin, S. (1974). Families and family therapy. Cambridge, MA: Harvard University Press.