



YOSH OILA A'ZOLARINING PSIXOLOGIK O'ZGARISHLARI

QDU amaliy psixologiya yo'nalishi
talabasi Abdikarimov Inyat Qudiyar uli

Ilmiy rahbar :

Mambetiyarova Venera Reyimbaevna

Annotatsiya: *Yosh oilada a'zolarining psixologik o'zgarishlari, oilaning har bir bosqichida yuzaga keladigan o'zgarishlarni o'rganishga asoslanadi. Bu o'zgarishlar nafaqat individual psixologik rivojlanish jarayonlari bilan bog'liq, balki oila tizimining dinamikasiga ham ta'sir ko'rsatadi. Yosh oila a'zolari uchun psixologik o'zgarishlar oila strukturasi, roli va munosabatlarga qanday ta'sir qilishini o'rganish bu mavzuning ahamiyatini oshiradi. Maqolada yosh oilaning psixologik rivojlanishi, o'zgarishlarning sabablari va ularning oilaviy munosabatlar va a'zolar o'rtasidagi aloqalarga ta'siri haqida so'z boradi.*

Kalit so'zlar: *yosh oila, psixologik o'zgarishlar, oila a'zolari, o'zgarishlar, psixologik rivojlanish, oilaviy munosabatlar, yoshlar.*

Kirish. Yosh oilalar jamiyatning muhim va dinamik tarkibiy qismlaridan biri hisoblanadi. Yosh oilada a'zolar o'rtasidagi munosabatlar, roli va oilaning umumiy rivojlanishi psixologik jihatdan katta o'zgarishlarga sabab bo'ladi. Oilaning birinchi yillarida o'zgarishlar nafaqat oilaning strukturasi, balki uning a'zolarining psixologik holatini ham ta'sir qiladi. Yosh oila a'zolari psixologik o'zgarishlar jarayonida yangi vazifalarni bajarish, yangi rolda bo'lish va o'zaro aloqalarini qayta ko'rib chiqish zaruriyatini seadilar. Ushbu maqolada yosh oila a'zolarining psixologik o'zgarishlarini o'rganish va bu o'zgarishlarning oilaning barqarorligi va farovonligi uchun qanday ta'sir ko'rsatishini tahlil qilish maqsad qilingan.

Yosh oilaning psixologik o'zgarishlari bir nechta bosqichda yuzaga keladi va bu o'zgarishlar oila a'zolarining shaxsiy va ijtimoiy rivojlanishiga ta'sir qiladi.



O'zgarishlar odatda oila qurilishi, yangi mas'uliyatlarni qabul qilish, bolalar tug'ilishi, turmush o'rtog'iga bo'lgan munosabatlar kabi omillar bilan bog'liqdir.

Oila qurish jarayoni yosh odamning hayotidagi eng muhim va psixologik jihatdan katta o'zgarishlarni keltirib chiqaradi. Yangi turmush o'rtog'iga bo'lgan munosabatlar, yangi mas'uliyatlar va yangi rollarga moslashish psixologik stressni keltirib chiqarishi mumkin. Yangi oilaning tashkil etilishi, oila a'zolarining bir-biriga moslashishiga va bir-birining ehtiyojlarini tushunishga intilishiga olib keladi. Bu davrda yosh oila a'zolarining psixologik holati va o'zgarishlarga tayyorligi oila ichidagi munosabatlarning rivojlanishiga katta ta'sir ko'rsatadi.

Yosh oilada psixologik o'zgarishlarning yana bir muhim jihati oila a'zolarining yangi rollarga moslashish jarayonidir. Turmush o'rtog'i bo'lish, ota-ona bo'lish, ularning o'zaro aloqalarini o'zgartirishi va yangi mas'uliyatlarni yuzaga keltirishi mumkin. Ota-onalikka qadam qo'ygan yoshlar, bir tomondan, o'zlariga yangi ro'lni qabul qilishadi, boshqa tomondan esa o'zlarini mustaqil shaxs sifatida ko'rish va o'z shaxsiy ehtiyojlariga e'tibor qaratish zaruratini his qilishadi. Bu holat psixologik kechish davrini tashkil etadi, unda shaxsiy va oila masalalari orasida muvozanatni topish muhim ahamiyatga ega.

Bolalar tug'ilishi yosh oiladagi eng katta psixologik o'zgarishlardan biridir. Bu o'zgarish, nafaqat oila a'zolarining roli va vazifalarini, balki oilaviy munosabatlarni ham o'zgartiradi. Bolaning tug'ilishi bilan birga, ota-ona bo'lish psixologik jihatdan kattalarning rivojlanishiga, shuningdek, o'zaro munosabatlarga ta'sir qiladi. Masalan, ota-ona bo'lish yosh oila a'zolarida yangi ruhiy holatlarni keltirib chiqaradi, masalan, mas'uliyat hissi, yangi majburiyatlar, shaxsiy ehtiyojlarga bo'lgan munosabatlar va boshqalar. Bu o'zgarishlar ba'zan stress, noaniqlik va xavotirga olib kelishi mumkin, ayniqsa yosh oilada o'zgarishlarga moslashish qiyin bo'lsa.

Yosh oilalar, ayniqsa oila qurish va bolalar tug'ilishining dastlabki bosqichlarida emotsional va psixologik yordamga ehtiyoj sezishadi. Psixologik yordam oiladagi o'zaro aloqalar, moslashuv jarayonlari, stress va psixologik taranglikni kamaytirishda muhim rol o'ynaydi. Yosh oilada emotsional qo'llab-quvvatlash va psixologik maslahatlar oilaviy farovonlikka ta'sir ko'rsatadi.



Shuningdek, oila ichidagi o'zaro qo'llab-quvvatlash va muammolarni hal qilishda kommunikatsiya ko'nikmalarini rivojlantirish oilaning psixologik salomatligini yaxshilashga yordam beradi.

Yosh oilada psixologik o'zgarishlarga bir nechta omillar ta'sir qiladi. Bu omillar, oila a'zolarining shaxsiy xarakteristikalaridan tortib, ijtimoiy va madaniy faktorlarigacha kengayishi mumkin.

Yosh oilada psixologik o'zgarishlarga shaxsiy xususiyatlar ham ta'sir qiladi. Oila a'zolarining shaxsiy hissiyoti, emotsional barqarorligi, stressga qarshi chidamliligi va o'zaro aloqalardagi qobiliyati, o'zgarishlarga qanday munosabatda bo'lishlarini belgilaydi. Yosh oila a'zolarining psixologik barqarorligi, ularning oilaviy munosabatlar va yangi vazifalarga moslashish jarayoniga ta'sir qiladi.

Oila psixologiyasi faqatgina oiladagi o'zgarishlar bilan bog'liq emas, balki ijtimoiy va madaniy omillar ham bu jarayonga ta'sir ko'rsatadi. Jamiyatda oilaga bo'lgan qarashlar, oilaviy qadriyatlar va madaniy an'analar, yosh oilaning psixologik holatiga bevosita ta'sir ko'rsatadi. Yosh oilalar ba'zan jamiyatning oilaga bo'lgan kutishlari va bosimlari bilan ham yuzlashadi, bu esa ularning psixologik o'zgarishlarini qiyinlashtiradi.

Yosh oila a'zolari o'rtasidagi munosabatlar ham psixologik o'zgarishlarga ta'sir qiladi. Yangi turmush o'rtog'i bilan o'zaro aloqalar, his-tuyg'ular va bir-biriga bo'lgan ishonch yosh oila a'zolarining psixologik holatini shakllantiradi. Yaxshi kommunikatsiya, tushunish va qo'llab-quvvatlash, yosh oilada psixologik salomatlikni yaxshilashga yordam beradi.

Xulosa. Yosh oiladagi psixologik o'zgarishlar, oila a'zolarining o'zaro munosabatlaridagi yangilanishlarni va yangi ro'lga moslashishni anglatadi. Oilaning har bir bosqichi, yangi mas'uliyatlar va ijtimoiy roldagi o'zgarishlar, yosh oila a'zolarining psixologik rivojlanishiga katta ta'sir ko'rsatadi. Bu o'zgarishlar, oila a'zolarining o'zaro qo'llab-quvvatlashi, psixologik moslashuv qobiliyati va emotsional barqarorlikni oshirish uchun muhim omillardir. Yosh oila a'zolarining psixologik salomatligini qo'llab-quvvatlash va ularga moslashish jarayonida yordam berish oilaning barqarorligini ta'minlashda katta ahamiyatga ega.



Ushbu maqola yosh oila a'zolarining psixologik o'zgarishlarini, ularning rivojlanish jarayonlari, sabablari va oilaviy munosabatlarga ta'sirini yoritdi. Yosh oilalar uchun psixologik qo'llab-quvvatlash va emotsional yordamning ahamiyati yuqori ekanligini ko'rsatdi.

ADABIYOTLAR:

1. "Oila psixologiyasi" Mualliflar: D. Abdullayeva, R. Yarqulov, N. Atabayeva Yil: 2015
2. Minuchin, S. (1974). *Families and Family Therapy.* Harvard University Press.
3. Bowlby, J. (1969). *Attachment and Loss: Volume I. Attachment.* Basic Books.
4. Satir, V. (1988). *The New Peoplemaking.* Science and Behavior Books.
5. Gottman, J. M., & Silver, N. (1999). *The Seven Principles for Making Marriage Work.* Crown Publishers.