

OILAVIY NIZOLARNING BOLA PSIXIKASIGA SALBIY TA'SIRI

Rahmonova Dildora Maxammataliyevna

Andijon viloyati Ulug'nor tuman 6-maktab

Amaliyotchi psixologi

Annotatsiya: ushbu maqolada oilaviy nizolar va ularning bolalar psixikasiga ko'rsatadigan salbiy ta'siri psixologik nuqtai nazardan tahlil etilgan. Nizo sababli yuzaga keladigan emotsional beqarorlik, xavotir, qo'rquv, o'ziga ishonchsizlik kabi holatlar bolaning ruhiy rivojlanishiga salbiy ta'sir ko'rsatadi. Maqolada shuningdek, oilaviy muhitning barqarorligi bolada ijobiy shaxsiy fazilatlarning shakllanishiga qanday zamin yaratishi, nizo oqibatlarining oldini olish bo'yicha psixologik tavsiyalar ham bayon etilgan.

Kalit so'zlar: bola psixologiyasi, oilaviy nizo, emotsional holat, ruhiy rivojlanish, oilaviy muhit, stress, psixoprofilaktika.

Oila — bu bolaning birinchi va asosiy tarbiya maskani bo'lib, undagi ruhiy va emotsional muhit bola shaxsining shakllanishida muhim o'rin tutadi. Ammo oila ichidagi nizolar, tortishuvlar, ajrim holatlari yoki doimiy kelishmovchiliklar bola ruhiyatiga jiddiy ta'sir ko'rsatishi mumkin. Nizo bo'layotgan oilalarda o'sayotgan bolalar o'zini aybdor his qilishadi, xavotirli, tajovuzkor yoki tortinchoq bo'lib ulg'ayishadi. Bu esa ularning jamiyatga ijtimoiy moslashuviga ham salbiy ta'sir qiladi.

Oilaviy muhit bolaning psixologik rivojlanishida hal qiluvchi omillardan biridir. Xususan, ota-ona o'rtasidagi nizolar, ziddiyatli munosabatlar va psixologik bosimlar bola ruhiyatida turli darajadagi salbiy ta'sirlarni keltirib chiqaradi. Oilaviy nizolar — bu er-xotin, ota-ona va boshqa oila a'zolari o'rtasida yuzaga keladigan kelishmovchilik, janjal, psixologik ziddiyatlar majmuasidir. Ular bola ongida beqarorlik, xavotir, qo'rquv, agressiya yoki o'ziga ishonchsizlik kabi salbiy psixologik holatlarni shakllantiradi.

Psixologik tadqiqotlarga ko'ra, doimiy janjalli oilalarda voyaga yetayotgan bolalar ko'pincha depressiya, xavotirli buzilishlar, kommunikativ muammolar, ijtimoiy moslashuvda qiyinchiliklar bilan yuzlashadilar¹. Bu holat bolaning maktabdagi muvaffaqiyatiga, tengdoshlar bilan muloqotiga va shaxsiy o'zini anglashiga salbiy ta'sir ko'rsatadi. Ba'zida bola o'zini nizoning sababi deb hisoblab, o'ziga bo'lgan salbiy qarashni shakllantiradi.

Shuningdek, ota-onaning bir-biriga bo'lgan hurmatsizligi yoki ochiq janjallari bolada psixologik himoya mexanizmlarini shakllantiradi: sukut saqlash, o'zini chetga olish, his-tuyg'ularini bevosita ifoda etmaslik, bu esa ularning keyingi shaxsiy rivojlanishiga to'sqinlik qiladi².

Muammoli oilalarda o'sgan bolalar turli psixologik himoya shakllarini qo'llaydi: ba'zilar tajovuzkor bo'lib qolsa, boshqalari o'zini izolyatsiyalashga intiladi. Ikkala holat ham salbiy oqibatlarga olib keladi, chunki ular bolani sog'lom ijtimoiy muhitdan uzoqlashtiradi va hissiy muvozanatni buzadi³.

Bundan tashqari, oilaviy nizolar bolada uzoq muddatli psixik travmalarni keltirib chiqarishi mumkin. Bunday travmalar ulg'aygach, shaxsning boshqalar bilan sog'lom munosabat o'rnatishida, o'z his-tuyg'ularini anglab yetishida, muammolarni hal qilish strategiyalarini ishlab chiqishda muammolar tug'diradi. Bu esa psixologik salomatlik va ijtimoiy muvaffaqiyatga putur yetkazadi⁴.

Oila — jamiyatning eng kichik ijtimoiy birligi bo'lishi bilan birga, bolaning ilk psixologik tajribalari shakllanadigan muhitdir. Bola shaxs sifatida o'zini anglay boshlagan ilk daqiqalardan oq atrofdagi emotsional muhit, ayniqsa ota-ona o'rtasidagi munosabatlar, uning ruhiy rivojlanishiga bevosita ta'sir ko'rsatadi. Oiladagi iliqlik, mehr, o'zaro hurmat va barqarorlik bolaning sog'lom va ijobiy shaxs bo'lib shakllanishiga xizmat qilsa, doimiy nizolar, janjallar, psixologik bosimlar esa aksincha — bola psixikasida turli salbiy holatlarning paydo bo'lishiga zamin yaratadi.

¹ G'aniyeva, R. (2020). *Bola ruhiyatiga oilaviy muhitning ta'siri*. Toshkent: Ilm Ziya nashriyoti.

² Karimova, M. (2019). "Oilaviy nizolar va ularning psixologik oqibatlari". *Psixologiya va hayot jurnali*, №2, 34-38-betlar.

³ Zakirov, A. (2021). *Bolalar psixologiyasi*. Toshkent: O'zbekiston pedagogika nashriyoti.

⁴ World Health Organization (2023). Mental health and child development. Geneva: WHO Reports.

Ko'plab ilmiy tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, oilaviy nizolar faqat kattalar muammosi emas — ularning aksariyat oqibatlarini aynan bolalar ongida chuqur iz qoldiradi. Ayniqsa, emotsional jihatdan barqarorlikka muhtoj, hali psixologik immuniteti shakllanmagan yosh bolalar bunday muhitdan ko'proq zarar ko'radilar. Bola o'zini xavfsiz his qila olmagan, yaqin insonlar o'rtasida ishonch bo'lmagan oilada ulg'aysa, unda tashqi dunyo bilan sog'lom munosabat o'rnatish, o'zini to'laqonli namoyon qilish imkoniyati pasayadi.

Oilaviy nizo turlari

Psixologiyada oilaviy nizolar bir necha turlarga bo'linadi. Ularning har biri bola ruhiyatiga o'ziga xos ta'sir ko'rsatadi:

1. **Ochiq ziddiyat (verbal yoki jismoniy janjallar)** – ota-onalar o'rtasidagi baland ovozli tortishuvlar, haqorat, baqiriq yoki hatto zo'ravonlik. Bunday nizolar bolada kuchli psixologik stress, qo'rquv, xavfsizlik hissining yo'qolishi va travmatik tajribalarni yuzaga keltiradi.

2. **Yashirin ziddiyat (sukut, sovuq munosabat)** – ota-onalar bir-biri bilan befarq, sovuq yoki passiv-agressiv munosabatda bo'ladilar. Bu holat bolani ichki tashvishga soladi, chunki u muammoni seziradi, ammo uni tushuntirib bera olmaydi.

3. **Bolaning tarafga ajratilishi** – ota-ona ajrim yoqasida bo'lib, bolaning kim bilan qolishi haqida tortishadi yoki uni boshqa ota-onaga qarshi qayrashadi. Bu holat bolada aybdorlik hissi, ichki bo'linish, stress va o'ziga bo'lgan ishonchsizlikni shakllantiradi.

4. **Moliyaviy nizolar** – ota-onaning pul bilan bog'liq kelishmovchiliklari ham bolaga bevosita yoki bilvosita ta'sir qiladi. Bola o'zini og'irlikdek his qilishi, xavotir va beqarorlikni boshdan kechirishi mumkin.

5. **Tarbiya uslubi bo'yicha nizolar** – ota-onaning bolaga nisbatan qarama-qarshi yondashuvi (masalan, biri yumshoq, ikkinchisi talabchan) bolada chalkashlik, kimga ishonishni bilmaslik holatlarini keltirib chiqaradi.

Har bir turdagi nizo bola psixikasiga o'ziga xos zarar yetkazadi. Ayniqsa, ularning davomiyligi va intensivligi bolaning ruhiy salomatligiga jiddiy tahdid

soladi.

Xulosa qilib aytganda oilaviy nizolar bolalarning ruhiy rivojlanishiga jiddiy salbiy ta'sir ko'rsatadi. Bola hali emotsional jihatdan to'liq shakllanmaganligi sababli, u oiladagi har bir ziddiyatni o'ziga xos tarzda qabul qiladi va unga chuqur ta'sirchanlik bilan munosabat bildiradi. Shuning uchun ota-onalar bolalar oldida nizolarni ochiqchasiga namoyish qilmaslik, bolaga mehr va ruhiy barqarorlik berishga intilishlari zarur. Psixologlar va tarbiyachilar esa oilaviy nizolar fonida o'sayotgan bolalar bilan maxsus yondashuv asosida ishlashlari lozim. Bunday bolalarni erta aniqlash va ularga zarur psixologik yordam ko'rsatish – sog'lom avlodni tarbiyalashda muhim omillardan biridir. Oilaviy nizolar — har qanday jamiyatda muqarrar uchraydigan holatlardan biri bo'lsa-da, ularning bola psixikasiga ko'rsatadigan salbiy ta'siri har doim chuqur va barqaror iz qoldiradi. Ota-onalar o'rtasidagi kelishmovchilik, doimiy janjallar, sovuq munosabat yoki befarqlik kabi holatlar bolalarda xavotir, tushkunlik, o'ziga ishonchsizlik, agressivlik, ijtimoiy izolyatsiya kabi turli psixologik muammolarga sabab bo'ladi. Ayniqsa, kichik yoshdagi bolalarda bu holatlar ong ostida kuchli psixik travmalarga olib kelishi mumkin.

Shu bois, oiladagi har qanday nizo faqat ikki kattalarning emas, balki butun oila a'zolari, ayniqsa bolalarning taqdiriga ta'sir qiluvchi omil sifatida baholanishi lozim. Ota-onalar bola psixikasining nozikligini anglab, har qanday kelishmovchilikni bolaning ishtirokisiz, mutanosib va hurmatga asoslangan tarzda hal qilishga intilishi kerak. Zarur holatlarda esa psixologik maslahat olish, oilaviy terapiya xizmatlaridan foydalanish tavsiya etiladi.

Demak, bola salomatligi va ruhiy barqarorligi — avvalo oilaviy barqarorlikka, emotsional iliqlikka va ijtimoiy xavfsizlikka bog'liqdir. Oiladagi har bir muhit elementining bola psixikasiga ta'siri borligini anglash va bu borada mas'uliyatli bo'lish — sog'lom jamiyatning garovidir.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR

1. G'aniyeva R. (2020). *Bola ruhiyatiga oilaviy muhitning ta'siri*. Toshkent: Ilm Ziyo nashriyoti.
2. Karimova M. (2019). "Oilaviy nizolar va ularning psixologik oqibatlari". *Psixologiya va hayot*, №2, 34–38.
3. Zakirov A. (2021). *Bolalar psixologiyasi*. Toshkent: O'zbekiston pedagogika nashriyoti.
4. World Health Organization. (2023). *Mental health and child development*. Geneva: WHO.