

OTA-ONA VA FARZAND O'RTASIDAGI MUNOSABATLARNING MAKTAB O'QUVCHILARI RUHIY HOLATIGA TA'SIRI

Kodirkulova Shahnoza Azizmurotovna

Sirdaryo viloyati Guliston tumani 9-maktab psixologi

DOI:<https://doi.org/10.5281/zenodo.23174927>

Annotatsiya. Ushbu maqolada ota-ona va farzand o'rtasidagi munosabatlarning maktab o'quvchilari ruhiy holati va psixologik rivojlanishiga ko'rsatadigan ta'siri yoritilgan. Oiladagi sog'lom va nosog'lom muhitning bolaning o'z-o'ziga bo'lgan bahosi, akademik ulgurishi hamda ijtimoiy moslashuviga ta'siri tahlil qilingan. Tadqiqot davomida ota-onalarning emotsional qo'llab-quvvatlashi maktab yoshidagi bolalarda stress, xavotirlanish va depressiv holatlarning oldini olishda asosiy omil ekanligi asoslab berilgan. Maqola so'nggida ota-onalar va pedagoglar uchun o'quvchilarning ruhiy salomatligini mustahkamlashga qaratilgan amaliy tavsiyalar ishlab chiqilgan.

Kalit so'zlar: ota-ona va farzand munosabatlari, maktab o'quvchilari, ruhiy holat, psixologik muhit, xavotirlanish, emotsional qo'llab-quvvatlash.

Аннотация. В данной статье рассматривается влияние детско-родительских отношений на психическое состояние и психологическое развитие школьников. Анализируется воздействие здоровой и неблагополучной семейной атмосферы на самооценку, академическую успеваемость и социальную адаптацию ребенка. В ходе исследования обосновано, что эмоциональная поддержка со стороны родителей является ключевым фактором в предотвращении стресса, тревожности и депрессивных состояний у детей школьного возраста. В заключении статьи разработаны практические рекомендации для родителей и педагогов, направленные на укрепление психического здоровья учащихся.

Ключевые слова: детско-родительские отношения, школьники, психическое состояние, психологический климат, тревожность, эмоциональная поддержка.

Abstract. This article examines the impact of parent-child relationships on the mental state and psychological development of school students. It analyzes the effects of healthy and unhealthy family environments on a child's self-esteem, academic performance, and social adaptation. The study demonstrates that emotional support from parents is a crucial factor in preventing stress, anxiety, and depressive states in school-aged children. Concluding the article, practical recommendations are developed for parents and educators aimed at strengthening the mental health of students.

Keywords: parent-child relationships, school students, mental state, psychological climate, anxiety, emotional support.

Ota-ona va farzand o'rtasidagi munosabatlar maktab o'quvchilarining ruhiy holati, o'zini-o'zi baholashi va akademik ulgurishini belgilab beruvchi eng asosiy poydevordir. Oila muhiti bolaning emotsional barqarorligi, xavfsizlik hissi va ijtimoiy moslashuviga bevosita ta'sir ko'rsatadi.

Ota-onalar farzandlariga qadriyatlar va an'analarni yetkazishda muhim rol o'ynaydilar. Ularning tarbiyaviy faoliyati jamiyatning poydevori sifatida qatnashadi, chunki tarbiyasiz jamiyatni tasavvur qilish qiyin. Insonning shaxsiyati va dunyoqarashi ota-onalarning bolalik davrida beradigan tarbiyasi bilan bog'liqdir. Har bir ota-ona farzandiga naqadar muhabbat bilan qarasa ham, ularga hayotdagi muhim qadriyatlarni o'rgatishda qiladi. Bu qadriyatlar, masalan, mehmondo'stlik, halollik, mas'uliyat va boshqalar bolalarda o'z o'rnini topadi.

Ota-onalar, o'zining hayoti orqali, farzandlariga an'analarni va madaniyatni tushuntirib berishadi, bu esa ularning dunyoqarashini kengaytiradi va shaxs sifatida o'sib ulg'ayishiga yordam beradi. Milliy va madaniy qadriyatlarni shakllantirishda ota-onalarning o'zni ajralmasdir. Ular farzandlariga o'z millatining tarixi, urf-odatlarini va madaniy merosini o'rgatish orqali avlodlar davomiyligini ta'minlaydilar. Bu jarayonda farzandlar o'z merosiga, milliy o'ziga xosligiga va jamoatga nisbatan yashirin hurmatni his qiladilar. Ota-onalarning tarbiyasi, ularning farzandlarida sodir etgan ruhiy-moraliiy ta'siri, ularning kelajakdagi shaxsiyati va ijtimoiy hayotida muhim o'rin tutadi.

Shunday qilib, ota-onalarning tarbiyasi va tarbiyalarining mohiyati jamiyatning farovonligi, barqarorligi va rivojlanishi uchun zarurdir. Tabiiyki, tarbiyasiz, qadriyatlarsiz jamiyatning poydevori qattiq qurilishi lozim bo'lmaydi. Insonni shaxs sifatida rivojlantirish oiladan boshlanadi. Bolalarning xulq atvori, tabiat, tashqi muhitga munosabati va dunyoqarashi oilada vujudga keladi.

Hozirgi kunda oilalar soni yildan yilga ortib bormoqda. Har bir oilada tarbiya topayotgan bolalarning psixologik xususiyatlari, o'ziga xosligiga ahamiyat berishimiz lozim. Bolalarning jismonan, aqlan va psixologik jihatdan rivojlanishi tarbiyalanayotgan muhitiga bog'liq. Har bir bola ulg'aygani sari o'zi uchun namuna ya'ni o'ziga o'xshash xulq atvoriga ega shaxsni qidiradi. Bunda ular uchun asosiy namuna ota-ona bo'lishi lozim. Bola o'zini qanday tutishni odatiy xatti-harakatlarini va hattoki odatlarni ham ota yoki onadan o'rganadi. Oilaviy muhit bolani shunga ko'nikishiga majbur qiladi.

Xo'sh, bunda ota-ona qanday bo'lishi lozim? Birinchidan ota-ona farzandiga, oilaning boshqa a'zolariga e'tiborli, mehr-oqibatli bo'lishi kerak. Chunki mehr-oqibat va hurmat bor oilada tinchlik bo'ladi. Ikkinchidan: ota-ona shaxsiy muammolarini, kelishmovchiliklarni uyda yoxud farzandlarining ko'z oldida hal etishga urinmasligi darkor. Ko'pchilik ota-onalarning asosiy xatosi ham shunda. Ular bolaning oldida tortishadilar. Bunda bolada ruhiy stress yuzaga keladi va u kuchli qo'rquvga tushib qoladi. Bunday holatlarning ko'p marotaba takrorlanishi natijasida bola ruhiy tomonlama zaif bo'lib qoladi. Uchinchidan: ota-ona farzandi bilan to'g'ri munosabatda bo'lishi kerak. Farzandining qilgan xatolari, yo'l quyilgan kamchiliklari tahdid, tajovuzkorlik bilan emas, muloyimlik bilan, xuddi maslahat ko'rinishida tushuntirsa, maqsadga muvofiq bo'ladi.

Biroq ota-onalar ko'pincha tanbeh berishadi, koyishadi, lekin shuni yotig'i bilan tushuntirishga xarakat qilmaydi. Vaqt o'tishi bilan bolada xilma-xil ta'sirlar paydo bo'la boshlaydi. Masalan, unga qarata aytilayotgan fikrga nisbatan bee'tiborlik. Bola ota-onani tinglashni xohlamay qoladi. Hozir biz bu masalaga ham, ota-ona ham farzand nazarida qarashimiz lozim. Ota-ona hech qachon farzandiga befarq bo'lmaydi. Uni to'g'ri yo'lga solishga harakat qiladi. Ota-ona nazarida buni farzandiga muloyimlik, iliqlik yoki hayotiy misollar bilan tushuntirishdan ko'ra, uni qo'rquvga solish orqali tushuntirish afzalroq, go'yoki farzand ularni umuman tushunmagandek.

Shuning uchun ular qattiqqo'llik qilishga harakat qilishadi. Bu ham to'g'ri, biroq uni bir me'yorda ushlash kerak. Chunki haddan ortiq qattiqqo'l bo'lish yoki unchalik e'tibor bermaslik ham farzandning tarbiyasiga ta'sir ko'rsatadi. To'g'ri ba'zida koyib turish ham kerak, ammo shu masalada farzandning ham fikrini tinglash kerak. Chunki u tuyg'ularini, kechinmalarini ota-onalarga tushuntirishga harakat qiladi. Bunda ota-ona farzandlarini eshitadi ularga to'g'ri yo'lni ko'rsata olishadi. Aynan shu vaqtda berilgan tanbeh, koyish farzand uchun hayotiy qoidaga aylanadi va butun umri davomida saqlanib qoladi. Bu ota-ona uchun yechim. Endi farzand nazarida qaraydigan bo'lsak, farzand ota-onadan ko'p narsa talab qilmaydi.

Ota-onalar farzandlariga nafaqat ahloqiy qadriyatlar, balki madaniy meros va an'analarni ham o'rgatishda muhim rol o'ynaydilar. Ular o'z farzandlariga o'z millatining qadriyatlari va an'analarni, udumlarini yangilik sifatida etkazadilar. Bu jarayon jamiyatning ko'p qatlamli madaniyatini saqlab qolish va kelajak avlodlarga yetkazishda juda muhimdir.

Madaniy meros — bu biror millat yoki jamiyat tomonidan yaratilgan va avloddan avlodga o'tkazilgan barcha madaniy narsalar, urf-odatlar, an'analari, san'at asarlari va ilmiy bilimlardir. Ota-onalar bu merosni o'z farzandlariga o'tkazish orqali ularning shaxsiy tarixini va milliy kimligini shakllantirishga yordam beradilar. Misol uchun, ota-onalar an'anaviy bayramlarni, urf-odatlarini va oltin dasturxonlarni muhim ahamiyatga ega bo'lgan hodisa sifatida ko'rsatish orqali ularga o'z milliy tarixlaridan ma'lumot beradilar.

Ota-onalar bolalariga qanday tarbiya berishda, ularning qadriyatlar va an'analari haqida bilimlari sifatida, shuningdek, bu qadriyatlarni qanday hayotda amalga oshirishlarini ko'rsatish qobiliyatiga ega. Ular o'z misollari orqali, odatda, hurmat, yordamsevarlik, mas'uliyat va boshqa ijtimoiy axloq qoidalari haqida behisob fikrlar yaratadilar. Tarbiya jarayonida, ota-onalar o'z farzandlariga urf-odatlar va an'analari bilan bog'liq qiyinchiliklarni boshqarishda yordam berish orqali ularning hissiy va ijtimoiy ko'nikmalarini rivojlantirishadi. Farzandlar ota-onalaridan olgan qadriyatlari orqali ko'plab hayotiy vaziyatlarni hal qilishda yordam beradi.

Ota-onalar o'z tarbiyasida madaniy meros va an'analarni etkazish orqali avlodlar o'rtasida kuchli aloqani mustahkamlaydilar.

Bu aloqa bir nechta yo'nalishlarda namoyon bo'lishi mumkin:

1. O'zaro haqiqiylik: Ota-onalar o'z tarixlari, urf-odatlarini va an'analari haqida farzandlariga hikoya qilish orqali, ularni o'z kelajaklariga bog'laydilar. Bu shaklda bolalar ota-onalarining tajribasidan suhbatlar orqali o'rganadilar.

2. Ritual va bayramlar: An'anaviy bayramlar va ritualar oilada birlashtiruvchi rol o'ynaydi. Ushbu faoliyatlar orqali avlodlar o'rtasida an'analari va qadriyatlar doimiy ravishda qayta tiklanadi va mustahkamlanadi. Bolalarning an'anaviy bayramlarga jalb qilinishi va ularda ishtirok etishlari kelajakda o'z farzandlariga ham bu bayram va urf-odatlarini o'tkazishga tayyorlaydi.

3. Tanlovlarning oqilona motivatsiyasi: Ota-onalardan olingan qadriyatlar va an'analari, bolalarda turli ijtimoiy vaziyatlarda qanday tanlov qilishni bilishga yordam beradi. Ijtimoiy hayotda tez-tez o'zgaruvchan sharoitlar va tanlovlar yuzaga kelganda, ota-onalar mas'uliyat, ijtimoiy adolat, hurmat kabi qadriyatlarni doimiy basa barcha tanlovlarda ko'rsatadilar. Ota-onalar orqali, jamiyatning madaniy merosi va an'analari avlodlarga etkazilishi jarayoni nafaqat shaxsiy rivojlanish, balki jamiyatning shakllanishi va mustahkamlanishida ham muhim ahamiyatga ega. Bu aloqa nafaqat ularga o'z millatlarini

tushunish imkoniyatini beradi, balki umuman jamiyatning kelajagiga ta'sir etadigan ijtimoiy ko'nikmalarni shakllantiradi.

Ota-onalar o'z tarbiyasi orqali qadriyatlar va an'analarni muvaffaqiyatli etkazish orqali nafaqat o'z oilalarini, balki keng jamiyatni ham tarbiyalaydilar. Shunchaki etibor, mehr. Biroq oramizda shunday ota-onalar ham borki, ular shuni ham farzandidan ayaydilar, qozonadilar. Farzand esa asta-sekin ota-onadan yiroqlashadi va o'z qobig'iga o'ral boshlaydi. Bola ota-onadan taskin kutadi, biroq o'rniga tergash, kamsitish yoki qalbiga og'ir ta'sir qiladigan so'zlar oladi.

Natijada tez hissiyotga beriluvchan ya'ni ta'sirchan bo'lib qoladi. U istaydimi ota-ona uni eshitishi kerak. Lekin qanday? Farzand ota-onasi, ular esa farzandni tushunishni xohlamay qolsachi? Xo'sh bunda nima qilish kerak? Masalaning asosiy yechimi bu muloqot. Ota-ona ba'zan erkinliklarni cheklayotganday ko'rinsada, aslida mehr- muhabbatlarini ifofa qiladilar. Ularning har bir talabi va iltimosi ortida jiddiy sabablar yotadi. Agar ota-ona va farzand ochiq muloqot qilsa, bir-birini osonroq tushuna boshlaydi. Ko'pchilik bolalar o'ylaydiki: Nega doim tanqid qilishadi, uy ishlarini qildirishadi, vaqtida yotishga majburlashadi va hokazolar. Shu joyida burilish yashasak. Endi farzand ota-onani tushunishi kerak. Masalan: „Nega uy ishlarini qildirishadi? Nega? Axir bola bularni qilishdan bosh tortyapdi-ku! Nega ota-ona uni majburlashadi? Bu xato” - deyishimiz mumkin biroq, toza uyda yashash va shkaftdan toza kiyim olib keyish hammaga yoqadi. Ammo buning ortida katta mehnat yotibdi. O'zing alohida yashay boshlasang, uying qanday holatda bo'lishiga o'zing xo'jayinsan.

Biroq hali ota-ona qaramog'ida ekansan, bu senga hayotiy ko'nikmalarni hosil qilishga yordam beradi. Bundan avval bajarishing kerak bo'lgan uy ishlarini ro'yxatini tuz va shu ro'yxatga doim amal qil. Ota-ona seni tushunishga harakat qildimi, sen ham harakat qil. Ularga o'z tuyg'ularing haqida, ehtiyojlaring haqida gapir. Ularning tuyg'ulari, ehtiyojlari haqida bilib ol.

Hammaga ma'qul keladigan umumiy qarorni qabul qilinglar. Ana shunda sen va ota-ona o'rtasida kelishmovchilik yuzaga kelmaydi. Mana oddiy bir yakun. Ota-onalar orqali qadriyat va an'analarni o'tkazish jarayoni nafaqat shaxsiy rivojlanish, balki jamiyatning kelajagi uchun ham muhim ahamiyatga ega. Ota-onalar, o'z farzandlariga vaqtincha qaramay, madaniy va axloqiy qadriyatlarni yuqori darajada saqlab qolish va ularni davom ettirishda o'z o'rnlarini anglashlari kerak. Ana shu qadriyatlar va an'analarni kelajak avlodlar uchun muhim asos bo'lib xizmat qiladi.

Xulosa qiladigan bo'lsak, ota-ona va farzand o'rtasidagi munosabat doim turg'unlikda bo'lishi lozim. Ya'ni farzand ota-onani, ular farzandini tushunib yashashi kerak. Ahillik birdamlik bor joyda bola uchun oilaviy muhit yaraladi. U shu muhit ichida kamolotga yetadi. Bu borada ular quyilgan har bir kamchilik jiddiy oqibatlarga olib kelishi mumkin. Eng ko'p mas'uliyat talab etiladigan bu ota-ona. Ularning bola hayotidagi roli katta, ota-ona bolaning bir bo'lagi misoli. Bola bor kuchini, quvvatini ota-onadan oladi va katta hayotga tayyorlanadi. Yaxshi oilada ulg'aygan farzand kelajakda yurtimizning ham, ota-onasining ham yuzini yorug' qiladi va kelajak avlodga ham shunday tarbiya beradi. Biz yashayotgan oilaning yurt taqdiridagi roli shunday paydo bo'ladi. Bizdan asosiy mana shularni tushunib yetish talab etildi.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR:

1. Абдусаматова, Ш. С. (2021). ЭМОЦИОНАЛЬНЫЙ ДИСТРЕСС, УГРОЗА СОБСТВЕННОМУ «Я», КАК ОБЯЗАТЕЛЬНЫЙ КОМПОНЕНТ ЖИЗНИ ЧЕЛОВЕКА. Central Asian Research Journal for Interdisciplinary Studies (CARJIS), 1(4), 239-247.
2. Абдусаматова, Ш. С., & Султанкулова, Г. Ф. (2022). ЭФФЕКТИВНОСТЬ ТРЕНИНГА ОБРАЗНОЙ САМОРЕГУЛЯЦИИ. Central Asian Research Journal for Interdisciplinary Studies (CARJIS), 2(1), 364-368
3. Абдусаматова, Ш. С. (2021). Психология семейных отношений с основами семейного консультирования. Central Asian Research Journal for Interdisciplinary Studies (CARJIS), 1(3), 225-229.
4. Shoumarov G'.B., Sog'inov N.A. O'zbek oilasining etnopsixologik xususiyatlari Ilmiy ishlar to'plami.
5. Imomqulova, F. (2022) "Oilada Tarbiyaning O'Ziga Xos Xususiyatlari