

- O'quv-tarbiya muassasalari, ota-onalar va jamoatchilik hamkorligini amaliy jihatdan yuqori saviyada olib borishga erishish;
- Talaba-yoshlarning go'zallikni his ettirish ko'nikmalarini tarkib toptirish orqali ma'naviy muhofaza qila olish imkonini yaratish omilidir.

#### **Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati:**

1. Sh. M. Mirziyoyev. Qonun ustuvorligi va inson mafaatlari ta'minlash-yurt taraqqiyoti va xalq farovligining garovi. O'zbekiston Respublikasi Konstitutsiyasi qabul qilinganligining 24 yilligiga bag'ishlangan tantanali marosimdagi ma'ruza. 24-bet. Toshkent- "O'zbekiston"-2017
2. Daryo.uz
3. B.Umarov. Shaxs axborot-psixologik xavfsizligining psixologik imkoniyatlari. The light of islam, 4-son 2019 yil. 4-bet
4. Abdurazzoqov. N.K. "O'smirlarda axborot-psixologik xavfsizlikni ta'minlashning ijtimoiy-psixologik imkoniyatlari"- Oriental Renaissance: Innovative, educational, natural and social sciences- 2021.15-iyun. 433.bet.
5. <https://uz.tierient.com>
6. Samarov R. Axborot xavfsizligining nazariy va metodologik asoslari. T.: "Akademiya", 2010.

#### **SOG'LOM OILAVIY MUNOSABATLAR PSIXOLOGIK HIMOYA SIFATIDA**

*Abdurazzoqov Nizomiddin Karimqul o'g'li*  
*O'zbekiston Milliy universitetining Jizzax Filiali*  
*"Psixologiya" kafedrası stajyor-o'qituvchisi*  
*Abdualilov Mahmudmirzo Botir o'g'li*  
*O'zbekiston Milliy universitetining Jizzax Filiali*  
*"Psixologiya" fakulteti talabasi*

**Annotatsiya:** Maqolada oilaning jamiyatdagi psixologik ta'siri, ijtimoiy-iqtisodiy, siyosiy, madaniy, etnik omillarga bog'liq ekanligi, shuningdek, oilaviy ajrimlar sog'lom oilaviy munosabat shakllanishining asosiy tahdidi ekanligi ta'kidlanadi. Oilaviy sog'lom munosabatlarga kirishishda ruhiy tarbiya, yosh avlodni oilaviy qadriyatlarga hurmat ruhida rivojlantirish dolzarb ekanligi, oilaviy nizolarning tahlil holati keltiriladi.

**Kalit so'zlar:** Oila, sog'lom oilaviy munosabat, psixologik himoya, sog'lom turmush tarzi, nikoh ajrimlari.

Har qanday jamiyatning ma'naviy negizi-oila. Davlatning rivojlanishida oilaning mustahkam bo'lishi bevosita oilaning ijtimoiy rolining muhim ekanligidan dalolatdir. Sog'lom oilaviy munosabatlarning shakllanishi avvalo, jamiyatning ijtimoiy tartibini belgilovchi asosiy omillardan biridir. Oilada shaxs voyaga yetadi, ongi, fikri, dunyoqarashi shakllanadi, hamda inson o'zini faqat oilada baxtli tinch-totuv maskan sifatida qabul qiladi.

Mamlakatimizda ham oilalarning ijtimoiy muommolarini yechish, farovonlikni ta'minlash orqali moddiy-ma'naviy qo'llab-quvvatlash bilan ularning psixologik himoya qilishimiz ham mumkin bo'ladi. Xususan Yoshlarga oid davlat siyosatida ham "Oilaviy hayotga oid muammolar, psixologik-pedagogik, huquqiy va boshqa masalalar yuzasidan maslahatlar berish tizimini rivojlantirish" [1] alohida qayd etib o'tilgani bejiz emas.

Oiladagi sog'lom munosabatlarda shaxsning qoniqish darjasiga ham bog'liqdir va bu muayyan darajada oilaning vazifalari bajarilishiga bog'liq. "Insoniyat taraqqiyotining hozirgi

bosqichida bugungi zamon oilasining asosiy vazifalari qatorida quyidagilarni sanab o'tish mumkin:

- Iqtisodiy,
- Reproduktiv,
- Tarbiyaviy,
- Rekreativ,
- Kommunikativ,
- Regulyativ (boshqaruv),
- Felitsitologik kabilar.” [2]

Oilaviy munosabatlarning teng va o'zaro tushunishga asoslangan holda olib borilishi yosh avlodga to'g'ri samarali yetkazib berish qiyinchiliklar uchrab turibdi.

“Bugungi yoshlarimiz esa yuqorida bayon etilganidek, 12—13 yoshlarida jinsiy balog'atga yetadilar va aksariyat hollarda oradan 7—8 yil o'tgandan so'ng, ya'ni qizlar 19—20 yoshda, yigitlar esa 21—22 yoshda oila quradilar. Bu vaqtda esa ular na iqtisodiy jihatdan, na ijtimoiy jihatdan va na psixologik jihatdan oilaviy hayotga tayyor bo'ladilar.” [3]

Oila hamjihatlikda yashashi o'zaro hurmat qaror topmog' lozim, lekin hozirgi paytga kelib nikoh ajrimlari soni 2021-yilda Respublikamizda 39 000 dan ortiq oilaviy ajrimlar qayd etildi. “Respublika “Oila” ilmiy-amaliy markazi tomonidan nikoh ajrimlarining sabablari o'rganilganda, aksariyat holatlarda bu birinchi o'rinda er-xotinlarning o'zaro kelishmovchiliklari, fe'l-atvorning bir-biriga mos kelmasliklari, rashk, xiyonat, kelin bilan qaynona va boshqa yaqin qarindoshlarning chiqishmasliklari, erkakning zararli odatlarga berilib ketishi (ichkilikka, giyohvand moddalarga va shu kabi), moddiy qiyinchiliklar (asosan erning ishlamasligi, mustaqil oilani boshqara olmasligi), qudalarning to'ydan keyin o'zaro kelishmay qolishlari, erning daraksiz ketib qolishi kabilar qayd etiladi.” [3] “Farg'ona viloyatida oilalarning buzilish sabablari o'rganib chiqilganda, 647 ta holatda farzandsizlik, 46 tasida xiyonat, 170 tasida uzoq vaqt birga yashamaslik, 2 698 tasida oilaviy kelishmovchiliklar, 311 tasida uchinchi shaxsning oilaviy munosabatlarga aralashuvi va qolgan holatlarda yoshlarimizning oila qurishga tayyor emasligi, sog'lig'iga e'tiborsizlik, yigitlarning oilani boshqarishni, ro'zg'orni moddiy ta'minlash, farzandlarni ma'nan hamda jismonan sog'lom qilib tarbiyalashni o'z burchlari, deb bilmasliklari, qizlarning esa uy bekasi, onalik vazifasini tushunmasligi, aksariyat hollarda qaynona va kelin o'rtasidagi mojarolar tufayli yuzaga kelayotganligi ma'lum bo'ldi.” [4]

Oilaviy munosabatlardagi ziddiyatlarga internet tarmog'i va boshqa shu kabi omillar shuningdek yosh avlodni tarbiyalashda shunday qiyinchiliklar paydo bo'lmoqda. “Mafkuraviy-siyosiy ziddiyatlar ta'siri ko'lamini kengayib yosh avlodni ham o'z domiga tortib bormoqda. Biror siyosiy tuzilma yoxud birlashma tashkilot, davlat haqida turli vositalar orqali o'zgartirishga intilish avj olmoqda. Internetda keng tarqalayotgan videoo'yinlarning ayrimlari, kinolar, multfilmlardagi obrazlar hamda o'zi ham shu qahromonga o'xshashga uning harakatlarini takrorlashga intiladi.” [5]

Oilaviy hayotda shaxs o'zini daxlsiz his qilishiga katta to'siqlar paydo bo'lmoqda, bu turli ijtimoiy tarmoqlar, internet saytlari orqali yot g'oyalar tarqalib quyidagi omillarda namoyan bo'lib boryapti.

- tug'ilishning kamayishi,
  - ajralishlar sonining ko'payishi,
  - ajralishlar salbiy oqibatining kishilar hayotiga ta'sirchanligini ortib borishi,
  - nikohsiz oilalarning ko'payishi
- va boshqa qator salbiy hodisalar yuz bera boshladi.

“Oilaviy munasabatlarning asosiy mazmun mohiyatini tibbiyot psixologiyasi va sog'lom turmush tarzi asoslarida atroflicha fikr yuritilgan bo'lib, .... G. Selyening stress va adaptatsiya sindromi haqidagi, Z. Freyding psixosomatik tibbiyot va psixoanalitik ta'limotlarga, shuningdek, salomatlikka nisbatan neogippokratik qarash, ... rivojlanib bormoqda.” [6]

Oilaviy munosabatlarning me'yoriy sog'lom munosabatlarning o'rnatilishi himoya mexanizmlariga bog'liq. Himoya mexanizmi - bu shaxsdagi psixik buzilishining oldini olish vositasi. Biroq, himoya mexanizmlari bir xil emas. Bir tomondan ular barqarorlashadi, ya'ni odamning o'zi bilan munosabatlarini o'rnatadi, boshqa tomondan tashqi dunyo bilan munosabatlarni buzishi mumkin.

Mudofaa mexanizmlari - bu psixologik strategiyalar bo'lib, ular yordamida odam umidsizlik, ziddiyat, xavotir va stress kabi salbiy holatlarning oldini oladi yoki kamaytiradi.

Oilaviy hayot islom dinida ham muqaddas sanalib barcha yo'l va ko'rsatmalar berilgan. "barcha zamonlar va makonlarda insoniyatga ikki dunyo saodat yo'lini ko'rsatib beruvchi dini — Islom orqali oilaviy hayotning mukammal ta'limotlarini joriy qildi. Ushbu ta'limotlarga ixlos bilan amal qilganlar oilaviy baxt nashidasini surib keldilar va kelmoqdalar." [7]

Oila va undagi munosabatlar hamisha tashqi psixologik ta'sirida bo'ladi. Hozirgi vaqtda oilalarda sog'lom psixologik muhit yaratishda quyidagi psixologik himoya choralari ko'rishimiz mumkin:

- sog'lom turmush tarzi, jismoniy faollik orqali tashkil qilish;
- boy tarixiy an'analarimiz, qadriyatlarimizga asoslangan milliy tarbiyaviy;
- intellektual avlodni tarbiyalashda internet madaniyatni, axborot iste'moli madaniyatini oilaviy munosabatlarda;
- psixogigiyena, nazorat orqali;
- yoshlarni axborot-psixologik immunitetini rivojlantirish.

Shaxsning salbiy his-tuyg'ulari bilan kurashish va shaxsning o'zini o'zi qadrlashini saqlab qolishi oilada sog'lom muhitning paydo bo'lishida juda muhim ahamiyatga ega hisoblanadi.

"Oilaviy farovonlik omillarini tahlil qilish turli jins, yosh, ijtimoiy va kasbiy mansublikdagi odamlarning psixologik omillarning to'liq ro'yxatini tanlashga urinish muvaffaqiyatsiz bo'lishi mumkinligiga olib keladi.

Shu sababli, biz oilaviy farovonlikning eng muhim omillarini quyida sanab o'tishimiz mumkin:

1. Er-xotinlarning (umuman oila a'zolari) psixologik muvofiqligi;
2. Oilani yaratadigan odamlar ehtiyojlar majmuasini qondirishga intilishadi

Nikohdagi muvaffaqiyatsizlik ko'p jihatdan sherik tanlashda xatolar bilan belgilanadi: tanlangan kishi aslida shaxsiy xususiyatlarga ega emas yoki uning psixofiziologik xususiyatlari, qarashlari va qadriyatlarining uyg'unligi. Er va xotinning tarbiyaning turli siyosiy, madaniy, diniy qarashlarini aks ettiruvchi biologik va axloqiy omillar nuqtai nazaridan bir-biriga mos kelishi, juda muhimdir.

#### **Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati:**

1. Yoshlarga oid davlat siyosati. Qonunchilik palatasi tomonidan 2016-yil 12-avgustda qabul qilingan Senat tomonidan 2016-yil 24-avgustda ma'qullangan. 24-modda;
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.;
4. <https://yuz.uz/uz/news/mamlakatimiz-uchun-bitta-ajrim-ham-kop>;
5. Abdurazzoqov. N.K. "O'smirlarda axborot-psixologik xavfsizlikni ta'minlashning ijtimoiy-psixologik imkoniyatlari. oriental renaissance: innovative, educational, natural and social sciences June 2021. 433-bet;
6. R. Arziqulov. Sog'lom turmush tarzi asoslari ( Valeologiya) "O'zbekiston milliy ensiklopediyasi" Toshkent-2009;
7. Shayx Muhammad Sodik Muhammad Yusuf Baxtiyor oila-Toshkent. "Hilol nashr", 2013.-504 b;