O‘SMIRLARDA OILAVIY MUNOSABATLARDA ADAPTATSIYA VA DEZADAPTATSIYA OMILLARI

Suleymanova Xumoroxon Ulug’bek qizi
O’zDJTU Angren fakulteti
“Umumiy psixologiya” fan o’qituvchisi
xumorasuleymanova1993@gmail.com

Annotatsiya: Mazkur tezisda o‘smirlik davrida oilaviy munosabatlarning shaxs rivojlanishiga ta’siri hamda oilaviy muhitda adaptatsiya va dezadaptatsiyaning shakllanishiga sabab bo‘luvchi psixologik omillar tahlil qilinadi. O‘smirlik davri shaxsning o‘zini anglash, mustaqillikka intilish, o‘z fikrini himoya qilish va tengdoshlari bilan munosabatlarni kengaytirish jarayonlari kuchayadigan muhim rivojlanish bosqichidir. Shu sababli bu davrda ota-ona va o‘smir o‘rtasidagi munosabatlarning mazmuni va xarakteri alohida ahamiyat kasb etadi.

Tezisda adaptatsiyani qo‘llab-quvvatlovchi va dezadaptatsiyani kuchaytiruvchi asosiy oilaviy-psixologik omillar yoritiladi hamda o‘smirlar bilan profilaktik ishlarni tashkil etishda ota-ona, pedagog va maktab psixologi hamkorligining ahamiyati asoslanadi.

Kalit so‘zlar: o‘smirlik davri, oilaviy munosabatlar, adaptatsiya, dezadaptatsiya, psixologik muhit, ota-ona va farzand munosabatlari, emotsional qo‘llab-quvvatlash, muloqot, konflikt, ijtimoiy moslashuv.

Bugungi kunda o‘smirlarning psixologik rivojlanishi va ularning ijtimoiy muhitga moslashuvi muhim psixologik muammolardan biri sifatida qaralmoqda. Ayniqsa, oila o‘smirning shaxs sifatida shakllanishida eng yaqin va doimiy ijtimoiy muhit bo‘lib, undagi munosabatlar bolaning emotsional holati, o‘zini baholashi, xulq-atvori va boshqa insonlar bilan muloqotiga sezilarli ta’sir ko‘rsatadi.

O‘smirlik davrida bolaning ehtiyojlari va hayotga bo‘lgan qarashlarida muayyan o‘zgarishlar yuz beradi. U asta-sekin o‘zini mustaqil shaxs sifatida anglay boshlaydi, o‘z fikrining tan olinishini istaydi va qarorlar qabul qilishda mustaqillikka intiladi. Bunday o‘zgarishlar tabiiy rivojlanish jarayoni bo‘lsa-da, ayrim hollarda ota-onalarning avvalgi tarbiya usullari bilan o‘smirning yangi ehtiyojlari o‘rtasida ziddiyat yuzaga kelishi mumkin.

Oila kichik ijtimoiy guruh sifatida o‘smirning ijtimoiylashuvi uchun muhim muhit hisoblanadi. Oiladagi o‘zaro hurmat, ishonch, samimiy muloqot va emotsional qo‘llab-quvvatlash o‘smirning o‘zini xavfsiz his qilishiga yordam beradi. Aksincha, doimiy janjal, qo‘pollik, haddan tashqari nazorat, befarqlik yoki bolaning fikrini inkor etish uning oiladan emotsional jihatdan uzoqlashishiga olib kelishi mumkin.

Shu sababli o‘smirlarning oilaviy munosabatlarga moslashuvini ta’minlovchi hamda dezadaptatsiya xavfini kuchaytiruvchi omillarni aniqlash amaliy psixologiya uchun ham muhim masalalardan biridir.

O‘smirlik shaxs rivojlanishidagi murakkab va o‘ziga xos davrlardan biridir. Ushbu bosqichda biologik o‘zgarishlar bilan bir qatorda, bolaning o‘zini anglashi, qadriyatlari, ehtiyojlari va ijtimoiy munosabatlarida ham sezilarli o‘zgarishlar kuzatiladi.

O‘smir endilikda o‘zini faqat ota-onaning farzandi sifatida emas, balki mustaqil fikrga ega bo‘lgan shaxs sifatida ko‘ra boshlaydi. Shu bois u o‘z fikri va qarorlarining kattalar tomonidan hurmat qilinishiga ehtiyoj sezadi. Agar ota-ona ushbu ehtiyojni to‘g‘ri anglab, munosabatlar uslubini o‘zgartira olsa, oiladagi o‘zaro tushunish mustahkamlanadi.

Biroq bolalik davriga xos bo‘lgan qat’iy nazorat va doimiy buyruqbozlik o‘smirlik davrida avvalgidek samarali bo‘lmasligi mumkin. Aksincha, bunday yondashuv norozilik, qarshilik ko‘rsatish yoki ota-onadan emotsional uzoqlashishni kuchaytirishi ehtimoli mavjud.

L.S. Vygotskiyning madaniy-tarixiy yondashuvida shaxs rivojlanishining ijtimoiy muhit bilan chambarchas bog‘liqligi ta’kidlanadi. Shaxsning psixologik xususiyatlari boshqa insonlar bilan munosabatlar jarayonida shakllanadi. Shu jihatdan qaraganda, o‘smirning oiladagi munosabatlari uning keyingi ijtimoiy tajribasi uchun ham muhim asos bo‘lib xizmat qiladi.

Adaptatsiyani shaxsning muayyan ijtimoiy muhit talablariga moslashishi bilan birga, o‘z ehtiyojlari va individual xususiyatlarini ham adekvat tarzda namoyon eta olishi sifatida tushunish mumkin.

Oilaviy munosabatlarda yaxshi moslashgan o‘smir, odatda, oila a’zolari bilan muloqot qilish, o‘z his-tuyg‘ularini ifodalash va nizoli vaziyatlarni konstruktiv yo‘l bilan hal etishda nisbatan samarali strategiyalardan foydalanadi.

Shu nuqtayi nazardan, adaptatsiyani faqat o‘smirning oiladagi barcha talablarga so‘zsiz bo‘ysunishi sifatida baholash to‘g‘ri emas. Sog‘lom adaptatsiya o‘smirning mustaqilligi, shaxsiy chegaralari va oilaviy qadriyatlar o‘rtasidagi maqbul muvozanatni ham nazarda tutadi.

O‘smirning oilaviy munosabatlarga muvaffaqiyatli moslashuvida bir nechta omillar alohida ahamiyatga ega.

Birinchidan, **emotsional qo‘llab-quvvatlash**. Ota-onaning mehr-muhabbati, e’tibori va farzandining muammolariga befarq bo‘lmasligi o‘smirda o‘ziga nisbatan ishonchni kuchaytiradi. Oilada o‘zini qadrlangan va kerakli deb his qilgan o‘smirning emotsional barqarorligi ham yuqoriroq bo‘lishi mumkin.

Ikkinchidan, **ochiq muloqot**. O‘smir o‘z muammolari va kechinmalarini qo‘rqmasdan ota-onasi bilan muhokama qila oladigan muhitda nizolarni konstruktiv tarzda hal qilish imkoniyati ortadi.

Uchinchidan, **ota-onaning tarbiya uslubi**. Talabchanlik bilan bir qatorda hurmat, tushunish va qo‘llab-quvvatlashni uyg‘unlashtirgan demokratik yondashuv o‘smirning mustaqilligini rivojlantirishga yordam beradi.

To‘rtinchidan, **psixologik xavfsizlik**. O‘smir o‘z fikrini bildirganida masxara qilinmasligi, kamsitilmasligi yoki darhol jazolanmasligini his qilishi oiladagi ishonchni mustahkamlaydi.

Dezadaptatsiya shaxsning mavjud ijtimoiy va psixologik muhit talablariga moslashishida qiyinchiliklar yuzaga kelishi bilan tavsiflanadi. Oilaviy munosabatlarda dezadaptatsiya o‘smirning ota-onasi yoki boshqa oila a’zolari bilan muloqotida keskinlik, doimiy nizolar, emotsional uzoqlashish va qarama-qarshiliklarning kuchayishi ko‘rinishida namoyon bo‘lishi mumkin.

Ayniqsa, haddan tashqari nazorat o‘smirning mustaqillikka bo‘lgan tabiiy ehtiyoji bilan to‘qnash kelganda, qarshilik va nizolarni kuchaytirishi mumkin. Shu sababli ota-onalar o‘smirlik davrida tarbiya usullarini bolaning yosh va psixologik xususiyatlariga moslashtirib borishlari zarur.

O‘smirlarda oilaviy dezadaptatsiyaning oldini olish faqat o‘smirning o‘zi bilan ishlash bilangina cheklanmasligi kerak. Bu jarayonda ota-ona, pedagog va maktab psixologining hamkorligi muhim ahamiyatga ega.

Psixologik profilaktika doirasida ota-onalarga o‘smirlik davrining psixologik xususiyatlari haqida ma’lumot berish, oilada samarali muloqot ko‘nikmalarini shakllantirish, nizolarni konstruktiv hal etish usullarini o‘rgatish va emotsional qo‘llab-quvvatlashning ahamiyatini tushuntirish maqsadga muvofiq.

Tahlillar shuni ko‘rsatadiki, o‘smirning oilaviy munosabatlarga moslashuvida oiladagi emotsional muhit, ota-ona va farzand o‘rtasidagi ishonch, ochiq muloqot, psixologik qo‘llab-quvvatlash va tarbiya uslubi muhim omillar sifatida namoyon bo‘ladi. O‘smirning fikrini tinglash, uning shaxsiy chegaralarini hurmat qilish va mustaqillikka bo‘lgan ehtiyojini to‘g‘ri yo‘naltirish oilaviy munosabatlarning barqarorligiga ijobiy ta’sir ko‘rsatadi.

Shu bois o‘smirlar bilan bog‘liq psixologik profilaktika ishlarini tashkil etishda faqat o‘smirning xulq-atvorini o‘zgartirishga emas, balki uning oilaviy muhitini ham sog‘lomlashtirishga e’tibor qaratish lozim. Ota-ona, pedagog va psixologning hamkorlikdagi faoliyati o‘smirning oilaviy, ta’limiy va ijtimoiy muhitga yanada samarali moslashishiga yordam beradi.

Sog‘lom oilaviy munosabatlarni shakllantirish o‘smirning bugungi psixologik barqarorligini ta’minlash bilan birga, uning kelajakdagi shaxslararo munosabatlari va ijtimoiy hayotiga ham ijobiy zamin yaratadi.

Foydalanilgan adabiyotlar:

1. Vygotskiy L.S. *Psixologiya razvitiya rebyonka*. — Moskva: Smysl, 2004.
2. Bojovich L.I. *Lichnost i yeyo formirovaniye v detskom vozraste*. — Moskva: Prosveshcheniye, 1968.
3. Elkonin D.B. *Psixologiya razvitiya*. — Moskva: Akademiya, 2001.
4. Leontyev A.N. *Deyatelnost. Soznaniye. Lichnost*. — Moskva: Politizdat, 1975.
5. Kon I.S. *Psixologiya ranney yunosti*. — Moskva: Prosveshcheniye, 1989.
6. Karabanova O.A. *Psixologiya semeynyx otnosheniy i osnovy semeynogo konsultirovaniya*. — Moskva: Gardariki.
7. Craig G.J., Baucum D. *Human Development*. — Pearson Education.
8. Steinberg L. *Adolescence*. — New York: McGraw-Hill.
9. Santrock J.W. *Adolescence*. — New York: McGraw-Hill.