



Yusupxodjayeve Umida,

Oila va gender ilmiy-tadqiqot instituti tayanch doktoranti

e-mail: umidar9@gmail.ru

O'SMIRLARNING PSIXOLOGIK SALOMATLIGIGA OTA-ONA TARBIYA USLUBLARINING TA'SIRI

Annotatsiya. Ushbu maqolada ota-ona munosabatlarining o'smirlar psixologik salomatligiga ta'sirini o'rganish maqsadida adabiyotlar tahlili amalga oshirilgan. Unda ota-onalar o'rtasidagi ziddiyatning bolalar ruhiy rivojlanishiga ta'siri qisqa muddatli va uzoq muddatli turlar bo'yicha tavsiflangan. Xususan, ota-onalar tomonidan tanlangan tarbiya usullari bolalarning o'z-o'ziga baho berishi, qadrlashi, boshqalar bilan munosabatlar o'rnatishi, hissiy va psixologik shakllanishiga juda katta ta'sir ko'rsatishi aniqlangan.

Аннотация. В данной статье проведен анализ литературы с целью изучения влияния родительских отношений на психологическое здоровье подростков. Описаны краткосрочные и долгосрочные последствия конфликта между родителями на психическое развитие детей. В частности, установлено, что выбранные родителями методы воспитания оказывают большое влияние на самооценку, оценивание, установление взаимоотношений с окружающими, эмоционально-психологическое формирование детей.

Annotation. This article analyzes the literature with the aim of studying the influence of parental relationships on the psychological health of adolescents. The short-term and long-term consequences of conflict between parents on the mental development of children are described. In particular, it has been established that the parenting methods chosen by parents have a great influence on self-esteem, assessment, establishing relationships with others, and the emotional and psychological formation of adolescents.

Tayanch so'zlar: psixik salomatlik, ota-ona munosabatlari, ruhiy salomatlik, tarbiya usillari, oilaviy muhit, oilaviy ziddiyatlar.

Ключевые слова: психическое здоровье, родительские отношения, психологическое здоровье, методы воспитания, семейная среда, семейные конфликты.

Keywords: mental health, parental relationships, psychological health, parenting styles, family environment, family conflicts.

Kirish. Jahon ta'lim va ilmiy tadqiqot markazlarida salomatlik, psixologik salomatlik, psixik salomatlik, tengdoshlari bilan muloqot, salomatlikning turli darajalari, ijtimoiy salomatlik, shaxs tavsifnomasi hissiy barqarorlik kabi muammolarga alohida e'tibor qaratilmoqda. Bu borada shaxsning psixologik va jismoniy salomatligi holatini baholash, o'z-o'ziga bo'lgan munosabat, ota-ona munosabatlari muammolari diagnostikasi va psixokorreksiyasini amalga oshirish, psixolog mutaxassis faoliyatini takomillashtirishga yo'naltirilgan masalalarga e'tibor qaratish zarurati kuzatilmoqda. Respublikamizda so'ngi yillarda ta'lim sifatini oshirish va yoshlarning salomatligini takomillashtirish bo'yicha muhim ijtimoiy-siyosiy o'zgarishlar ro'y bermoqda. Xususan, O'zbekiston Respublikasi Vazirlar Mahkamasining 2019-yil 7-iyundagi "Psixologiya sohasidagi kadrlarni tayyorlash tizimini yanada takomillashtirish va jamiyatda huquqbuzarliklarning oldini olish chora-tadbirlari to'g'risida"gi 472-son qaroriga ko'ra, aholida psixologik salomatlik haqida tushuncha hosil qilish, uning turlari, ta'sir ko'rsatuvchi ijobiy va salbiy omillar, shuningdek, psixologik xizmatdan foydalanish kabi muhim masalalar bayon etilgan.

Maqsad va uni asoslash. O'smirlik davrida shaxsning shakllanishida oiladagi muhit muhim ahamiyat kasb etadi. Oila tuzilmasini tashkil etuvchi va qo'llab-quvvatlovchi ota-onalar o'z farzandlarining oilani shakllantirish va shaxsiy rivojlanishiga bo'lgan nuqtayi nazariga ta'sir qiladilar. Rivojlanish psixologiyasi, yosh davrlari psixologiya, klinik psixologiya va boshqalar kabi psixologiyaning bir qancha sohalaridagi ilmiy tadqiqotlarga ko'ra, ota-onalar o'rtasidagi munosabatlar bolalar rivojlanishining ko'plab istiqbollari, masalan, xulq-atvor, ruhiyat, kognitiv va shaxslararo munosabatlarning shakllanishiga sezilarli ta'sir ko'rsatadi. Nosog'lom oilaviy muhitda tarbiyalangan bolalar, hatto, kattalar bo'lsa ham, uzoq muddatli ruhiy kasalliklardan aziyat chekishi mumkin. Ota-onalarning salbiy munosabatlari ko'p jihatlarni o'z ichiga oladi. Xususan, ota-onalar o'rtasidagi ziddiyat, ayriliq, ajrashish, qayta turmush qurish va uydagi zo'ravonliklar aynan shular jumlasidan.

Ilmiy muammoning tavsifi va yechimi. Bu ota-onalar o'rtasidagi munosabatlar bolalarning psixologik o'sishiga va ular katta bo'lganida boshqalar bilan qanday munosabatda bo'lishiga ta'sir qilishining muhimligini ta'kidlaydi. Bundan tashqari, ota-onaning nosog'lom munosabatlari bolalarning qattiq tartib-intizomida ko'rinadi. Tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, qattiq intizom bilan o'sgan bolalar erta bolalikdan keyin kattalar hayotida ichki va tashqi ko'rinishdagi muammolarni rivojlanishi ehtimoli ko'proq. Qattiq tartib-intizom ostida tarbiya topgan bolalar tajovuzkor va impulsiv temperamentga ega bo'lishi, bu esa,

O'smirlik davrida shaxsning shakllanishida oiladagi muhit muhim ahamiyat kasb etadi. Oila tuzilmasini tashkil etuvchi va qo'llab-quvvatlovchi ota-onalar o'z farzandlarining oilani shakllantirish va shaxsiy rivojlanishiga bo'lgan nuqtayi nazariga ta'sir qiladilar.

***Tadqiqot
oiladagi muhit
va o'smirlarning
psixologik
farovonligi
o'rtasidagi
bog'liqlikni
aniqlashga
qaratilgan. Oila
muhiti omillari
shaxslararo
munosabatlar,
shaxsiy o'sish va
oila tizimini saqlab
qolish sifatida
aniqlangan.
Shaxslararo
munosabatlar
uyg'unlik,
ifodalilik va
ziddiyat nuqtayi
nazaridan ko'rib
chiqildi.***

o'z navbatida, kelajakda jamiyatga zid xatti-harakatlarga olib kelishi mumkin.

Grolnik va Slowiaczek (1994)lar oila muhitini oila yashaydigan sharoit va bolaga hayotiy ta'sir ko'rsatadigan ta'lim muhiti deb ta'riflagan. Ushbu tadqiqotda oilaviy muhit har bir a'zoning o'z oilasini qanday idrok etishini anglatadi, ya'ni shaxslararo munosabatlar, shaxsiy o'sish va oila tizimini saqlab qolish natijasida yuzaga keladigan ijtimoiy oila muhiti (Moos & Moos, 1994). Jumladan, bu oiladagi sharoit va ijtimoiy iqlim sharoitlarini o'z ichiga oladi.

Tadqiqot oiladagi muhit va o'smirlarning psixologik farovonligi o'rtasidagi bog'liqlikni aniqlashga qaratilgan. Oila muhiti omillari shaxslararo munosabatlar, shaxsiy o'sish va oila tizimini saqlab qolish sifatida aniqlangan. Shaxslararo munosabatlar uyg'unlik, ifodalilik va ziddiyat nuqtayi nazaridan ko'rib chiqildi. Shaxsiy o'sish tashabbusi mustaqillik, muvaffaqiyatga yo'naltirilganlik, faol dam olish va axloqiy-diniy yo'nalishga qarab ko'rib chiqildi. Tizimga texnik xizmat ko'rsatish tashkilot va nazoratni qamrab oldi. O'smirlarning psixologik farovonligi avtonomiya, boshqalar bilan ijobiy munosabatlar, atrof-muhitni o'zlashtirish, shaxsiy o'sish, o'zini o'zi qabul qilish va hayotdagi maqsad nuqtai nazaridan o'rganildi.

Chen va Xarris (2019)lar ruhiy salomatlik bilan ijobiy oilaviy munosabatlar assotsiatsiyasi bo'yicha 18 185 kishining kohort tadqiqotida o'smirlik davridan o'rta yoshga qadar bo'lgan trayektoriyalar, oilada ijobiy munosabatlarni boshdan kechirgan bolalarda o'rta hayot oilaviy munosabatlarni kamroq ijobiy his qilganlarga qaraganda erta o'smirlik davridan boshlab depressiya belgilari sezilarli darajada past bo'lganini aniqladilar. Bundan tashqari, topilmalar o'smirlik davrida oilaviy munosabatlarga erta aralashuvning ruhiy salomatlik bilan bog'liqligini ko'rsatadi.

Stafford va boshqa bir qator olimlar ota-onalar va bolalar o'rtasidagi munosabatlar va o'smirlarning ruhiy farovonligini o'smirlikdan erta keksalikka qadar tahlil qildilar. Ilmiy izlanishlar natijalari shuni ko'rsatdiki, qo'llab-quvvatlovchi, mehrli va o'smirlarga mos avtonomiyaga imkon beradigan ota-ona va farzand munosabatlari inson hayoti davomida sog'lom psixologik shakllanishga turtki berishi mumkin. Ushbu tadqiqot natijalari umrbod emotsional farovonlik asoslari dastlabki yillarda yoki undan oldin boshlanadi, degan fikrni ilgari suradi (Government, 2011). Tomas, Liu va Umberson (2017)lar tomonidan oiladagi shaxslararo munosabatlar va farovonlik bo'yicha olib borilgan tadqiqot shuni ko'rsatdiki, shaxslararo munosabatlar insonga stressni yengishga, sog'lom xulq-atvor va o'z-o'zini hurmat qilishni oshirishga yordam beradigan resurslarni taqdim etadi. Aksincha, ota-ona va o'smir

munosabatlarining sifati pastligi, oila a'zolarining ortiqcha g'amxo'rligi o'smirning ruhiy farovonligiga putur yetkazishi mumkin.

Shu bilan bir qatorda, olimlar oila a'zolari tomonidan qo'llab-quvvatlanayotgan farzandlar o'z qadr-qimmatini oshirish tuyg'usini his qilishlari mumkinligi haqidagi fikrni tasdiqlaydilar va bu o'z-o'zini hurmat qilish, ijobiy ta'sir va yaxshi ruhiy salomatlikni rag'batlantiradigan psixologik manba bo'lishi mumkin, deb hisoblaydilar (Symister & Friend, 2003 yil).

Ota-onalarning tarbiya uslublari tadqiqot sohasiga muvofiq, 1970-yillarning boshlarida Baumrind tomonidan konseptual asosda kiritilgan. Baumrind kuzatish yoki suhbatlar orqali aniqlash mumkin bo'lgan uchta asosiy – demokratik, avtoritar va liberal (Baumrind, 1971, Baumrind va Blek, 1967) uslubni taklif qildi. Ota-onalar tarbiya uslublari ota-onaning o'z farzandi bilan qanday muloqot qilishini aks ettiradi va shu orqali ota-onaning xatti-harakati ifodalangan hissiy muhitni shakllantiradi (Darling va Steinberg, 1993). Ota-onalarning tarbiya uslublari, shuningdek, iliqlik, og'zaki dushmanlik va noto'g'ri xatti-harakatlarga e'tibor bermaslik kabi turli xil bo'limlardan iborat (Olivari va boshq., 2013; Robinson va boshqalar, 1995). Turli xil tarbiya uslublarning soni va xususiyatlari tadqiqotchilar o'rtasida turlicha ko'rib chiqiladi, garchi ularning aksariyati iliqlik, dushmanlik, ishtirok etish, e'tiborsizlik, ko'rsatmalar va avtonomiyani o'z ichiga oladi (Skinner va boshq., 2005; Phillips va boshq.; 2017, Lamborn va boshq., 1991). Skinner, Jonson va Snayder ota-onalik tarbiya uslublari bir qutbli fenomen sifatida baholanishi kerakligini taklif qildi, chunki tarbiya dinamik va o'zgaruvchan jaroyon va ota-ona ko'pincha faqat bitta tarbiya uslubiga rioya qilmaydilar – bu taklif Egeli va boshqalar tomonidan qo'llab-quvvatlanadi (Egeli va boshqalar, 2015). O'smirlar o'rtasida depressiv alomatlar bilan bog'liq holda ota-ona tarbiya uslublari, shuningdek, ota-onalarning ruhiy salomatligi bo'yicha tadqiqotlar individual ravishda va bir-biri bilan o'zaro ta'sirda baholangan (Rasing va boshq., 2019). O'smirning ruhiy salomatligiga ota-onaning avtoritar yoki demokratik uslubi ta'sir qilishi mumkin (Shahimi va boshq., 2019). Kuchli ota-ona avtoritarizmi ilgari depressiv alomatlarining yuqori darajasi bilan bog'liq bo'lsa, ota-onaning katta vakolatli tarbiya usuli kamroq depressiv alomatlar bilan bog'liqlik borligini ko'rsatdi (Chen, Haines, Charlton va Vander Weele, 2019).

Bu tarbiya uslublari, shuningdek, ota-onalarning ruhiy salomatligi, ya'ni onaning ruhiy tushkunlik holati ta'sir qiladi, bu esa, o'z navbatida, oiladagi yuqori hayot sifati va ijobiy ijtimoiy yordamga qaramasdan tarbiya sifatini pasaytiradi (Taraban va boshq., 2017). Bundan tashqari, onaning depressiv simptomatologiyasi og'irroq bo'lsa, ota-onaning

Ota-onalarning tarbiya uslublari tadqiqot sohasiga muvofiq, 1970-yillarning boshlarida Baumrind tomonidan konseptual asosda kiritilgan. Baumrind kuzatish yoki suhbatlar orqali aniqlash mumkin bo'lgan uchta asosiy – demokratik, avtoritar va liberal (Baumrind, 1971, Baumrind va Blek, 1967) uslubni taklif qildi.

Ota-ona va bola munosabatlari o'smirning ham jismonan, ham psixologik sog'lom rivojlanish uchun muhim bo'lgan hissiy zamin yaratadi (Chew va Vang, 2013). Shu bilan birga, ota-ona va bola o'rtasidagi munosabatlar erta o'smirlik davrida, o'smir balog'at yoshiga kirganida va balog'atga yetishishida har tomonlama qo'llab-quvvatlashi lozimligi tavsiya etiladi (Smokowski va boshq., 2015).

avtoritar uslubi ustunroq bo'lib, o'smirlarda patologik simptomlarning kuchayishiga olib keladi (Shahimi va boshq., 2019). Erta ota-ona va bola munosabatlaridagi qiyinchiliklar o'smirlik davrida depressiya belgilarining kelajakdagi rivojlanishiga, shuningdek, ularning kechishi va davom etishiga turtki bo'lishi mumkun (Frazer va Fite, 2016; Smokowski va boshq., 2015; Restifo va B'ogels, 2009). Bu borada ota-onaning ruhiy tushkunlik holati va tarbiya uslubining o'zaro ta'siri alohida ahamiyatga ega bo'lishi mumkin. Garber va Schwartzlarning fikriga ko'ra, ota-onalarning salbiy munosabatlari hamda ota-onaning ruhiy kasalligi haqiqatan ham o'smirlar o'rtasida depressiya holatini yuaga keltirishi, shuningdek, ota-ona va o'smir munosabatlarida iliqlik va hamkorlikning yetishmasligi ular uchun xavf omili bo'lishi mumkun (Sanders va boshq., 2014). 7–18 yoshdagi bolalar va o'smirlarni o'z ichiga olgan meta-tahlil natijalariga ko'ra, o'smirlik davridagi 8% depressiyaning sababi ota-ona tomonidan tanlagan tarbiya usullariga bog'liqlik mavjudligini ko'rsatgan (McLeod va boshq., 2007). Shunga qaramay, sog'lom va qo'llab-quvvatlovchi muhitda tarboylanayotgan o'smirlarda ruhiy kasalliklarning rivojlanishi ehtimoli nisbatan pastroq (Sanders va boshq., 2014, Pinquart, 2017). Bu assotsiatsiya qiz bola o'smirlar orasida yanada yuqoriq bo'lishi ta'kidlangan (Pinquart, 2017; Miln va Lankaster, 2001).

Ota-ona va bola munosabatlari o'smirning ham jismonan, ham psixologik sog'lom rivojlanish uchun muhim bo'lgan hissiy zamin yaratadi (Chew va Vang, 2013). Shu bilan birga, ota-ona va bola o'rtasidagi munosabatlar erta o'smirlik davrida, o'smir balog'at yoshiga kirganida va balog'atga yetishishida har tomonlama qo'llab-quvvatlashi lozimligi tavsiya etiladi (Smokowski va boshq., 2015). Ilmiy ma'lumotlarga ko'ra, 9 yoshli bolalarni qo'llab-quvvatlashning asosiy manbayi bu ularning ota-onalari, ammo bu bolaning o'sishi bilan o'zgaradi va 12–15 yoshda tengdoshlar asosiy qo'llab-quvvatlovchi shaxs sifatida ota-onaning o'rnini bosadi (Furman va Buhrmester, 1992). O'spirinlik davriga kelib esa (taxminan 19 yoshda) asosiy yordam manbayi yana romantik sherigiga o'tadi. Biroq qiz bolalar o'g'il bolalar kabi ijtimoiy qo'llab-quvvatlash manbayini tez o'zgartirmaydilar, lekin vaqt o'tishi bilan manbalarni qo'shishga moyildirlar. Shunga qaramay, qiz bolalar uchun onalar tomonidan qo'llab-quvvatlash ular ulg'ayganlarida ham muhim bo'lib qoladi (Furman va Buhrmester, 1992). Bundan tashqari, oila nafaqat qiz bola o'smirlarda, balki o'g'il bolalarda ham ruhiy salomatlik muammolarini hal qilishda muhim yordam manbayi hisoblanadi (Swords va boshqalar, 2011).

Yakuniy qism. Ota-onalarning turli tarbiya uslublari va oilaviy munosabatlar dinamikasi bolalarning psixologik salomatligi va

farovonligi uchun salbiy yoki ijobiy ta'siri tasdiqlangan. Xususan, ota-onaning tarbiya borasidagi kelishmovchiliklari, ota-ona va bola munosabatlarining yaqinligi, ota-onaning qattiqqo'lligi va ota-onalarning nomuvofiqligi bolalarning psixologik salomatligi va farovonligiga salbiy ta'sir ko'rsatishi etirof etiladi (Storksens, Roysamb, Moum, va Tambs, 2005). Xususan, Stallman and Ohanlar ota-onalari ajrashgan 4–17 yoshdagi bolalar psixologik salomatligini o'rganib chiqishgan. Natijalar shuni ko'rsatdiki, ota-onalarning salbiy holatlari va ular o'rtasidagi ziddiyatli munosabatlar o'smirlik davrida shaxsda hissiy va xulq-atvor muammolari bo'lishini bashorat qiladi. Oilaviy muhit omillari (masalan, ota-onaning tarbiya usullari yoki ota-onaning ruhiy holati) bolaning hissiy barqarorligi va ota-ona tajribasi o'rtasidagi bog'liqlikni, jumladan, ota-ona ruhiy tushkunligi, stress, ota-onalar o'rtasidagi ziddiyat yoki boshqa shunga o'xshash muammolarga sabab bo'lishi mumkunligi tasdiqlangan (Nyuland, 2015).

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati:

1. Смирнова О. Е. *Детская психология: учебник для вузов*. – Москва: ВЛАДОС, 2006. – 369 с.
2. Enright, K.M. and Ruzicka, M.F. (1989) 'Relationship between Perceived Parental Behaviors and the Self-Esteem of Gifted Children', *Psychological Reports*, 65(3), pp. 931–937. Available at: <https://doi.org/10.2466/pr0.1989.65.3.931>
3. G'oziyev E. *Psixologiya: Yosh davrlari psixologiyasi: Ped. in-tlari va un-tlarning talabalari uchun o'quv qo'l*. – Toshkent: O'qituvchi, 1994. – 244 b.
4. Hernández-Torrano, D., Ibrayeva, L., Sparks, J., Lim, N., Clementi, A., Almukhambetova, A., Nurtayev, Y., & Muratkyzy, A. (2020). *Mental Health and Well-Being of University Students: A Bibliometric Mapping of the Literature*. *Frontiers in Psychology*, 11. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.01226>
5. Hill, N.E. (1995) 'The Relationship Between Family Environment and Parenting Style: A Preliminary Study of African American Families', *Journal of Black Psychology*, 21(4), pp. 408–423. Available at: <https://doi.org/10.1177/00957984950214007>.
6. Rebecka, K. et al. (2020) 'The influence of parenting styles and parental depression on adolescent depressive symptoms: A cross-sectional and longitudinal approach', *Mental Health & Prevention*, 20(1), p. 200193. Available at: <https://doi.org/10.1016/j.mhp.2020.200193>.
7. Van Loon, L.M.A. et al. (2013) 'The Relation Between Parental Mental Illness and Adolescent Mental Health: The Role of Family Factors', *Journal of Child and Family Studies*, 23(7), pp. 1201–1214. Available at: <https://doi.org/10.1007/s10826-013-9781-7>.
8. Ананьев В. А. *Введение в психологию здоровья*. – Санкт-Петербург: БПА., 1998. – 148 с.
9. Баякина О.А. *Соотношение понятий психического и психологического здоровья личности // Известия Самарского научного центра Российской академии наук*, 2009. – Т. 11, № 4 (5). – С. 1195–1199.
10. Прихожан А. М. *Тревожность у детей и подростков: 65 психологическая природа и возрастная динамика / А.М. Прихожан. М. – Воронеж, 2000. – 358 с.*