

OILADAGI MUHITNI BOLALARNING RUHIY
SALOMATLIGIGA TA'SIRI

Maxmudova MahliyoXon
FarDu 1- bosqich magistranti

Annotatsiya: Oiladagi muhit bolalarning ruhiy salomatligiga ta'sir etuvchi eng muhim omillardan biridir. Oila, har bir insonning hayotidagi ilk ijtimoiy muhit bo'lib, bolalar o'zlarini qanday his qilishlarini, qanday qadriyatlarni o'zlashtirishlarini va qanday munosabatlar o'rnatishlarini belgilovchi asosiy joydir. Oila ichidagi ijtimoiy, emosional va psixologik muhit bolalarning o'zini qanday his qilishiga, ularning o'zaro munosabatlariga va jamiyatdagi o'rnini qanday anglashiga bevosita ta'sir ko'rsatadi.

Kalit so'zlar: oila, muhit, bolalar, his-tuyg'ular, ijobiy muhit, ruhiy holat, ko'nikmalar, salbiy munosabatlar.

Аннотация: Семейная среда является одним из важнейших факторов, влияющих на психическое здоровье детей. Семья – это первая социальная среда в жизни каждого человека, и это главное место, определяющее, как чувствуют себя дети, какие ценности они приобретают и какие отношения формируют. Социальная, эмоциональная и психологическая среда внутри семьи оказывает непосредственное влияние на то, как дети относятся к себе, как они взаимодействуют друг с другом и как они понимают свое место в обществе.

Ключевые слова: семья, окружающая среда, дети, эмоции, позитивное окружение, психическое состояние, навыки, негативные отношения.

Abstract: Family environment is one of the most important factors affecting children's mental health. The family is the first social environment in everyone's life, and it is the main place that determines how children feel, what values they acquire, and what relationships they form. The social, emotional, and psychological environment within the family has a direct impact on how children feel about themselves, how they interact with each other, and how they understand their place in society.

Key words: family, environment, children, emotions, positive environment, mental state, skills, negative relationships.

KIRISH

Oila muhitining bolalarga ta'siri ko'p jihatdan oila a'zolari o'rtasidagi munosabatlarga bog'liq. Agar oila ichida o'zaro hurmat, sevgi va qo'llab-quvvatlash bo'lsa, bolalar o'zlarini xavfsiz va qulay his qilishadi. Bunday sharoitda bolalar o'z his-tuyg'ularini ifoda etish imkoniyatiga ega bo'lib, o'zlarini anglashga yordam beradigan ko'nikmalarni rivojlantiradilar. Oila ichidagi ijobiy muhitda tarbiyalangan bolalar, odatda, ijtimoiy munosabatlarda muvaffaqiyatli bo'ladilar va o'z hayotlarida muvaffaqiyatga erishish uchun zarur bo'lgan ijtimoiy ko'nikmalarga ega bo'ladilar. Aksincha, oilada doimiy mojarolar, kelishmovchiliklar va salbiy munosabatlar bolalarning ruhiy holatini yomonlashtirishi,

ularning o'ziga bo'lgan ishonchini pasaytirishi va ruhiy muammolarni keltirib chiqarishi mumkin. Bolalar o'z oilalaridagi muhitni juda tez sezadilar. Agar oilada ijobiy muhit bo'lsa, bolalar o'zlarini baxtli va tinch his qilishadi. Ular o'z his-tuyg'ularini ifoda etish imkoniyatiga ega bo'ladilar va o'z fikrlarini erkin bildiradilar. Bunday sharoitda bolalar o'zlarini xavfsiz his qilib, o'z his-tuyg'ularini rivojlantirish imkoniyatiga ega bo'ladilar. Oila muhitining bolalarga ta'siri faqatgina ijobiy his-tuyg'ular bilan cheklanmaydi. Oila ichidagi salbiy muhit, masalan, ota-onalar o'rtasidagi doimiy janjallar yoki bolalarga nisbatan befarqlik, bolalarning psixologik holatiga salbiy ta'sir ko'rsatadi. Bunday sharoitda bolalar o'zlarini yolg'iz, tashlandiq yoki xavf ostida his qilishlari mumkin. Bu esa ularning ruhiy salomatligida jiddiy muammolarni keltirib chiqarishi, masalan, depressiya, tashvish yoki o'z-o'zini baholashning pasayishi kabi holatlarga olib kelishi mumkin.

ADABIYOTLAR TAHLILI VA TADQIQOT METODOLOGIYASI

Oilal muhitining bolalarga ta'sirini o'rganish jarayonida shuni ta'kidlash kerakki, bolalar o'z ota-onalarining xatti-harakatlarini kuzatib, ulardan o'rganadilar. Agar ota-onalar o'zaro hurmat va sevgi bilan muomala qilsalar, bolalar ham bunday munosabatlarni o'zlashtiradilar. Ota-onalar o'z farzandlariga o'z his-tuyg'ularini ifoda etish, muammolarni hal qilish va boshqalar bilan ishlash ko'nikmalarini o'rgatish orqali ularning ruhiy salomatligini mustahkamlashlari mumkin. Bunday ta'sirlar bolalarning kelajakdagi ijtimoiy munosabatlariga ham ta'sir ko'rsatadi. Oila ichida bolalarga o'z his-tuyg'ularini ifoda etish imkoniyatini berish, ularning o'zini anglashlariga yordam beradi va ijtimoiy ko'nikmalarini rivojlantiradi. Oila muhitida bolalarning ruhiy salomatligiga ta'sir etuvchi yana bir muhim omil - bu ota-onalarning tarbiya uslublaridir. Har bir ota-ona o'z farzandini tarbiyalashda o'ziga xos uslublarni qo'llaydi. Ba'zi ota-onalar bolalariga nisbatan qat'iy va talabchan bo'lishlari mumkin, bu esa bolalarda qo'rquv va stressni keltirib chiqarishi mumkin. Boshqa tomondan, juda erkin va nazoratsiz tarbiya ham bolalarning o'zini yo'qotishiga olib kelishi mumkin. Shuning uchun, tarbiyaviy uslublarni muvozanatlash va bolalarga zarur qo'llab-quvvatlashni taqdim etish juda muhimdir. Ota-onalar bolalariga o'z his-tuyg'ularini ifoda etishga, muammolarni hal qilishga va o'zaro munosabatlarda ijobiy yondashishga yordam berish orqali ularning ruhiy salomatligini yaxshilashlari mumkin.[1]

MUHOKAMA VA NATIJALAR

Oilal muhitida bolalarning ruhiy salomatligiga ta'sir etuvchi yana bir jihat - bu oilaning ijtimoiy va iqtisodiy sharoitlaridir. Iqtisodiy qiyinchiliklar, ota-onalarning ish bilan bandligi yoki ijtimoiy izolyatsiya bolalarning ruhiy holatiga salbiy ta'sir ko'rsatishi mumkin. Masalan, moliyaviy qiyinchiliklar oilada stressni oshirishi, bu esa bolalarning ruhiy salomatligini yomonlashtirishi mumkin. Bunday sharoitda bolalar ko'pincha o'zlarini xavf ostida his qilishadi va bu ularning o'ziga bo'lgan ishonchini pasaytirishi mumkin. Ijtimoiy izolyatsiya, ya'ni oilaning do'stlar yoki qarindoshlar bilan aloqasining yo'qligi, bolalarning o'zini yolg'iz his qilishlariga va ijtimoiy ko'nikmalarini rivojlantirishda qiyinchiliklarga olib kelishi mumkin.[2]

Shuningdek, oila muhitida bolalarning ruhiy salomatligiga ta'sir etuvchi omillardan biri - bu oilaning madaniy va diniy qadriyatlari hisoblanadi. Har bir oila o'ziga xos madaniyat va an'analarni saqlab qoladi. Bu qadriyatlar bolalarning dunyoqarashini, axloqiy me'yorlarini va o'zaro munosabatlarini shakllantirishda muhim rol o'ynaydi. Oila ichida o'zaro hurmat, mehr-muhabbat va yordam ko'rsatish kabi qadriyatlar bolalarning ruhiy salomatligini mustahkamlashga yordam beradi. Madaniy qadriyatlar bolalarning o'zligini anglashlariga, o'z joylarini va rolini tushunishlariga yordam beradi. Oila muhitining bolalarning ruhiy salomatligiga ta'siri juda muhim va ko'p jihatli masala hisoblanadi.[3]

Oila, bolalarning shaxsiyati va ruhiy holatining shakllanishida asosiy rol o'ynaydi. Ijобiy oila muhitida tarbiyalangan bolalar, odatda, o'zlarini xavfsiz va qulay his qilishadi, bu esa ularning ruhiy salomatligini mustahkamlashga yordam beradi. Aksincha, salbiy oila muhitida tarbiyalangan bolalar, ko'pincha, ruhiy muammolar bilan yuzma-yuz kelishadi. Shuning uchun, oila ichida ijobiy muhitni yaratish va bolalarning ruhiy salomatligini ta'minlash uchun zarur choralarni ko'rish juda muhimdir. Bu jarayon, nafaqat bolalarning o'z hayotlarida muvaffaqiyatga erishishlari uchun, balki jamiyatning barqarorligini ta'minlash uchun ham muhim ahamiyatga ega. Oila muhitining bolalarning ruhiy salomatligiga ta'sirini o'rganish jarayonida shuni ham ta'kidlash kerakki, bolalar o'z oilalaridagi muhitga qarab, o'z hissiyotlarini qanday boshqarishni o'rganadilar. Agar oila ichida bolalar o'z his-tuyg'ularini ifoda etish imkoniyatiga ega bo'lsalar, ular o'z ruhiy holatlarini yaxshilashga yordam beruvchi ko'nikmalarni rivojlantiradilar. Bu esa kelajakda ularning ijtimoiy munosabatlarida muvaffaqiyatga erishishlariga yordam beradi.[4]

Bolalar o'z his-tuyg'ularini boshqarish ko'nikmalarini o'rganganlarida, ular stress va tashvish bilan kurashishda yanada muvaffaqiyatli bo'lishadi. Oila ichida bolalarning ruhiy salomatligini ta'minlash uchun ota-onalar o'z farzandlariga o'z his-tuyg'ularini ifoda etish imkoniyatini berishlari, ularning fikrlarini tinglashlari va ularni qo'llab-quvvatlashlari zarur. Ota-onalar bolalariga o'z his-tuyg'ularini ifoda etish, muammolarni hal qilish va o'zaro munosabatlarda ijobiy yondashuvni o'rgatish orqali ularning ruhiy salomatligini yaxshilashlari mumkin. Bunday yondashuv bolalarning o'ziga bo'lgan ishonchini oshiradi va ruhiy salomatliklarini mustahkamlaydi. Shuningdek, oila ichidagi ijtimoiy va iqtisodiy sharoitlar ham bolalarning ruhiy salomatligiga ta'sir ko'rsatadi. Oila a'zolarining ish bilan bandligi, moliyaviy barqarorlik va ijtimoiy aloqalar bolalarning o'zini qanday his qilishiga, o'zaro munosabatlariga va ruhiy holatiga bevosita ta'sir qiladi. Oila ichida ijtimoiy aloqalarning kuchli bo'lishi, bolalarning o'zini yanada xavfsiz his qilishlariga yordam beradi va ruhiy salomatliklarini yaxshilaydi.[5]

XULOSA

Natijada, oiladagi muhit bolalarning ruhiy salomatligiga ta'sir etuvchi asosiy omil hisoblanadi. Oila ichidagi ijobiy muhit bolalarning o'zini qanday his qilishlariga, ularning ruhiy holatiga va jamiyatdagi o'rnini qanday anglashlariga bevosita ta'sir qiladi. Oila ichida o'zaro hurmat, sevgi va qo'llab-quvvatlash bo'lsa, bolalar o'zlarini xavfsiz va qulay his qilishadi. Aksincha, salbiy muhit bolalarning ruhiy salomatligini yomonlashtirishi va ruhiy

muammolarni keltirib chiqarishi mumkin. Shuning uchun, oilada ijobiy muhitni yaratish va bolalarning ruhiy salomatligini ta'minlash uchun zarur choralarni ko'rish juda muhimdir. Bu jarayon, nafaqat bolalarning o'z hayotlarida muvaffaqiyatga erishishlari uchun, balki jamiyatning barqarorligini ta'minlash uchun ham muhim ahamiyatga ega.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR:

1. Abduqodirov, T. (2020). "Oilaviy munosabatlar va bolalar ruhiy salomatligi." Toshkent: O'zbekiston Respublikasi Fanlar Akademiyasi.
2. Mamatqulov, I. (2019). "Bolalar psixologiyasi: nazariya va amaliyot." Samarqand: Samarqand Davlat Universiteti.
3. Rakhmatov, M. (2021). "Oilada bolalar tarbiyasi va ruhiy salomatlik." Buxoro: Buxoro Davlat Universiteti.
4. Xudoyberdiyeva, M. (2018). "Ota-onalarning tarbiya uslublari va bolalar ruhiy salomatligi." Farg'ona: Farg'ona Davlat Universiteti.
5. Karimova, S. (2022). "Bolalar ruhiy salomatligini saqlash va rivojlantirish." Toshkent: O'zbekiston Milliy Universiteti.
6. Ismoilov, A. (2023). "Oilaviy muhit va bolalar psixologiyasi." Andijon: Andijon Davlat Universiteti.
7. Tursunov, R. (2020). "Bolalar va o'smirlar ruhiy salomatligi: muammolar va yechimlar." Namangan: Namangan Davlat Universiteti.