OILAVIY MUNOSABATLARDA IJTIMOIY ROLLAR MUVOZANATI VA O‘ZARO HURMATNING PSIXOLOGIK AHAMIYATI

Umarova Mexribonu Ravshan qizi
O‘zbekiston Respublikasi Oliy ta’lim, fan va innovatsiyalar vazirligi
Osiyo xalqaro universiteti
umarovamexribonu@gmail.com

Annotatsiya: Mazkur maqolada oilaviy munosabatlarda ijtimoiy rollar muvozanati va o‘zaro hurmatning psixologik ahamiyati tahlil qilinadi. Oila a’zolari o‘rtasida vazifalar, mas’uliyat va muloqot madaniyatining adolatli yo‘lga qo‘yilishi shaxslararo munosabatlar barqarorligi, emotsional xavfsizlik va sog‘lom psixologik muhitni shakllantirish omili sifatida o‘rganiladi. Shuningdek, o‘zaro hurmatning nizolarni kamaytirish, avlodlararo hamjihatlikni mustahkamlash va shaxs rivojiga ta’siri yoritiladi.

Kalit so‘zlar: oila psixologiyasi, ijtimoiy rollar, rollar muvozanati, o‘zaro hurmat, oilaviy muloqot, psixologik xavfsizlik, emotsional barqarorlik.

ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ ЗНАЧЕНИЕ БАЛАНСА СОЦИАЛЬНЫХ РОЛЕЙ И ВЗАИМНОГО УВАЖЕНИЯ В СЕМЕЙНЫХ ОТНОШЕНИЯХ

Аннотация. В статье анализируется психологическое значение баланса социальных ролей и взаимного уважения в семейных отношениях. Рассматривается влияние справедливого распределения обязанностей, ответственности и культуры общения между членами семьи на стабильность межличностных отношений, эмоциональную безопасность и здоровую психологическую среду. Особое внимание уделяется роли взаимного уважения в снижении конфликтов, укреплении межпоколенческого согласия и развитии личности.

Ключевые слова: психология семьи, социальные роли, баланс ролей, взаимное уважение, семейное общение, психологическая безопасность, эмоциональная устойчивость.

THE PSYCHOLOGICAL SIGNIFICANCE OF BALANCED SOCIAL ROLES AND MUTUAL RESPECT IN FAMILY RELATIONSHIPS

Abstract. This article analyzes the psychological significance of balanced social roles and mutual respect in family relationships. It examines how the fair distribution of duties, responsibility and communication culture among family members affects interpersonal stability, emotional security and a healthy psychological environment. The article also highlights the role of mutual respect in reducing conflicts, strengthening intergenerational harmony and supporting personal development.

Keywords: family psychology, social roles, role balance, mutual respect, family communication, psychological safety, emotional stability.

Kirish

Oila jamiyatning eng muhim ijtimoiy-psixologik instituti bo‘lib, unda insonning dastlabki ijtimoiy tajribasi, muloqot madaniyati va qadriyatlar tizimi shakllanadi. Oilaviy muhitda ota-ona, farzand, turmush o‘rtoq, aka-uka, opa-singil hamda katta avlod vakillari o‘ziga xos ijtimoiy rollarni bajaradi. Ushbu rollarning muvozanatli taqsimlanishi oila ichidagi emotsional iqlim, shaxsning psixologik barqarorligi va munosabatlar sifatiga bevosita ta’sir ko‘rsatadi.

Zamonaviy jamiyatda ijtimoiy-iqtisodiy sharoitlarning o‘zgarishi, gender tengligi haqidagi qarashlarning kengayishi, migratsiya, raqamli kommunikatsiya va mehnat bandligi oilaviy rollarning mazmunini yangicha talqin etishni talab qilmoqda. Bugungi oilada faqat an’anaviy majburiyatlar emas,

balki hamkorlik, mas'uliyatni bo'lishish, hissiy qo'llab-quvvatlash va o'zaro hurmat tamoyillari ham muhim ahamiyat kasb etadi.

O'zaro hurmat oilaning psixologik barqarorligini ta'minlovchi asosiy mezonlardan biridir. Hurmat mavjud bo'lgan muhitda oila a'zolari bir-birining fikri, ehtiyoji va hissiyotlarini inobatga oladi, nizolarni keskinlashtirmasdan hal etadi hamda o'zaro ishonchni mustahkamlaydi. Aksincha, rollarning nomuvofiqligi va hurmat yetishmasligi oilaviy ziddiyatlar, emotsional sovuqlik va psixologik noqulaylikni yuzaga keltiradi.

Mazkur maqolada oilaviy munosabatlarda ijtimoiy rollar muvozanati, o'zaro hurmat va psixologik xavfsizlik o'rtasidagi bog'liqlik ilmiy-nazariy jihatdan yoritiladi. Tadqiqotning amaliy ahamiyati shundaki, unda oilaviy muloqotni sog'lomlashtirish, avlodlararo hurmatni kuchaytirish va oila a'zolarining psixologik farovonligini oshirishga qaratilgan tavsiyalar ishlab chiqiladi.

Asosiy qism

Psixologik yondashuvlarda oila inson hayotidagi birlamchi ijtimoiy muhit sifatida talqin qilinadi. Shaxsning o'zini anglash, boshqalar bilan munosabat o'rnatish, mas'uliyatni his qilish va hissiy ehtiyojlarni ifodalash ko'nikmalari, avvalo, oila muhitida shakllanadi. Shu bois oiladagi ijtimoiy rollar faqat kundalik vazifalar majmui emas, balki shaxsning ruhiy rivojiga ta'sir etuvchi muhim psixologik omildir.

Oila ichidagi rollar muvozanati har bir a'zoning imkoniyati, yoshi, ehtiyoji va mas'uliyat darajasiga mos vazifalarni bajarishi orqali namoyon bo'ladi. Masalan, ota-onalik roli tarbiya, himoya, yo'naltirish va emotsional qo'llab-quvvatlashni o'z ichiga olsa, farzand roli o'rganish, hurmat, ijtimoiylashuv va mas'uliyatni bosqichma-bosqich egallash bilan bog'liq. Turmush o'rtoqlik roli esa hamkorlik, tenglik, ishonch va muammolarni birgalikda hal qilishni talab etadi.

Rollar haddan tashqari qat'iy yoki bir tomonlama taqsimlanganda oilada psixologik zo'riqish kuchayadi. Bunday vaziyatlarda ayrim oila a'zolari o'zini qadrsiz, eshitilmagan yoki ortiqcha majburiyat yuklangan shaxs sifatida his qilishi mumkin. Moslashuvchan rollar tizimi esa oilaviy ehtiyojlarga qarab vazifalarni qayta taqsimlash, bir-birini qo'llab-quvvatlash va muloqotni ochiq olib borish imkonini beradi.

O'zaro hurmat oilaviy rollarning sog'lom bajarilishida markaziy o'rin tutadi. Hurmat deganda faqat kattalarga ehtirom ko'rsatish emas, balki har bir oila a'zosini mustaqil shaxs sifatida qabul qilish, uning fikrini tinglash, hissiyotlariga befarq bo'lmaslik va shaxsiy chegaralarini tan olish tushuniladi. Bunday munosabat oilada psixologik xavfsizlikni kuchaytiradi.

Psixologik xavfsizlik mavjud bo'lgan oilalarda oila a'zolari o'z fikrini erkin ifoda etadi, xatolarini yashirishga majbur bo'lmaydi va muammolarni ochiq muhokama qiladi. Bu esa nizolarni oldini olish, stressni kamaytirish va o'zaro ishonchni mustahkamlashda muhim ahamiyatga ega. Ayniqsa, bolalar uchun bunday muhit o'zini qadrlash, ijtimoiy moslashuv va emotsional barqarorlikni rivojlantiradi.

Zamonaviy oilalarda raqamli kommunikatsiya vositalarining ko'payishi ham oilaviy muloqotga ta'sir ko'rsatmoqda. Telefon, ijtimoiy tarmoqlar va onlayn bandlik sababli bevosita suhbatlar kamayishi mumkin. Shu sababli oilada yuzma-yuz muloqot, birgalikda vaqt o'tkazish, tinglash madaniyati va hissiy yaqinlikni ongli ravishda qo'llab-quvvatlash muhimdir.

Avlodlararo munosabatlarda ham rollar muvozanati va hurmat alohida ahamiyatga ega. Katta avlod oilaviy tajriba, an'ana va qadriyatlarni uzatadi, yosh avlod esa yangicha qarashlar, mustaqil tanlov va zamonaviy ehtiyojlarni ifoda etadi. Ushbu ikki yo'nalish o'zaro hurmat asosida uyg'unlashganda oilada barqarorlik va ma'naviy uzviylik mustahkamlanadi.

Oilaviy nizolarning aksariyati rollar to'qnashuvi, kutilmalar nomuvofiqligi va muloqotdagi yetishmovchiliklar bilan bog'liq bo'ladi. Shuning uchun oilaviy psixologiyada konstruktiv muloqot, empatiya, tinglash, muammoga shaxsni emas, vaziyatni tahlil qilish orqali yondashish muhim metodik tamoyillar sifatida qaraladi.

Umuman olganda, oilaviy munosabatlarda ijtimoiy rollar muvozanati va o'zaro hurmat shaxslararo munosabatlarning sog'lom shakllanishiga xizmat qiladi. Ushbu omillar oilaning ichki barqarorligini saqlaydi, psixologik farovonlikni oshiradi va jamiyatda sog'lom ijtimoiy munosabatlar rivojlanishiga poydevor yaratadi.

Bundan tashqari, oilada yuzaga keladigan nizolarni o'z vaqtida va to'g'ri boshqarish oila a'zolarining psixologik salomatligini saqlashda muhim ahamiyatga ega. Nizolarni inkor etish yoki ularni

kuch ishlatish, bosim o‘tkazish orqali hal qilishga urinish aksariyat hollarda munosabatlarning yomonlashishiga olib keladi. Aksincha, o‘zaro hurmatga asoslangan muloqot, muammoning sabablarini birgalikda tahlil qilish va murosaga intilish oilaviy hamjihatlikni mustahkamlaydi. Shu jihatdan qaraganda, oilada sog‘lom psixologik muhitni yaratish har bir a’zodan sabr-toqat, mas’uliyat va muloqot madaniyatini talab etadi.

Shuningdek, zamonaviy psixologik tadqiqotlar oilaviy munosabatlarda emotsional qo‘llab-quvvatlashning ahamiyatini alohida ta’kidlaydi. Oila a’zolari bir-birining yutuqlarini qadrlab, qiyinchiliklarda ma’naviy tayanch bo‘la olgan taqdirda, oilada o‘zaro ishonch va yaqinlik hissi kuchayadi. Bunday muhit shaxsning o‘ziga bo‘lgan ishonchini oshiradi, stressga chidamliligini mustahkamlaydi hamda bolalar va kattalarda ijobiy psixologik sifatlarning rivojlanishiga xizmat qiladi. Natijada oila nafaqat ijtimoiy institut, balki shaxsning emotsional ehtiyojlarini qondiruvchi va uning har tomonlama kamol topishini ta’minlovchi muhim psixologik makon sifatida namoyon bo‘ladi.

1-jadval

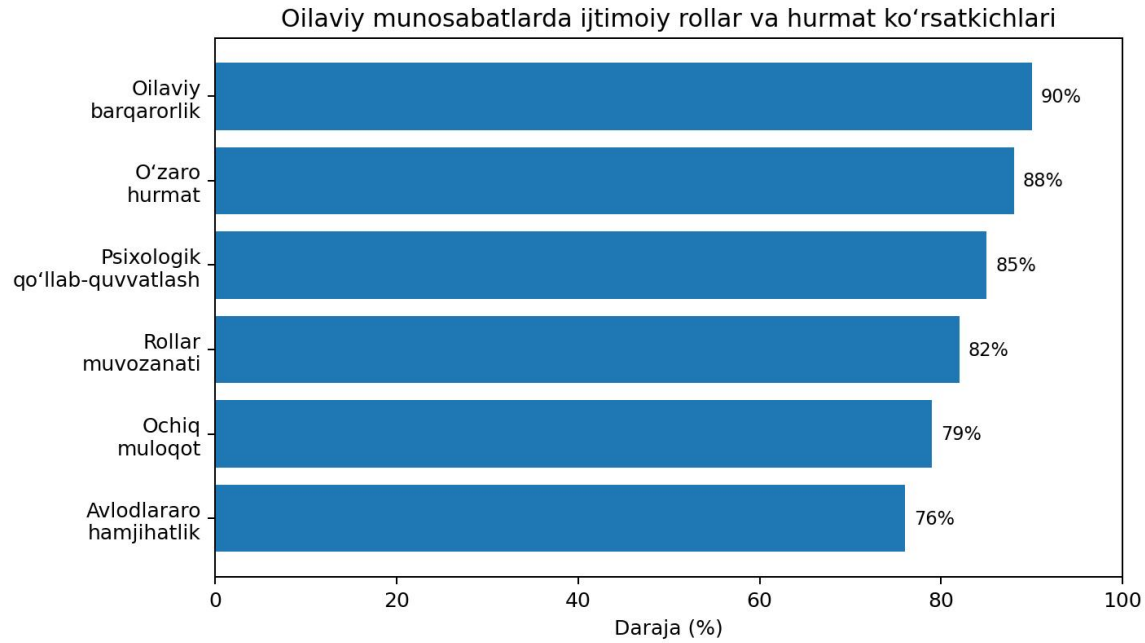
Oilaviy munosabatlarda ijtimoiy rollar muvozanati va o‘zaro hurmat ko‘rsatkichlari

№	Ko‘rsatkich	Daraja (%)	Psixologik tavsif
1	Oila a’zolari o‘rtasida o‘zaro hurmat	88 %	Sog‘lom emotsional muhit, ishonch va shaxsiy qadrlanish hissini shakllantiradi.
2	Rollar va mas’uliyatning adolatli taqsimlanishi	82 %	Oilada hamkorlikni kuchaytiradi, ortiqcha psixologik yuklama va nizolarni kamaytiradi.
3	Ochiq muloqot va tinglash madaniyati	79 %	Oila a’zolari fikrini erkin bildirishi, muammolarni konstruktiv hal qilishi uchun sharoit yaratadi.
4	Psixologik qo‘llab-quvvatlash	85 %	Stressni kamaytiradi, ruhiy farovonlikni mustahkamlaydi va emotsional yaqinlikni oshiradi.
5	Avlodlararo hamjihatlik	76 %	An’ana, tajriba va zamonaviy qarashlar o‘rtasida muvozanatni ta’minlaydi.
6	Oilaviy barqarorlik	90 %	Ijobiy psixologik iqlim, mas’uliyat va o‘zaro ishonchning mustahkamlanishiga xizmat qiladi.

***Manba**: Jadval oila psixologiyasi, ijtimoiy rollar, oilaviy muloqot va o‘zaro hurmatning shaxslararo munosabatlarga ta’siri bo‘yicha ilmiy adabiyotlar tahlili asosida muallif tomonidan umumlashtirildi.*

Jadvaldan ko‘rinadiki, oilaviy munosabatlarda eng yuqori ko‘rsatkich oilaviy barqarorlik va o‘zaro hurmat bilan bog‘liq. Bu holat oilaning sog‘lom psixologik muhitini ta’minlashda hurmat, ishonch va mas’uliyatning hal qiluvchi ahamiyatga ega ekanligini ko‘rsatadi. Rollarning adolatli taqsimlanishi ham oiladagi zo‘riqishlarni kamaytirib, har bir a’zoning o‘z imkoniyatiga mos faol bo‘lishiga yordam beradi.

Shuningdek, ochiq muloqot, tinglash madaniyati va psixologik qo‘llab-quvvatlash oilaviy nizolarni keskinlashtirmasdan hal etishga xizmat qiladi. Avlodlararo hamjihatlik ko‘rsatkichi nisbatan pastroq bo‘lsa-da, u oilada qadriyatlar uzviyligini saqlash va yosh avlodning mustaqil fikrlashini qo‘llab-quvvatlashda muhim omil hisoblanadi. Demak, oilaviy rollar va o‘zaro hurmat bir-birini to‘ldiruvchi psixologik mexanizmlar sifatida qaralishi lozim.



1-rasm. Oilaviy munosabatlarda ijtimoiy rollar muvozanati va o‘zaro hurmat ko‘rsatkichlari.

***Manba**: Diagramma oila psixologiyasi, ijtimoiy rollar va o‘zaro hurmatning psixologik ta’siri bo‘yicha ilmiy adabiyotlar tahlili asosida muallif tomonidan tuzilgan.*

Diagrammada oilaviy barqarorlik, o‘zaro hurmat, psixologik qo‘llab-quvvatlash, rollar muvozanati, ochiq muloqot va avlodlararo hamjihatlik ko‘rsatkichlari aks ettirilgan. Natijalardan ko‘rinadiki, oilaviy barqarorlik eng yuqori ko‘rsatkichni tashkil etadi. Bu oilaning mustahkamligi bevosita hurmat, mas’uliyat va emotsional qo‘llab-quvvatlash bilan bog‘liqligini ko‘rsatadi.

O‘zaro hurmat va psixologik qo‘llab-quvvatlash ko‘rsatkichlarining yuqoriligi oilada emotsional xavfsizlikni ta’minlashda ushbu omillarning ahamiyatini tasdiqlaydi. Rollar muvozanati va ochiq muloqot esa nizolarning oldini olish, mas’uliyatni taqsimlash hamda oila a’zolari o‘rtasida ishonchli munosabatlarni rivojlantirishga xizmat qiladi. Avlodlararo hamjihatlikni kuchaytirish esa oilada qadriyatlar uzviyligini saqlash va yoshlar bilan kattalar o‘rtasida tushunishni mustahkamlash uchun muhimdir.

Xulosa

Tahlillar shuni ko‘rsatadiki, oilaviy munosabatlarda ijtimoiy rollar muvozanati va o‘zaro hurmat oila barqarorligining muhim psixologik shartlaridan biridir. Oila a’zolari o‘rtasida vazifalar, mas’uliyat va huquqlarning adolatli taqsimlanishi emotsional iqlimni yaxshilaydi, nizolarni kamaytiradi va shaxsiy rivojlanish uchun qulay muhit yaratadi.

O‘zaro hurmat oilada ishonch, tinglash, hamdardlik va psixologik xavfsizlikni shakllantiradi. Hurmatga asoslangan oilalarda bolalar o‘z fikrini erkin ifoda etishga, kattalar esa muammolarni hamkorlik asosida hal qilishga intiladi. Bu holat shaxslarning emotsional barqarorligi, o‘zini qadrlashi va ijtimoiy moslashuviga ijobiy ta’sir ko‘rsatadi.

Zamonaviy sharoitda oilaviy rollarni qat’iy stereotiplar asosida emas, balki moslashuvchanlik, hamkorlik va ochiq muloqot tamoyillari asosida tashkil etish muhimdir. Ayniqsa, raqamli texnologiyalar va tezkor turmush tarzi sharoitida bevosita muloqot, bir-birini tinglash va qo‘llab-quvvatlashga ehtiyoj yanada ortmoqda.

Xulosa qilib aytganda, oila ichidagi ijtimoiy rollar muvozanati va o‘zaro hurmat shaxslararo munosabatlarni sog‘lomlashtiruvchi, oilaviy barqarorlikni mustahkamlovchi va jamiyatda ijobiy ijtimoiy muhitni shakllantiruvchi asosiy psixologik omillar sirasiga kiradi.

Takliflar:

1. Oila a’zolari o‘rtasida ochiq va hurmatga asoslangan muloqotni rivojlantirish. Bunda tinglash, fikrni bo‘lmasdan qabul qilish, hissiyotlarni to‘g‘ri ifodalash va muammolarni tinch muhokama qilish ko‘nikmalariga alohida e’tibor qaratish lozim.

2. Oilaviy rollarni moslashuvchan tarzda taqsimlash. Mas’uliyat va vazifalar faqat an’anaviy qarashlar asosida emas, balki oila a’zolarining imkoniyati, bandligi, yoshi va ehtiyojlaridan kelib chiqib belgilanmog‘i kerak.

3. Ota-onalarning psixologik savodxonligini oshirish. Ota-onalar uchun bolalar psixologiyasi, stressni boshqarish, konstruktiv muloqot va tarbiyaviy yondashuvlar bo‘yicha seminar hamda maslahat xizmatlarini kengaytirish maqsadga muvofiqdir.

4. Avlodlararo hurmat va hamjihatlikni mustahkamlash. Katta avlod tajribasi va yosh avlodning zamonaviy qarashlari o‘rtasida muvozanatni ta’minlash orqali oilaviy qadriyatlar uzviyligini saqlash zarur.

5. Oilaviy nizolarning oldini olishga qaratilgan profilaktik faoliyatni kuchaytirish. Mahalla, ta’lim muassasalari va psixologik xizmatlar hamkorligida oilaviy maslahat, trening va suhbatlarni tashkil etish samarali natija beradi.

Adabiyotlar ro‘yxati

1. Fromm, E. (2013). The Art of Loving. London: HarperCollins Publishers.
2. Bowlby, J. (1988). A Secure Base: Parent-Child Attachment and Healthy Human Development. New York: Basic Books.
3. Minuchin, S. (1974). Families and Family Therapy. Cambridge, MA: Harvard University Press.
4. Satir, V. (2008). The New Peoplemaking. Palo Alto, CA: Science and Behavior Books.
5. Bandura, A. (1997). Self-efficacy: The exercise of control. New York: W. H. Freeman.
6. Bronfenbrenner, U. (2005). Making Human Beings Human: Bioecological Perspectives on Human Development. Thousand Oaks, CA: Sage Publications.
7. Rogers, C. R. (2003). Client-Centered Therapy. London: Constable & Robinson.
8. Giddens, A. (2010). Sociology. Cambridge: Polity Press.
9. Eidemiller, E. G., & Yustitskis, V. V. (2000). Psikhologiya i psikhoterapiya semyi. Sankt-Peterburg: Piter.
10. Karabanova, O. A. (2014). Psikhologiya semeinykh otnoshenii. Moskva: Akademiya.