



OILAVIY TARBIYA MUHITI PERFEKTSIONIZM
SHAKLLANISHIGA TA'SIR ETISHINING PSIXOLOGIK JIHATLARI

Renessans ta'lim universiteti

Pedagogik ta'lim va psixologiy kafedrası dotsenti,

Psixologiya fanlari bo'yicha falsafa doktori (PhD)

Nazaraliyeva Marxabo Xayitboyevna

0009-0006-1516-512 nazaraliyevmaksud@gmail.com

Annotatsiya: Ushbu tezisdá oilaviy tarbiya muhitining shaxsda pefeksionizm xususiyatining shakllanishiga ta'siri psixologik nuqtai nazardan tahlil qilingan. Tadqiqot davomida ota-onalarning mehribon va qo'llab-quvvatlovchi munosabati hamda shaxsning mukammallikka intilish darajasi o'rtasidagi bog'liqlik statistik usullar yordamida baholandi. Olingan natijalar oiladagi ijobiy emotsional muhit shaxsda sog'lom o'zini baholashni rivojlantirishini hamda ortiqcha o'zini tanqid qilish va destruktiv mukammallikchilikning kamayishiga xizmat qilishini ko'rsatdi. Shuningdek, oilaviy tarbiyaning shaxsning motivatsiyasi, emotsional barqarorligi va psixologik farovonligini shakllantirishdagi ahamiyati ilmiy manbalar asosida yoritilgan.

Kalit so'zlar: oilaviy tarbiya, ota-onalik uslubi, perfektsionizm mukammallikchilik, shaxs rivojlanishi, psixologik farovonlik, motivatsiya, emotsional qo'llab-quvvatlash, ijtimoiy o'rganish.

Аннотация: В данном тезисе с психологической точки зрения рассматривается влияние семейной воспитательной среды на



формирование перфекционизма как личностной характеристики. В ходе исследования с использованием статистических методов была проанализирована взаимосвязь между доброжелательно-поддерживающим стилем родительства и уровнем перфекционизма личности. Полученные результаты свидетельствуют о том, что благоприятная эмоциональная атмосфера в семье способствует формированию адекватной самооценки, снижению уровня самокритичности и уменьшению проявлений дезадаптивного перфекционизма. Кроме того, на основе современных научных исследований раскрыта роль семейного воспитания в развитии мотивации, эмоциональной устойчивости и психологического благополучия личности.

Ключевые слова: семейное воспитание, стиль родительства, перфекционизм, развитие личности, психологическое благополучие, мотивация, эмоциональная поддержка.

Abstract: This thesis examines the influence of the family upbringing environment on the development of perfectionism as a personality trait from a psychological perspective. Using statistical methods, the study analyzed the relationship between a warm and supportive parenting style and individuals' levels of perfectionism. The findings indicate that a positive emotional family environment contributes to the development of healthy self-esteem, reduces excessive self-criticism, and lowers the likelihood of maladaptive perfectionism. Furthermore, the study highlights the significant role of family upbringing in fostering motivation, emotional stability, and psychological well-being based on contemporary scientific literature.

Keywords: family upbringing, parenting style, perfectionism, personality development, psychological well-being, motivation, emotional support



Shaxs rivojlanishining dastlabki bosqichlarida oilaviy muhit uning kelajakdagi psixologik xususiyatlarini shakllantiruvchi asosiy omillardan biri hisoblanadi. Ayniqsa, ota-onalarning farzandga bo'lgan munosabati, hissiy yaqinligi va qo'llab-quvvatlashi bolaning o'ziga bo'lgan ishonchi, o'zini qadrlashi hamda muvaffaqiyatga intilish motivatsiyasining rivojlanishiga sezilarli ta'sir ko'rsatadi. Zamonaviy psixologik tadqiqotlarda mukammallikka intilish faqat salbiy hodisa sifatida emas, balki konstruktiv va destruktiv komponentlardan tashkil topgan murakkab shaxs xususiyati sifatida talqin qilinmoqda. Konstruktiv mukammallikchilik shaxsning o'z imkoniyatlarini to'liq namoyon etishga intilishi, mas'uliyat va intizom bilan tavsiflanadi. Destruktiv mukammallikchilik esa doimiy xavotir, muvaffaqiyatsizlikdan qo'rqish, o'zini ayblash hamda ruhiy zo'riqish bilan kechadi. Mazkur holatlarning shakllanishida oiladagi psixologik muhit alohida o'rin egallaydi. Tadqiqot davomida 1052 nafar respondent ishtirok etdi. Ishtirokchilarning yosh va kasbiy tarkibi turlicha bo'lib, bu olingan natijalarning ishonchliligini oshirish imkonini berdi. Ota-onalik uslubi hamda mukammallikka intilish darajasi maxsus psixodagnostik metodikalar yordamida baholandi. Statistik tahlil Pearson va Spearman korrelyatsiya koeffitsientlari asosida amalga oshirildi.

Natijalarga ko'ra, ota-onalarning mehribon va qo'llab-quvvatlovchi munosabati bilan perfektsionizm darajasi o'rtasida o'rtacha kuchga ega statistik ahamiyatli manfiy bog'liqlik aniqlandi (Spearman $\rho = -0,560$; $p < 0,001$). Mazkur natija shuni ko'rsatadiki, bolalik davrida iliq psixologik muhitda tarbiya topgan shaxslarda destruktiv mukammallikchilikning rivojlanish ehtimoli nisbatan past bo'ladi. Mazkur natijalarni Deci va Ryanning Self-Determination Theory nazariyasi bilan ham izohlash mumkin. Ushbu nazariyaga ko'ra, insonning avtonomiya, kompetentlik va yaqinlikka bo'lgan ehtiyojlari oilada qondirilgan taqdirda sog'lom ichki motivatsiya rivojlanadi. Natijada shaxs o'z yutuqlarini boshqalarning bahosi uchun emas, balki shaxsiy



rivojlanish maqsadida amalga oshiradi. Bowlbyning bog'lanish nazariyasi ham ushbu natijalarni qo'llab-quvvatlaydi. Ota-onalar bilan ishonchli emotsional bog'lanish shakllangan bolalarda o'ziga nisbatan ijobiy munosabat rivojlanadi, bu esa kelgusida muvaffaqiyatsizliklarni tabiiy tajriba sifatida qabul qilishga yordam beradi. Aksincha, hissiy sovuqlik va haddan tashqari tanqid mukammallikchilikning nevrotik shakllarini kuchaytirishi mumkin. Carol Dweck tomonidan ilgari surilgan Growth Mindset konsepsiyasiga ko'ra, bolaning harakati va sa'y-harakatlarini qadrlash uning rivojlanishga yo'naltirilgan fikrlash tarzini shakllantiradi. Bunday shaxslar xatolarni rivojlanish imkoniyati sifatida qabul qiladilar va muvaffaqiyatsizlikni shaxsiy qadrsizlik belgisi deb hisoblamaydilar. Shuningdek, tadqiqot natijalari shuni ko'rsatdiki, perfektsionizm darajasi yosh davrlariga qarab ham ma'lum farqlarga ega. Ayniqsa, o'smirlik davrida tashqi baholarga sezgirlik yuqori bo'lganligi sababli mukammallikchilik ko'rsatkichlari nisbatan yuqori kuzatiladi. Yosh ulg'ayishi bilan esa shaxsning hayotiy tajribasi ortib, ichki motivatsiya shakllangan sari ushbu ko'rsatkichlar barqarorlashib boradi. Olingan natijalar amaliy psixologlar, pedagoglar va ota-onalar faoliyatida muhim ahamiyat kasb etadi. Farzandning har bir muvaffaqiyatini faqat natija bilan emas, balki uning intilishi va sa'y-harakatlari bilan baholash sog'lom shaxs rivojlanishining muhim omili hisoblanadi. Ota-onalar uchun psixologik treninglar, oilaviy maslahatlar hamda ijobiy muloqot ko'nikmalarini rivojlantirishga qaratilgan dasturlar mukammallikchilikning salbiy shakllarini kamaytirishga xizmat qilishi mumkin.



Tadqiqot natijalari oilaviy tarbiya muhiti shaxsda perfektsionizmning shakllanishida muhim psixologik omillardan biri ekanligini tasdiqladi. Mehribon va qo'llab-quvvatlovchi ota-onalik uslubi shaxsning o'ziga bo'lgan ishonchini mustahkamlaydi, emotsional barqarorligini oshiradi hamda destruktiv mukammallikchilikning rivojlanish xavfini kamaytiradi. Shu bois oilada sog'lom psixologik muhitni yaratish nafaqat bolaning ruhiy salomatligi, balki uning kelajakdagi kasbiy va shaxsiy muvaffaqiyatining ham muhim sharti hisoblanadi.

Foydalanilgan adabiyotlar

Curran T., Hill A. P. Perfectionism is increasing over time. Psychological Bulletin, 2019.

Affrunti N. W., Woodruff-Borden J. The Influence of Parenting Styles on Child Perfectionism. Children, 2021.

Deci E. L., Ryan R. M. Self-Determination Theory. Guilford Press, 2017.

Bowlby J. Attachment and Loss. Basic Books, 1988.

Dweck C. Mindset: The New Psychology of Success. Random Ho