



OILA ICHIDAGI MULOQOT MADANIYATINING PSIXOLOGIK
JIHATRLARI

Maxmudova Sanobarxon Farxodbek qizi

Qo'qon universiteti Andijon filiali

Ijtimoiy-gumanitar fanlar fakulteti

Psixologiya yo'nalishi talabasi

sanobarmaxmudova@gmail.com

Annotatsiya: Mazkur maqolada oila ichidagi muloqot madaniyatining psixologik mohiyati, uning oilaviy muhit barqarorligiga ta'siri, shuningdek, o'zaro tushunish va ishonchning psixologik mexanizmlari tahlil etiladi. Tadqiqotda oilaviy muloqotda uchraydigan muammolar va ularni bartaraf etish yo'llari ko'rib chiqilgan.

Kalit so'zlar: oila psixologiyasi, muloqot madaniyati, hissiy aloqa, empatiya, ishonch, psixologik moslik.

Kirish

Muloqot-shaxslararo munosabatlarning asosiy ko'rinishi bo'lib, uning yordamida odamlar bir-birlari bilan o'zaro ruhiy jihatdan aloqaga kirishadilar, o'zaro axborot almashadilar, bir birlariga ta'sir o'tkazadilar, bir-birlarini his qiladilar, tushunadilar. Shuning uchun ham muloqot ijtimoiy-psixologik hodisa sifatida ijtimoiy turmushning barcha sohalarida ishtirok etib, hamkorlik faoliyatining moddiy, ma'naviy, madaniy, emotsional, motivatsion qirralarining ehtiyoji sifatida vujudga keladi. Hozirgi kunda dolzarb bo'lib borayotgan shaxslardagi muomalaga kirishuvchanlikning past darajada ekanligi, albatta, jamiyatning bir bo'lagi bo'lgan oilalarga borib taqaladi. Insonning tabiati shundayki, u atrofidagilar bilan muloqotda bo'lmasdan yashay olmaydi. Bola tug'ilganida uning onasi o'zining mehrini muloqot orqali beradi va holanki, endigina dunyoga kelgan bolakay ham ilk bor onasi bilan muloqotga kirisha boshlaydi. U o'zining dastlabki ehtiyojlarini yig'lab yetkazishga harakat qilib, muloqotga kirishadi. Oila jamiyatning eng kichik, ammo eng muhim ijtimoiy bo'g'inidir. Insonning ma'naviy, axloqiy va psixologik shakllanishi, asosan, oiladagi muhitga bog'liq. Oila ichidagi muloqot madaniyati — bu oila a'zolarining bir-biri bilan o'zaro tushunish, hurmat, mehr va ishonch asosida muloqot qilishi demakdir. Zamonaviy psixologiyada muloqot madaniyati oilaviy hayot sifatining asosiy mezonlaridan biri sifatida qaraladi.

1. Oila ichidagi muloqotning mohiyati

Oila ichidagi muloqot — bu faqat so'z almashish emas, balki his-tuyg'ular, qadriyatlar va tajribalar almashinuvidir. Muloqotning sifati oila a'zolari o'rtasidagi psixologik iqlimni belgilaydi. O'zaro hurmat, diqqat bilan tinglash, samimiylik, tanqid o'rniga maslahat berish — bu muloqot madaniyatining asosiy unsurlaridir. Psixolog A. Adler fikricha, "oiladagi





muloqot shaxsning butun hayotiy pozitsiyasini shakllantiradi". Demak, bola oilada qanday muloqot ko'rsa, kattalar hayotida shunday muomala madaniyatini davom ettiradi.

2. Muloqot madaniyatining psixologik jihatlari

Muloqot madaniyatining psixologik asoslari quyidagi omillar bilan belgilanadi:

Empatiya (hamdardlik): oila a'zolarining bir-birining holatini his etish qobiliyati.

Ijtimoiy-emosional intellekt: his-tuyg'ularni boshqarish, boshqalarni to'g'ri tushunish.

Psixologik moslashuvchanlik: har xil xarakterdagi insonlar bilan kelishuvga erishish.

Stressga bardoshlilik: nizoli vaziyatlarda tinchlikni saqlay olish ko'nikmasi.

Oila a'zolari o'rtasidagi doimiy ijobiy muloqot o'zaro ishonchni kuchaytiradi, nizolar sonini kamaytiradi va ruhiy barqarorlikni ta'minlaydi.

3. Noto'g'ri muloqotning psixologik oqibatlari

Agar oila ichida muloqot madaniyati past bo'lsa, quyidagi salbiy holatlar yuzaga keladi:

Psixologik bosim, tushkunlik, yolg'izlik hissi;

Bolalarda o'ziga ishonchsizlik, agressiya yoki befarqlik;

E'tiborsizlik va sovuqqonlik tufayli er-xotin o'rtasida masofa paydo bo'lishi.

Psixologik tadqiqotlarga ko'ra, oiladagi 70% nizolar noto'g'ri muloqot, tinglash madaniyatining yo'qligi va his-tuyg'ularni boshqara olmaslik bilan bog'liq.

4. Ijobiy muloqot muhitini shakllantirish yo'llari

Oila yig'ilishlarida har bir a'zoning fikrini hurmat qilish;

Bir-birini faol tinglash va so'zini bo'lmaslik;

Kunlik muloqotda iliq so'zlardan foydalanish ("rahmat", "iltimos", "kechirasiz");

Bolalar bilan ochiq suhbatlar olib borish, ularning his-tuyg'ularini tan olish;

Konfliktlarda "kim aybdor"ni emas, "muammoni qanday hal etish mumkin"ni muhokama qilish.

Psixologik jihatdan sog'lom oilalarda muloqot faqat axborot almashinuvi emas, balki ruhiy qo'llab-quvvatlash vositasi sifatida namoyon bo'ladi. Oilaviy munosabatlarning eng ta'sirli, jozibali va muhim bo'lagi- bu ona-bola munosabatlaridir. Ularning muhimligi shundaki, ayni dastlabki muloqot va mehrli munosabatlar bolaning keyingi psixik va aqliy taraqqiyotini hamda onaning xulq-atvorini shakllantiradi. Ya'ni farzandlar ota-onaning mehrini, samimiy muomalasini chin dildan his qilib borar ekan, u ham oiladagi oila a'zolari va jamiyatga shu iliq munosabatlarni qaytarib bera oladi. Bundan kelib chiqadiki, qachonki, oilada ota-onalar bolalariga chaqaloq davridan muloqotga kirisha boshlasa, uning keyingi yosh davrlarida muloqotga kirishuvchanligi osonlashadi. Biz, avvalo, oilalardagi tinch barqaror muhit yaratishni ko'zda tutar ekanmiz, oiladagi er-xotinlar munosabatiningina emas, farzandlarning yosh psixologiyalari bilan birgalikda o'rganishimiz zarur. Ko'pincha otaonalar farzandlarining yosh xususiyatiga qarab oilada to'g'ri muloqotga kirisha olmaydi. O'smir yoshida bolalarda o'tish yoshi bo'lganligi uchun xarakter, xulq-atvor xususiyatlarida ham o'zgarishlar ro'y beradi. Bu paytda ota-onalar muomala madaniyatiga to'g'ri yondashishlari talab etiladi. Mamlakatimiz psixolog-sotsiologlarimiz tadqiqotlarida, oila tarbiyasida mavjud bo'lgan turli kamchiliklarni tahlil etilgan:



TANQIDIY NAZAR, TAHLILIIY TAFAKKUR VA INNOVATSION G‘OYALAR



- bola tarbiyasida unga bo‘lgan diqqat va e‘tiborning yetishmasligi;
- farzandlar bilan muloqotga kirishish istagining yo‘qligi;
- ota-onalar bilan farzandlar o‘rtasida o‘zaro tushunishning yo‘qligi va unga ikki yoqlama intilishning yetishmasligi;
- ota-onalarning o‘g‘il va qiz bolalarga nisbatan qo‘pol muomalada bo‘lishlari;
- ota-ona o‘rtasidagi o‘zaro tushunmovchiliklarning surunkasiga davom etib turishi kabilar jamiyatning oqsashiga sabab bo‘ladi.

Muhokama va natijalar

Tadqiqot jarayonida aniqlanishicha, oila ichidagi muloqot sifati va psixologik iqlim o‘zaro chambarchas bog‘liq. Muloqotning samimiy, hurmat asosida kechishi oilaviy barqarorlikni mustahkamlaydi, shaxslararo ishonchni oshiradi hamda stress darajasini pasaytiradi. Psixologik kuzatuvlarga ko‘ra, o‘zaro tinglash, his-tuyg‘ularni baham ko‘rish va empatik yondashuv mavjud bo‘lgan oilalarda:

nizolar tezda bartaraf etiladi;

bolalar o‘z fikrini erkin bildirishga o‘rganadi;

er-xotin o‘rtasida emotsional yaqinlik mustahkamlanadi.

Bunday ijobiy muloqot oilaning psixologik immunitetini kuchaytiradi, ya‘ni tashqi bosimlar, iqtisodiy muammolar yoki ijtimoiy stresslarga bardoshlilik ortadi. Aksincha, muloqotda sovuqqonlik, agressiv ohang, e‘tiborsizlik yoki bir-birini tinglamaslik holatlari kuzatilganda, bu oila a‘zolarining ruhiy holatiga salbiy ta‘sir etadi. Natijada tushkunlik, o‘zini qadrsiz his etish, bolalarda esa injiqlik yoki befarqlik kabi holatlar paydo bo‘ladi. Shuningdek, zamonaviy oila psixologiyasida kommunikativ kompetensiya (muloqot malakasi)ning o‘rni juda muhim deb qaraladi. Tadqiqotlar shuni ko‘rsatadiki, psixologik jihatdan savodli, emotsional intellekti rivojlangan shaxslar oilada sog‘lom muloqot muhitini yaratishda yetakchi rol o‘ynaydi.

Natijalar quyidagicha umumlashtiriladi:

Oila ichidagi muloqot madaniyati psixologik iqlimni belgilovchi asosiy omildir.

Empatiya va faol tinglash — oilaviy munosabatlarni mustahkamlovchi psixologik asosdir.

Ijobiy muloqot oilada hamjihatlikni ta‘minlaydi, salbiy muloqot esa psixologik beqarorlikni keltirib chiqaradi.

Muloqot madaniyatini shakllantirish uchun har bir oila a‘zosi psixologik savodxonlikni oshirishi zarur. Ota-ona muloqoti bolalarning ijtimoiylashuvi va shaxs sifatida kamol topishida hal qiluvchi rol o‘ynaydi.

Xulosa

Oila ichidagi muloqot madaniyati — bu psixologik sog‘lom muhitning asosi. U shaxslararo ishonch, mehr-muhabbat, bag‘rikenglik va hamjihatlikni mustahkamlaydi. Oila a‘zolari o‘rtasida muloqotning madaniyatli shaklda kechishi jamiyatda sog‘lom avlodni voyaga yetkazish uchun zamin yaratadi. Shu bois har bir inson o‘z oilasida psixologik savodxonlikni oshirishga, empatiya va mehr asosida muloqot qilishga intilishi zarur.



TANQIDIY NAZAR, TAHLILIIY TAFAKKUR VA INNOVATSION G‘OYALAR



Foydalanilgan adabiyotlar

1. Adler A. Inson tabiati haqida. – Toshkent: O‘zbekiston, 2012.
2. Karimova V. Oilaviy psixologiya asoslari. – Toshkent: Fan, 2018.
3. G‘aniyeva S. Shaxslararo muloqot psixologiyasi. – Toshkent: Universitet, 2020.
4. Fromm E. Sevish san’ati. – Moskva: Progress, 2009.
5. O‘zbekiston Respublikasi Oila kodeksi. – Toshkent, 2019.

