OILAVIY INQIROZLARNING DAVRLARI VA BARTARAF ETISH YO‘LLARI

Madatova Tamam Elman qizi
Guliston davlat pedagogika instituti
2-kurs magistranti
E-mail: gulbodomjon@gmail.com

Annotatsiya. Ushbu tezisda, oilaviy inqirozlarning davrlari va bartaraf etish yo‘llari, uning farzandlarga ta’siri va ularning oldini olish bo‘yicha olib borilayotgan ishlar yoritib berilgan. Hech kimga sir emaski, oila – bu ikki turmush o‘rtog‘ining o‘zaro ijodkorligi. Vaqt o‘tishi bilan oilaning vazifalari o‘zgaradi va parallel ravishda turmush o‘rtoqlarining bir-biriga bo‘lgan munosabati ham o‘zgaradi. Har bir shaxs kabi, oila ham inqirozlarni boshdan kechiradi. Oila – bu tizim. Har qanday tizim kabi, u gomeostaz qonunlariga bo‘ysunadi, ya’ni doimiylikka intiladi.

Kalit so‘zlar: nikoh, ajrimlar, oilaviy ziddiyatlar, Oila, qadriyat, inqirozlar, rivojlanish, bosqich

Abstract. This thesis discusses stages related to children, ways to remove or address them, and efforts being conducted to examine and resolve these issues. It is no secret that a family is the mutual creation of two partners. Over time, families undergo changes, and the relationship between spouses evolves accordingly. Like every individual, families also go through crises. A family is a system, and like any system, it adheres to the principles of homeostasis, meaning it strives for stability.

Key words: marriage, divorces, family conflicts, family, values, crises, development, stages

O‘rta Osiyoda oila jamiyatning asosiy negizi, uning mustahkam poydevori hisoblanadi. Oilaning muqaddasligini, farovonligini ta’minlashda, birinchi navbatda, ayolning o‘rni beqiyos.

Shu o‘rinda Prezidentimizning “Oila hayotning abadiyligi, avlodlarning davomiyligini ta’minlaydigan muqaddas urf-odatlarni saqlaydigan, shu bilan birga, kelajak nasllar qanday inson bo‘lib yetishishiga bevosita ta’sir ko‘rsatadigan tarbiya o‘chog‘i ekanini tan olishimiz darkor”, “Ayol baxtli bo‘lsa, oila tinch, jamiyat esa barqaror bo‘ladi”, degan serma’no so‘zlarini hayotga tatbiq qilish zarurligi davr talabi bo‘lib qolmoqda.

O‘zbekiston Respublikasi Konstitutsiyasining 14-bobi “Oila, bolalar va yoshlar” deb nomlangan bo‘lib, 76-moddasida “Oila jamiyatning asosiy bo‘g‘inidir hamda u jamiyat va davlat muhofazasidadir. Nikoh O‘zbekiston xalqining an’anaviy oilaviy qadriyatlariga, nikohlanuvchilarning ixtiyoriy roziligiga va teng huquqliligiga asoslanadi. Davlat oilaning to‘laqonli rivojlanishi uchun ijtimoiy, iqtisodiy, huquqiy va boshqa shart-sharoitlarni yaratadi”, deb alohida ta’kidlangan.

Shuningdek, O‘zbekiston Respublikasi Oila kodeksining 2-moddasida “Oilaviy munosabatlarda ayol va erkak teng huquqli deb belgilab qo‘yilgan. Oilaviy munosabatlarni tartibga solish erkak va ayolning ixtiyoriy ravishda nikohlanib tuzgan ittifoqi, er va xotinning shaxsiy hamda mulkiy huquqlari tengligi, ichki oilaviy masalalarning o‘zaro kelishuv yo‘li bilan hal qilinishi, oilada bolalar tarbiyasi, ularning farovon hayot kechirishi va kamoloti haqida g‘amxo‘rlik qilish, voyaga yetmagan va mehnatga layoqatsiz oila a’zolarining huquq va manfaatlarini himoya qilish ustuvorligi tamoyillari asosida amalga oshiriladi”, deb ko‘rsatib o‘tilgan.

Psixologlarning fikriga ko‘ra, oila o‘z rivojlanishida muzlab qolmagan "jamiyat hujayrasi" emas, uning bir davlatdan ikkinchisiga sifatli o‘tishi er va xotin o‘rtasida ziddiyatlar kuchayganda inqiroz hodisalari bilan kechadi. Va faqat ularni o‘z vaqtida aniqlash va yumshatish qobiliyati er-xotinlarga jiddiy kelishmovchiliklarning oldini olishga yordam beradi.

Agar yoshlar bir-birlarini juda yaxshi ko‘rsalar, oilaviy munosabatlar inqirozi qiyin bo‘ladi. Nikoh qulaylik uchun tuzilgan bo‘lsa, unda tushunarsiz, ko‘zga ko‘rinmas xususiyatlar bo‘lishi mumkin. Psixologlar oilaviy inqirozning ikki turini ajratadilar: me'yoriy va nostandart. Birinchisi, oilaning bir ahvolidan ikkinchisiga o‘tish davri deb hisoblanadi (bola tug‘ilishi, gapirishni boshlaydi, bolalar bog‘chasiga borishi va hokazo) yoki er-xotinning muammolari bilan bog‘liq, masalan, erkaklarda jinsiy funktsiya va ayollarda menopauza. Ikkinchisi, oiladagi inqirozli munosabatlarga sabab bo‘lgan holatlarni tahlil qilish bilan bog‘liq. Oila hayotida oilaviy inqirozlarning bir necha davrlari ajralib turadi, ular yillar davomida ba'zi psixologlar tomonidan belgilanadi:

Oilaviy inqirozning birinchi davri. Statistika shuni ko‘rsatadiki, yangi turmush qurganlarning 50% ga yaqini bir yil turmush qurmasdan ajralishadi. Oddiy tushuntirish shundaki, kundalik hayot “tiqilib qoldi”. Ma'lum bo‘lishicha, romantik sevgi tajribalari davri tez o‘tdi, oilaviy munosabatlar, hali rivojlanishga ulgurmagan, kundalik muammolar “qoyalariga” qulab tushdi.

Ikkinchisi (3-5 yillik turmushdan keyin). Er-xotinlar allaqachon “ko‘nikishgan”, bolalar paydo bo‘lgan, siz “uyangizni” tartibga solish, bolalarni parvarish qilish va tarbiyalash haqida o‘ylashingiz kerak, bu moddiy farovonlik xavotirlari bilan bog‘liq (nufuzli odamni qidirish) ish, martaba o‘sishi). Bu vaqtda, munosabatlarda beixtiyor sovuqlik paydo bo‘lganda, psixologik darajadagi ba'zi begonalashuvlar mavjud, chunki tushgan tashvishlar bir-biringizga etarlicha e'tibor berishga imkon bermaydi.

Uchinchisi (7-9 yillik turmushdan keyin). Asta-sekin “hushyor bo‘lish” ning qiyin davri. Kamalak orzularining vaqti abadiy ketdi. Hamma narsa o‘z o‘rnini topdi va turmush qurishdan (nikohdan) oldin orzu qilinganidan uzoqroq rivojlandi. “Sevgi qayig‘i” birinchi navbatda bolalar bilan bog‘liq oilaviy muammolar nasriga mustahkam o‘rnashdi. Hayotda hech qanday ajoyib narsa bo‘lmaydi degan fikrdan hafsalasi pir bo‘lish vaqti keldi.

To‘rtinchisi. Bu 16-20 yil birga yashaganidan keyin, bolalar yetarlicha katta bo‘lgach, ular bilan yangi muammolar paydo bo‘ladi deb ishoniladi. Aftidan, uning shaxsiy hayotida hammasi ro‘y bergan, karerasida ma’lum yutuqlarga erishilgan, “keyin nima bo‘ladi?” optimistik javob topa olmaydi.

Beshinchisi. Bu er va xotin 50 yoshga to‘lmaganida sodir bo‘ladi (garchi ikkalasidan biri katta yoki yoshroq bo‘lsa). Bu voyaga yetgan bolalar bilan bog‘liq, ular allaqachon maktabni, oliy o‘quv yurtlarini tugatgan, o‘z ona “uyasidan” uchib ketishgan va mustaqil bo‘lishgan. “Yetim” ota-onalar o‘z hayotlarini qayta tiklashlari kerak, ular qandaydir tarzda bolalarga g‘amxo‘rlik qilish uchun sarflanadigan bo‘sh vaqtni qandaydir tarzda boshqarishlari kerak.

Oltinchisi. Aslida, uni beshinchi variant deb hisoblash mumkin. Qachonki o‘g‘il yoki qiz (turmushga chiqqan, uylangan) ota-onasi bilan qolganda. Oilaning yangi a'zosi har doim stressli vaziyatdir, chunki u tufayli siz yillar davomida o‘rnatilgan odatiy hayot ritmini keskin ravishda buzishingiz kerak. Oilaviy munosabatlarning bunday inqirozi nafaqat ota-onalarga, balki yosh oilaga ham ta'sir qiladi va u uchun ko‘pincha ajralish bilan tugaydi. Garchi buning ijobiy tomoni bo‘lsa-da, agar “qariyalar” bilan yoshlar o‘rtasidagi munosabatlar muvaffaqiyatli bo‘lsa, bobo-buvilar o‘z vaqtlarini paydo bo‘lgan nabiralarga bag‘ishlashadi.

Yettinchi. Er va xotin nafaqaga chiqib, yolg‘iz qolganda, bolalar uzoq vaqtdan beri va, ehtimol, hatto boshqa shaharda ham hayot kechirishadi. Ijtimoiy doiralar keskin qisqaradi, er-xotinlar yolg‘izlikni his qilishadi, bo‘sh vaqtlari ko‘p, buning hech qanday aloqasi yo‘q. Bu yerda asosiy narsa- psixologik jihatdan qayta tashkil qilish, o‘zingiz uchun biror narsa topish.

Sakkizinchi. Aytishimiz mumkinki, bu yosh bilan bog‘liq oxirgi inqiroz davri, turmush o‘rtoqlardan biri vafot etadi. Siz umr bo‘yi birga yashagan yaqiningizni yo‘qotishning og‘irligi psixikaga og‘ir ta'sir qiladi, siz qolgan vaqtgacha shu og‘riq bilan yashashingizga to‘g‘ri keladi.

Bilish muhim! Oilaviy hayot inqirozlari – bu oilaning normal rivojlanishi. Siz ularni qanday yengish kerakligini bilishingiz kerak.

Oilaviy inqirozlarni bartaraf etish yo‘llari:

1. **Xafagarchilikni yashirishning hojati yo‘q**. Aytaylik, er o‘z xotiniga tanbeh beradi, lekin u aybdor nigoh bilan jim. Yashirin norozilik ruhni yutib yuboradi. Ba'zida siz janjal qilishingiz mumkin, lekin janjallar haqoratga aylanib, unutilmaydigan og‘ir, kechirilmaydigan jinoyatga olib kelganda, u “ko‘lamdan chiqib ketmasligi” uchun ma'lum qoidalarga amal qilishingiz kerak.

2. **Siz haqorat qila olmaysiz**! Janjalda siz shaxsiy bo‘lishingiz shart emas: “Siz shundaysiz, ota-onangiz va do‘stlaringiz esa falonchi …”

3. Siz bir-biringizni omma oldida haqorat qila olmaysiz, begona odamlar sizning shaxsiy va oilaviy muammolaringizni umuman bilmasligi kerak.

4. **Oltin axloq qoidasini eslang** … O‘zingiz xohlamagan narsani sevganingizga (boshqa odamlarga) tilamang.

5. **O‘zingizga tanqidiy munosabatda bo‘ling** … O‘zingizni turmush o‘rtog‘ingizning o‘rniga qo‘ying, ya'ni boshqacha ko‘z bilan qarang, bu sizga oilada yuzaga kelgan muammoni ob’ektiv baholash va oqilona hal qilishga yordam beradi.

6. **Bila turib qarama-qarshi mavzulardan qoching** … Agar, masalan, er futbolni yaxshi ko‘rsa, lekin xotini sevmasa, bu mavzuga tegmaslikka harakat qiling.

7. **G‘azabingizni qog‘ozga to‘kib tashlang** … Kundalik tuting, his-tuyg‘ularingizni unga ishonib topshiring, bu sizni tinchlantirishga yordam beradi. Daftar hamma narsaga chidaydi, lekin tirik odam yomon so‘zdan xafa bo‘lishi mumkin.

8. **Har kimning o‘z erkinlik burchagi bo‘lishi kerak** … Agar yashash sharoitlari bunga imkon bersa yaxshi, lekin uyatchan sharoitda ham, o‘z fikrlaringiz va his-tuyg‘ularingiz bilan yolg‘iz bo‘lishingiz mumkin bo‘lgan joy topishingiz kerak.

9. **Bir-biringizga ishoning** … Er-xotinning har biri, masalan, uyda jiddiy oqibatlardan qo‘rqmasdan, do‘stlari bilan bir oqshom o‘tkazsa yaxshi bo‘ladi.

10. **Xuddi shu sevimli mashg‘ulot** … Agar er va xotinning sevimli mashg‘ulotlari bir xil bo‘lsa, bu sog‘lom oilaviy muhitni yaratadi, bunday oilalar, qoida tariqasida, ziddiyatsiz bo‘ladi.

Oilada yuzaga kelgan muammolarni tahlil qilishni o‘rganиш faqat nizolarning sabablarini tahlil qilish ularni muvaffaqiyatli hal qilishga yordam beradi.

Er-xotinning bir-biriga bo‘lgan ishonchli munosabatlarisiz haqiqiy oilaviy munosabatlar mumkin emas. Bizning yagona boyligimiz- oilamiz.

Munosabatlarda o‘zaro hurmat va mas'uliyatni unutmaslik kerak. Har qanday inqiroz – bu orqaga qadam emas, balki oldinga harakatdir. Shuning uchun u qarshilik bilan kutib olinadi. Birgalikda boshdan kechirilgan qiyinchiliklar munosabatlarni mustahkamlaydi. Inqirozdan oila yangilanib chiqadi. Ehtimol, aynan inqiroz yangi shaxsiy sifatlarni ochib beradi. Oilaviy inqirozlar – bu oila rivojlanishining tabiiy qismi. Har bir inqiroz yangi bosqichga o‘tish imkoniyatini beradi. Turmush o‘rtoqlar o‘zaro hurmat va mas'uliyatni saqlab, birgalikda muammolarni hal qilishni o‘rgangan holda, oila mustahkamlanadi va yangi darajaga ko‘tariladi. Inqirozlarni yengib o‘tish – bu oilaning kuchini va birlikni mustahkamlashdir.

Foydalanilgan adabiyotlar:

1. Abdurasulov, R. A., & Karshiboyeva, G. A.Psixologik trening asoslari. O‘quv qo‘llanma.“Bayoz” nashriyoti. Toshkent–2019 yil.

2. Ibaydullaeva, U., & Abdurasulov, R. (2021). Nizolashuv darajasini o‘smirlarning xarakter xususiyatlariga ta’siri. Общestvo i innovatsii, 2(10/S), 499-505.

3. Ibaydullaeva, U. R. O‘smirlar o‘rtasidagi nizolar va ularni bartaraf etish. Professor-o‘qituvchilar va talabalarning ilmiy-amaliy konferensiyasi, Mirzo Ulug‘bek nomidagi O‘zbekiston milliy universiteti. Jizzax filiali//2020/5//37-39b.

4. Ibaydullayeva, U. (2022). diqqatni jamlash qobiliyatining pasayishi va buzilgan konsentratsiyaning oldini olishda psixologik yordam berish usullari. Jurnal Pedagogiki i psixologii v sovremennom obrazovanii, 2(6)

5. Xudoynazarov, S. (2024). Rivojlanayotgan O‘zbekistonda gender va oila. *Евразийский журнал академических исследований*, *4*(3 Part 2), 137-141.