

YOSH OILALARDA SOG‘LOM TURMUSH TARZINI BARQARORLASHTIRISHNING PSIXOLOGIK ASOSLARI

**Ochilov Chingiz Qaxramonovich, o‘qituvchisi
G‘ozibekov Ulug‘bek, magistr
Jizzax davlat pedagogika universiteti**

Annotatsiya: Usgbu maqolada oila mustahkamligi jamiyat faravonligining asosiy negizi, yosh oilalarda sog‘lom turmush tarzini barqarorlashtirish muammolariga bag‘ishlangan.

Kalit so‘zlar: Oila, yosh oila, sog‘lom turmush tarzi, sog‘lom avlod, tarbiyalash, oilani mustahkamlash, ayollarni e‘zozlash.

Hozirgi rivojlanayotgan jamiyatga har tomonlama sog‘lom, barkamol, yetuk shaxslar kerak. Bunda jamiyatda oilaning rolini oshirish uni yanada mustahkamlash, oiladagi sog‘lom ijtimoiy-psixologik muhitni yaratish, yosh oilalardagi muammolar yuzasidan tadqiqot olib boorish asosiy muammolardan biri hisoblanadi. Shu o‘rinda aytishimiz kerakki, O‘zbekiston Respublikasi Konstititsiyasining 63-moddasida oila jamiyatning ajralmas bo‘g‘ini ekanligi e‘tirof etilgan: Oila jamiyatning asosiy bo‘g‘inidir hamda jamiyat va davlat muhofazasida bo‘lish huquqiga ega. Oila muammosi azaldan insoniyatning diqqat markazida bo‘lib kelgan. Chunki oila mustahkamligi jamiyat faravonligining asosiy negizidir. Shu sababli Respublikamiz rahbariyati har bir xonadonning tinchligini, oilalarda farzandlarning baxtli, barkamol o‘shishini ta‘minlashga qaratilgan qator tadbirlarni amalga oshirmoqda.

Oila – ijtimoiy institutlarning eng qadimgisidir. Insoniyat boshidan kechirgan tarixiy davrlarning qanchalik turfa va murakkab bo‘lishiga qaramay, ayniqsa, XIX va XX asrlarda ro‘y bergan buyuk o‘zgarishlar va islohotlarga dosh bera olgan ushbu maskan o‘z tizimi, tarkibi va jamiyat oldida turgan majburiyatlarini bajarishi nuqtai nazaridan sog‘ omon saqlanib qolgan tuzilmadir. Oilani insonlar tashkil etgani va undagi hayot- mamotni ular o‘rtasidagi o‘zaro munosabatlar tashkil qilishini hisobga oladigan bo‘lsak, uni sof psixologik jarayonlar maskani ham deb atash mumkin.

O‘zbekiston Respublikasi Prezidenti Sh.Mirziyoev oila haqida gapirganida quyidagilarni ta‘kidlaydi: — Oila men uchun muqaddas. Muqaddasligi shuki, avvalambor qaerda ishlashidan qat‘i nazar, kim bo‘lishidan qat‘i nazar agar oilada tarbiya, oilada muhit, oilada xalollik, munosabat, tarbiyaga alohida ehtibor bermasa, hech qachon natija bo‘lmaydi. Odam baxtliman deyishga qanchalik haqqi bor? Agar oilang bilan sen baxtli bo‘lsang, baxtliman deyishga haqqing bor. O‘zbekiston Respublikasi tarixida ilk bor - xotin-qizlar va erkaklar uchun teng huquq hamda imkoniyatlar kafolatlari to‘g‘risida qonun qabul qilindi. Ushbu Qonunning maqsadi xotin-qizlar va erkaklar uchun teng huquq hamda imkoniyatlarni ta‘minlash sohasidagi munosabatlarni tartibga solishdan iborat bo‘lib, qonuni o‘zbek ayollarining hayotida nimalarni o‘zgartiradi? O‘zbekiston

ijtimoiy siyosatining markazida jinslarning notengligini bartaraf etish, xotinqizlar va erkaklarning haqiqiy yoki asos bo'ladigan tengligini ta'minlash bo'yicha aniq maqsadlarga erishish uchun davlat organlari tomonidan ko'riladigan huquqiy, tashkiliy hamda institutsiyaviy xususiyatga ega chora-tadbirlarni namoyon qilish turadi.

Yosh oilalarning ijtimoiy va psixologik muammolar yechimini o'rganish borasida yurtimizda psixolog olimlari tomonidan bir qator diqqatga sazovor ilmiy tadqiqot ishlari amalga oshirilgan va oshirilmoqda. Jumladan, G'.B.Shoumarov, V.M.Karimova, N.A.Sog'inov, X.K.Karimov, Sh.Sh.Jo'raeva, F.A.Akramova, R.M.Abdullaeva, Yo.No'monova, M.O.Utepbergenov, R.A.Samarov, T.Norimbetov kabi olimlarimiz va ularning izdoshlari tomonidan so'nggi yillar davomida o'zbek oilasining etnopsixologik xususiyatlari, er-xotin nizolari, oilaviy rollar taqsimoti, oilalardagi shaxslararo munosabatlar hamda oilaviy muammolar kabi masalalar o'rganilgan. Bunday tadqiqotlar respublikamizda oilani ijtimoiy-psixologik nuqtai-nazardan tadqiq etish bo'yicha ma'lum bir o'ziga xos an'analarning yuzaga kelishiga asos bo'lib xizmat qiladi.

Oilaviy hayot tarzi va u bilan bog'liq bo'lgan masalalar necha asrlardan buyon buyuk mutafakkirlarning diqqat-e'tiborini, bugungi kunda esa turli fan sohalari namoyondalarini o'ziga tortib kelmoqda. Chunki oila ijtimoiy guruh sifatida tarbiyalovchi, maqsadga yo'naltiruvchi, safarbar etuvchi, moslashtiruvchi, hordiq chiqaruvchi, nasl qoldiruvchi, psixoterapevtik kabi vazifalarni bajarib, insonni jismoniy va ma'naviy-ruhiy kamol topishini ta'minlaydi. Aynan mazkur ijtimoiy-psixologik jihatlari bilan, oila, boshqa ijtimoiy guruhlardan ajralib turadi. Ijtimoiy institut sifatida oila hayoti davomida bir nechta bosqichlardan o'tadi, ya'ni oilaning ibtido va intiho nuqtalari mavjud.

Oilaning jamiyat hayotida tutgan o'rni, roli va ahamiyati O'zbekiston Respublikasi Konstitutsiyasining 63-moddasida ko'rsatilib, "Oila jamiyatning asosiy bo'g'inidir hamda jamiyat va davlat muhofazasida bo'lish huquqiga ega" deb ko'rsatilgan. Jamiyat taraqqiyotining har qanday bosqichida ham oila davlat manfaatlarining aksi sifatida muhim ahamiyatga molik ijtimoiy institut sifatida qaralgan.

Xususan, oilani psixologik jarayon sifatida psixologik fanlar doirasida ham o'rganilib kelinmoqda. Psixologlar oiladagi ko'plab yuz beradigan turli jarayon va vaziyatlarni psixologik jihatlarni o'rganish davomida psixologiya fani uchun zarur bo'lgan ko'plab amaliy natijalarni qo'lga kiritishlari bilan birga turli nazariyalar, ilmiy konsepsiyalar, psixologik metodikalarni yaratish kabi ilmiy yutuqlarni qo'lga kiritishdi.

Oila a'zolari bir-birlari bilan umumiy turmush, o'zaro iqtisodiy-mulkiy, huquqiy, axloqiy, estetik, psixologik va hokazo aloqadorlikda bo'lib, o'zaro munosabatlar dinamikasi o'zgarib boradi. Shu sababli, oila ijtimoiy institut sifatida quyidagi xususiyatlarni ifoda etadi:

birinchidan, oila ijtimoiy munosabatlarning mikrostrukturasidagi muhim qism hisoblanadi;

ikkinchidan, yangi avlodning ijtimoiylashuvini ta'minlab, uni tarbiyasiga asos soladi;

uchinchidan, oilada individ ma'lum maqom va rollarni egallab. Uni mohiyatini anglab oladi. Bu oila xo'jaligidagi mehnat taqsimotiga, qarama-qarshi jinslar, avlodlar o'rtasidagi ijtimoiy tenglik darajasiga asoslanadi;

to'rtinchidan, oila kuchli tartibga solingan normativlarga ega bo'lib u faqat axloqiy-huquqiy normativlarga emas, balki urf-odat va an'analarga amal qiluvchi ijtimoiy institut sanaladi.

Oila, insonlarni turli jihatlarini o'zida mujassam etgan murakkab, o'ziga xos ijtimoiy-madaniy birlik. Ijtimoiy tartib va jamoat yacheykasi sifatida ijtimoiy hayotning hamma tomonlariga ta'sir qiladi, barcha ijtimoiy jarayonlar bevosita yoki bilvosita oila bilan bog'langandir. Abdurauf Fitrat "Oila" asarida oila asosini to'g'ri qurish, oilada yosh avlodga jismoniy, aqliy va axloqiy tarbiya berish orqali mana shu turg'unlikdan qutulish, jamiyatni isloh qilish mumkinligini bayon qilgan. "Millat taqdiri mana shu millat vakillari yashagan oilaning holatiga bog'liqdir. Qaerda oila munosabati kuchli intizomga tayansa, mamlakat va millat ham shuncha kuchli va tartibli bo'ladi", - deb yozadi. Shuningdek, Fitrat oilaviy hayot o'z qonun va qoidalariga ega ekanligini, bu qonunlarga rioya qilish orqaligina odamlarni jaholatdan qutqarish mumkinligini bayon etib, o'zbek oilasining o'ziga xosligi, kamchilik va yutuqlari, mamlakatni isloh qilishning oiladan boshlanishi, oilaning asosiy vazifasi, oilada ota-ona va farzand tarbiyasi, o'sha davrda oilada ayollarning mavqei, uni o'zgartirish masalalari ko'rsatib o'tgan.

Ko'rinib turibdiki, oila o'zaro ishonchga va sof niyatlarga asosan qurilsa-da, er-xotinlarda oila haqida ijtimoiy tasavvurni to'g'ri shakllanganligi oilaviy hayot uchun muhim hisoblanadi. Shuning uchun, fanda oilalar tipologiyasi alohida mavzu sanaladi va uning quyidagi turlarini farqlash mumkin:

1. Nuklear oila – ota-ona va ularning farzandlaridan iborat faqat ikki avlodni birlashtirgan oila turi. Bu oila turi G'arbda va boshqa rivojlangan davlatlarda eng ko'p tarqalgan oila turidir.

2. Kengaytirilgan nuklear oila o'z tarkibiga nuklear oilani va uning yaqin qarindoshlarini (buvilar, buvalar, nabira, opa, singil, aka-ukalar va b.q.) hamda ularga yaqin bo'lgan yana boshqa urug'-aymoqlarni ham oladi.

3. To'liq oila deganda, ota va ona hamda ularning farzandlaridan iborat nuklear oilani nazarda tutiladi.

4. Noto'liq oila – ota-onalardan biri yo'q bo'lgan oila. Yana bir qo'shimcha oila turi bo'lib, u funksional jihatdan noto'liq oila deb ataladi, bunda ota-onalar o'zlarining professional bandliklari yoki uzoq muddatda oilada bo'la olmasliklari sababli oila a'zolariga nihoyatda kam vaqt ajaratadi.

5. Katta oila – bir makonda birgalikda yashaydigan qarindosh-urug'larni ham tarkibiga olgan oila turi bo'lib, unda yo patriarxal yoki matriarxal boshqaruv hukmron bo'ladi. Ko'proq agrar hududlarga xos bo'lib, yagona yer-mulk, jonivorlar parvarishi sharoitida birgalikda ularni yuritish uchun qulay.

6. Oila-hovli ham an'anaviy agrar xo'jaliklarga xos oila turi bo'lib, unda ham bir vaqtning o'zida bir necha avlod vakillari birga yashayveradi. Bundan tashqari, bunday oilada qarindosh bo'lmagan kimsalar (xizmatkorlar, yollanma ishchilar va b.q.) ham yashashi mumkin, shu orqali yagona ijtimoiy va iqtisodiy jamoaga asos solinadi.

Oiladagi har bir munosabat bola tarbiyasida o'z izini qoldiradi. Shuning uchun har bir oilada bola tarbiyasiga katta e'tibor berilishi kerak. Noto'g'ri tarbiya noqobil farzandlarni yuzaga keltiradi. Shuning uchun ham oila alohida institut sifatida o'rganiladi.

Oila, jamiyatning alohida, o'ziga xos birlamchi bo'g'ini hisoblanib, uni o'rganish, imkoniyatlarini bilish jamiyat rivoji, ishlab chiqarish va sanoatni boshqarish, ijtimoiy-madaniy munosabatlarni modellashtirish va prognozini amalga oshirish uchun zarur.

Xulosa qilib aytganda oilada sog'lom psixologik muhitning yaratilishi, sog'lom turmush tarzini rivojlantirishda katta ahamiyat kasb etadi. Sog'lom psixologik muhit er va xotin o'rtasidagi psixologik jihatdan yetilganlik hamda ijtimoiy jihatdan tayyorlik asosida shakllanadi. Sog'lom turmush tarzining oilaviy muhitga ta'siri ham katta hisoblanadi. Chunki har bir oila a'zosi sog'lom turmush tarziga rioya qilsa, to'g'ri ovqalansa, sport bilan shug'ullansa ushbu jarayonlar ularda psixosomatik o'zarishlarni keltirib chiqaradi. Ya'ni ularning sog'lom turmush tarziga rioya qilishi mental psixologik holatini yaxshilaydi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yhati

1. O'zbekiston Respublikasi Konstitutsiyasi, - T. O'zbekiston 2014.
2. G.B. Shoumarov, I.O. Haydarov, N.A. Sog'inov; G'.B. Oila psixologiyasi: Akad. litsey va kasb-hunar kollejlari o'quvchilari uchun darslik T.: «Sharq», 2015. 296 b.;
3. V.M. Karimova. Oila psixologiyasi: Darslik. Pedagogika oliygohlari talabalari uchun // Muallif: - T.: -Fan va texnologiya, 2008. - 170 b.;
3. Kamolova, S. (2020). Talabalar ilmiy dunyoqarashini yuksaltirishning axborotli-pedagogik asoslari. Scienceweb academic papers collection.
5. Kamolova, S., & Jabborova, B. (2023). ilmiy dunyoqarashni yuksaltirish yordamida talabalarga aqliy tarbiya berishni takomillashtirishning algoritmik bosqichlari. Jurnal Pedagogiki i psixologii v sovremennom obrazovanii, 3(2). Izvlecheno ot
6. Axmedova, N., & Jabborova, B. (2023). Pedagogika fanlarini o'qitishda milliy qadriyatlarining tarbiya jarayonidagi ahamiyati. Jurnal Pedagogiki i psixologii v sovremennom obrazovanii, 3(3), 22-29
7. Kamolova, S. (2021). Umuminsoniy qadriyatlar asosida talabalar dunyoqarashini shakllantirishning uzluksizligi. Jurnal Pedagogiki i psixologii v sovremennom obrazovanii, (1).
8. Kamolova, S. (2021). Ta'lim jarayonida interfaol usullardan foydalanishning afzaliklari. Jurnal Pedagogiki i psixologii v sovremennom obrazovanii, (2).
9. Sh., Kamolova, Yaxshieva, M Sh., Eshonkulov, E. S., Jumartova, U. U., & Urazoliev, X. A. (2015). Formirovanie nauchnogo mirovozzreniya studentov. In Aktualnye zadachi pedagogiki (pp. 184-186).
10. Kamolova, Sh. O', & Munarova, R. O'. (2010). Urovni sovershenstvo lichnosti. Issledovatel nauchnyy jurnal.–Qozog'iston, 5(49), 100-105.
11. Ибайдуллаева, У., & Абдурасулов, Р. (2021). Низолашув даражасини ўсмирларнинг характер хусусиятларига таъсири. *Общество и инновации*, 2(10/S), 499-505.

12.Ибайдуллаева, У. Р. Ўсмирлар ўртасидаги низолар ва уларни бартараф этиш. *Профессор-ўқитувчилар ва талабаларнинг I илмий-амалий конференцияси, МИРЗО УЛУГ 'БЕК НОМИДАГИ ЎЗБЕКИСТОН МИЛЛИЙ УНИВЕРСИТЕТИ ЖИЗЗАХ ФИЛИАЛИ//2020/5//37-39б.*

13.Ibaydullayeva, U. (2022). DIQQATNI JAMLASH QOBILİYATINING PASAYISHI VA BUZILGAN KONSENTRATSIYANING OLDINI OLISHDA PSIXOLOGIK YORDAM BERISH USULLARI. *Журнал Педагогика и психологии в современном образовании, 2(6)*

14.Ibaydullayeva, U., & Mamatqulova, Y. (2022). ЎСМИРЛАР ЎРТАСИДАГИ ЗИДДИЯТЛАРНИ ОЛДИНИ ОЛИЩДА ОИЛАНИНГ ЎРНИ. *Журнал Педагогика и психологии в современном образовании, 2(6).*

15.Ibaydullayeva, U. (2021). СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ПРОБЛЕМЫ ТРУДНО ВОСПИТУЕМЫХ ДЕТЕЙ В СЕМЬЕ. *Журнал Педагогика и психологии в современном образовании, (2).*

16,Абдурасулов, Р. А., & Ибайдуллаева, У. Р. The influence of motivation on the formation of personality traits. *Journal of Physical Education and Sport (JPES).*