2026-yil
9(2)-son

“FAN VA TA’LIM YANGILIKLARI”

ILMIY - METODIK

JURNALI

saen.uz

FAN VA TA'LIM YANGILIKLARI
JURNALI

2026-yil
9(2)-son

Bosh muharrir:
Shoumarov G‘ayrat Bahromovich, psixologiya fanlari doktori, akademik

Bosh muharrir o‘rinbosari:
Qodirov Umarali Do‘stqobilovich, psixologiya fanlari doktori (DSc), professor

Mas’ul kotib:
Muqimov Alisher

Texnik muharrir:
Qarshiyev Jamshid Murotaliyevich, pedagogika fanlari bo‘yicha falsafa doktori (PhD), dotsent v.b.

TAHRIR HAY’ATI:

01.00.00 – FIZIKA-MATEMATIKA FANLARI
Ayupov Shavkat Abdullayevich, fizika-matematika fanlari doktori, akademik
A’zamov Abdulla, fizika-matematika fanlari doktori, akademik
Zohidov Erkin A’zamovich, fizika-matematika fanlari doktori, professor

02.00.00 – KIMYO FANLARI
Normaxamatov Nodirali Soxobataliyevich, kimyo fanlar doktori, professor
Tojibayev Komiljon Sharobitdinovich, kimyo fanlar doktori, akademik

03.00.00 – BIOLOGIYA FANLARI
Abdurahmonov Ibrohim Yo‘lchiyevich, biologiya fanlari doktori, akademik
Sulaymonov Botirjon Abdushukurovich, biologiya fanlari doktori, akademik

04.00.00 – GEOLOGIYA-MINERALOGIYA FANLARI
Fayziyev Abdulhaq Radjabovich, geologiya-mineralogiya fanlari doktori, professor
Husanov Sultonboy To‘xtayevich, geologiya-mineralogiya fanlari doktori, professor

05.00.00 – TEXNIKA FANLARI
Allayev Qahramon Rahimovich, texnika fanlari doktori, akademik
Majidov Inom Urishevich, texnika fanlari doktori, professor
Turobjonov Sadritdin Maxamatdinovich, texnika fanlari doktori, akademik
Shaumarov Said Sanatovich, texnika fanlari doktori, professor

06.00.00 – QISHLOQ XO‘JALIGI FANLARI
Namozov Shodmon Ergashovich, qishloq xo‘jaligi fanlari doktori, akademik
Shoumarov Hikmat Bahromovich, qishloq xo‘jaligi fanlari nomzodi, professor

07.00.00 – TARIX FANLARI
Ziyo Azamat Hamid o‘g‘li, tarix fanlari doktori, akademik
Sagdullayev Anatoliy Sagdullayevich, tarix fanlari doktori, akademik
Yusupova Diloram Yunusovna, tarix fanlari doktori, akademik

08.00.00 – IQTISODIYOT FANLARI
Abdurahmonov Qalandar Xodjayevich, iqtisod fanlari doktori, akademik
Musayev Behzod Anvarovich, iqtisod fanlari nomzodi
To‘xliyev Nurislom, iqtisod fanlari doktori, akademik
G‘ulomov Saidahror Saidahmedovich, iqtisod fanlari doktori, akademik

FAN VA TA'LIM YANGILIKLARI
JURNALI
2026-yil
9(2)-son

09.00.00 – FALSAFA FANLARI
Nazarov Qiyom Normirzayevich, falsafa fanlari doktori, professor
Saifnazarov Ismoil Saifnazarovich, falsafa fanlari doktori, professor

10.00.00 – FILOLOGIYA FANLARI
Mengliyev Baxtiyor Rajabovich, filologiya fanlari doktori, professor
Sirojiddinov Shuhrat Samariddinovich, filologiya fanlari doktori, akademik
Xidirov Rajab Gulmatovich, filologiya fanlari nomzodi, dotsent (Tojikiston)

11.00.00 – GEOGRAFIYA FANLARI
Nigmatov Asqar Nigmatullayevich, geografiya fanlari doktori, professor
Tojiyeva Zulxumor Nazarovna, geografiya fanlari doktori, professor

12.00.00 – YURIDIK FANLAR
Rustamboyev Mirzayusuf Hakimovich, yuridik fanlar doktori, professor
Saidov Akmal Xolmatovich, yuridik fanlar doktori, akademik
Xolmo'minov Jumanazar Toshtemirovich, yuridik fanlar doktori, professor
Qodirov Bobiromon Bekmurodovich, yuridik fanlar doktori, professor

13.00.00 – PEDAGOGIKA FANLARI
Djurayev Risboy Haydarovich, pedagogika fanlari doktori, akademik
Ibraimov Xolboy, pedagogika fanlari doktori, akademik
Musurmonova Oynisa, pedagogika fanlari doktori, professor
Umarov Bahrom Norboyevich, pedagogika fanlari bo'yicha falsafa doktori, dotsent

14.00.00 – TIBBIYOT FANLARI
Akilov Xabibulla Ataullayevich, tibbiyot fanlari doktori, professor
Nazirov Feruz Gafurovich, tibbiyot fanlari doktori, akademik

15.00.00 – FARMATSEVTIKA FANLARI
Abdullabekova Viloyat Nurillabekovna, farmatsevtika fanlari doktori, professor
Tulaganov Abduqodir Abdurahmonovich, farmatsevtika fanlari doktori, professor

16.00.00 – VETERINARIYA FANLARI
Daminov Asadullo Suvonovich, veterinariya fanlari doktori, professor
Jabborov Shuhrat Abdumajidovich, veterinariya fanlari doktori, professor
G'afurov Aktam G'afurovich, veterinariya fanlari doktori, professor

17.00.00 – SAN'ATSHUNOSLIK FANLARI
Ahmedova Nigora Rahimovna, sanatshunoslik fanlari doktori, professor
Hakimov Akbar Abdullayevich, san'atshunoslik fanlari doktori, akademik

18.00.00 – ARXITEKTURA
Nozilov Dodo Avazovich, arxitektura fanlari doktori, professor
Uralov Axtam Sindarovich, arxitektura fanlari doktori, professor

19.00.00 – PSIXOLOGIYA FANLARI
Abdusamatov Hasanboy Usmonjon o'g'li, psixologiya fanlari doktori, professor
Barotov Sharif Ramazonovich, psixologiya fanlari doktori, professor
Karimova Vasila Mamanosirovna, psixologiya fanlari doktori, professor
Halimova Mashraboy Vohidovna, psixologiya fanlari doktori, professor
Lazar Drajeta, psixologiya fanlari doktori, professor, Belgrad, Serbiya
Karpinskiy Konstantin Viktorovich, psixologiya fanlari doktori, professor, Grodno, Belarussiya
Boboyeva Sayyora Boboradjabovna, psixologiya fanlari doktori, professor, Tojikiston
Suletbayeva Ella Serikbayevna, psixologiya fanlari doktori, dotsent

Turaxonov Abdukarim Eshkuziyevich, psixologiya fanlari bo'yicha falsafa doktori, dotsent

22.00.00 – SOTSIOLOGIYA FANLARI

Bekmurodov Mansur Bobomurodovich, sotsiologiya fanlari doktori, professor
Toshmuhamedova Dilorom Gafurdjanovna, sotsiologiya fanlari doktori

23.00.00 – SIYOSIY FANLAR

Fayzullayev Alisher Omonullayevich, siyosiy fanlar doktori, professor
Hasanov Otabek Abdurashidovich, siyosiy fanlar doktori
Paxrutdinov Shukritdin Ilyasovich, siyosiy fanlar doktori, professor
Omonov Baxtiyor Axtamovich, siyosiy fanlar doktori, professor
Quronboyev Qahramon Qo'chqorovich, siyosiy fanlar doktori, professor
Avazov Komil Xolliyevich, siyosiy fanlar bo'yicha falsafa doktori

24.00.00 – ISLOMSHUNOSLIK FANLARI

Ibrohimov Ne'matulla, filologiya fanlari doktori, akademik
Islomov Zohidjon Mahmudovich, filologiya fanlari doktori, professor

FAN VA TA'LIM YANGILIKLARI
JURNALI
2026-yil
9(2)-son

UDK 159.9:316.356.2

Nabiyeva Dilbarxon Avazovna,
Toshkent davlat tibbiyot universiteti tyutori

OILAVIY MUNOSABATLARDA SAMARALI MULOQOT VA O‘ZARO TUSHUNISHNING AHAMIYATI

Annotatsiya. Mazkur maqolada oilaviy munosabatlarda samarali muloqot va o‘zaro tushunishning ijtimoiy-psixologik ahamiyati tadqiq etilgan. Oilada sog‘lom psixologik muhitni shakllantirish, oila a’zolari o‘rtasida ishonch, hurmat va emotsional yaqinlikni ta’minlashda muloqotning o‘rni tahlil qilingan. Tadqiqotda nuklear va nuklear bo‘lmagan oilalarda yashovchi 60 nafar respondentning ijtimoiy-psixologik moslashuv xususiyatlari Rojers-Daymond metodikasi asosida o‘rganilgan. Guruhlar o‘rtasidagi tafovutlarni aniqlashda mustaqil tanlanmalar uchun Student t-mezoni qo‘llanilgan. Natijalar moslashuvchanlik, yolg‘on, o‘zini qabul qilish, emotsional komfort, ichki nazorat, boshqarish va eskapizm ko‘rsatkichlarining ayrimlarida statistik jihatdan ahamiyatli farqlar mavjudligini ko‘rsatgan. Shu bilan birga, ayrim ko‘rsatkichlarda guruhlararo statistik jihatdan ahamiyatli tafovutlar aniqlanmagan. Tadqiqot natijalari oilaviy munosabatlarni o‘rganishda oilaning tarkibiy xususiyatlari bilan bir qatorda yosh va boshqa ijtimoiy-demografik omillarni ham hisobga olish zarurligini ko‘rsatadi.

Kalit so‘zlar: oila, oilaviy munosabatlar, samarali muloqot, o‘zaro tushunish, ishonch, hurmat, empatiya, ijtimoiy-psixologik moslashuv, nuklear oila, nuklear bo‘lmagan oila, nizolar.

ЗНАЧЕНИЕ ЭФФЕКТИВНОГО ОБЩЕНИЯ И ВЗАИМОПОНИМАНИЯ В СЕМЕЙНЫХ ОТНОШЕНИЯХ

Аннотация. В статье рассматривается социально-психологическое значение эффективного общения и взаимопонимания в семейных отношениях. Анализируется роль общения в формировании здоровой психологической атмосферы в семье, укреплении доверия, уважения и эмоциональной близости между членами семьи. В исследовании приняли участие 60 респондентов, проживающих в нуклеарных и ненуклеарных семьях. Социально-психологические особенности адаптации изучались с использованием методики Роджерса–Даймонда. Для определения различий между группами применялся t-критерий Стьюдента для независимых выборок. Полученные результаты свидетельствуют о статистически значимых различиях по отдельным показателям адаптации, самоотношения, эмоционального комфорта, внутреннего контроля, управления и эскапизма. Вместе с тем по ряду показателей статистически значимых различий между группами не

выявлено. Результаты исследования подчеркивают необходимость учета не только структуры семьи, но и возраста, семейного опыта и других социально-демографических факторов при изучении семейных отношений.

Ключевые слова: семья, семейные отношения, эффективное общение, взаимопонимание, доверие, уважение, эмпатия, социально-психологическая адаптация, нуклеарная семья, ненуклеарная семья, конфликты.

THE IMPORTANCE OF EFFECTIVE COMMUNICATION AND MUTUAL UNDERSTANDING IN FAMILY RELATIONSHIPS

Abstract. This article examines the social and psychological importance of effective communication and mutual understanding in family relationships. The study analyzes the role of communication in creating a healthy psychological environment within the family and strengthening trust, respect, and emotional closeness among family members. The study involved 60 respondents living in nuclear and non-nuclear families. Their social and psychological adaptation was examined using the Rogers-Diamond methodology. The Student's t-test for independent samples was used to identify differences between the groups. The findings revealed statistically significant differences in several indicators, including adaptability, self-acceptance, emotional comfort, internal control, management, and escapism. At the same time, no statistically significant differences were found for several other indicators. The findings emphasize the importance of considering not only family structure but also age, family experience, and other socio-demographic factors when studying family relationships.

Keywords: family, family relationships, effective communication, mutual understanding, trust, respect, empathy, social and psychological adaptation, nuclear family, non-nuclear family, conflicts.

Kirish. Oila insonning ijtimoiylashuvi, shaxsiy va emotsional rivojlanishi, shaxslararo munosabatlar tajribasi hamda ijtimoiy qadriyatlarni o‘zlashtirishida muhim o‘rin tutadigan asosiy ijtimoiy muhitlardan biridir. Shaxsning o‘zini anglashi, boshqalarni tushunishi, turli vaziyatlarga munosabat bildirishi va nizolarni hal etish usullari ko‘p jihatdan oilada shakllanadigan muloqot tajribasi bilan bog‘liq.

Oilaviy munosabatlarning barqarorligi faqat moddiy sharoit yoki oilaning tarkibiy tuzilishiga emas, balki oila a’zolari o‘rtasidagi muloqotning mazmuni va sifatiga ham bog‘liq. Samarali muloqot jarayonida inson o‘z fikri, ehtiyoji va hissiyotlarini erkin ifodalash bilan birga, boshqa oila a’zolarining nuqtayi nazari va kechinmalarini ham tinglashga intiladi. Shu sababli faol tinglash, empatiya, o‘zaro hurmat, ishonch va murosaga tayyorlik oilaviy munosabatlarning muhim psixologik omillari sifatida namoyon bo‘ladi.

K. Rojersning gumanistik yondashuvida empatiya, samimiylik va shaxsni shundayligicha qabul qilish sog‘lom shaxslararo munosabatlarning muhim shartlari

sifatida qaraladi [1; 2]. Mazkur yondashuv oilaviy munosabatlar uchun ham muhim nazariy asos bo‘lib xizmat qiladi. Chunki inson o‘z fikri va his-tuyg‘ulari hurmat qilinayotganini his qilganida muloqotga kirishish, muammoni ochiq muhokama qilish va murosaga kelish imkoniyati ortadi.

Oiladagi muloqotning buzilishi esa o‘zaro tushunmovchilik, ishonchsizlik, emotsional uzoqlashish va nizolarning kuchayishiga olib kelishi mumkin. Oilaviy nizolarning kelib chiqishida kommunikativ qiyinchiliklar bilan bir qatorda, oilaviy rollar haqidagi tasavvurlarning farqlanishi, maishiy va iqtisodiy masalalar, shaxsiy chegaralarning buzilishi ham muhim omil bo‘lishi mumkin [6; 8].

Shu nuqtayi nazardan, oilaning tarkibiy xususiyatlari va unda yashovchi shaxslarning ijtimoiy-psixologik moslashuvi o‘rtasidagi munosabatni o‘rganish nazariy va amaliy jihatdan dolzarb hisoblanadi.

Adabiyotlar tahlili. Oilaviy munosabatlar va shaxslararo muloqot masalalari psixologiya fanining turli yo‘nalishlarida keng o‘rganilgan. C. R. Rojers shaxslararo munosabatlarda empatiya, samimiylik va shaxsni qabul qilish tamoyillariga alohida e’tibor qaratadi [1; 2]. Uning fikricha, insonning ichki kechinmalari va individual xususiyatlarini hurmat qilish o‘zaro ishonchni shakllantirish uchun muhim shartlardan biridir.

E.G.G‘oziyevning psixologiyaga oid tadqiqot va o‘quv adabiyotlarida shaxslararo munosabatlar, muloqot, shaxsning psixologik xususiyatlari va ijtimoiy muhitning shaxs rivojiga ta’siri masalalari keng yoritilgan [4; 9; 10]. Ushbu qarashlar oilaviy munosabatlarda muloqotning shaxsning ijtimoiy-psixologik holatiga ta’sirini tushuntirishda metodologik ahamiyatga ega.

Oila psixologiyasiga oid tadqiqotlarda oilaviy hayotning psixologik xususiyatlari, er-xotin munosabatlari, oilaviy rollar, o‘zaro moslashuv va nizolar masalalariga alohida e’tibor berilgan [6; 8]. V. M. Karimova oilaviy hayot psixologiyasi doirasida oila a’zolari o‘rtasidagi munosabatlar, o‘zaro ta’sir va psixologik muhit masalalarini yoritadi [5; 6]. G‘. B. Shoumarov tomonidan oilaning psixologik xususiyatlari, oilaviy munosabatlar va oiladagi shaxslararo aloqalarning muhim jihatlari tahlil qilingan [8].

Shuningdek, A. A. Kronik va E. V. Kronikning shaxslararo munosabatlarga oid qarashlari inson hayotida mazmunli munosabatlarning o‘rnini tushunishda muhim nazariy asoslardan biri hisoblanadi [7]. Mazkur ilmiy yondashuvlar oilaviy munosabatlarni faqat oila tarkibi nuqtayi nazaridan emas, balki o‘zaro munosabatlar sifati va shaxslarning bir-biriga ta’siri nuqtayi nazaridan ham tahlil qilish imkonini beradi.

Umuman olganda, mavjud ilmiy adabiyotlar tahlili oiladagi samarali muloqot shaxslararo munosabatlarning barqarorligi, o‘zaro ishonch va psixologik moslashuv bilan uzviy bog‘liqligini ko‘rsatadi.

Tadqiqotning maqsadi. Tadqiqotning maqsadi nuklear va nuklear bo‘lmagan oilalarda yashovchi respondentlarning ijtimoiy-psixologik moslashuv

ko‘rsatkichlarini qiyosiy o‘rganish hamda guruhlar o‘rtasidagi statistik jihatdan ahamiyatli tafovutlarni aniqlashdan iborat.

Tadqiqot metodologiyasi. Tadqiqotda jami 60 nafar respondent ishtirok etdi. Ular ikki guruhga ajratildi: 30 nafar respondent nuklear oilalarda, 30 nafar respondent esa nuklear bo‘lmagan oilalarda istiqomat qilgan.

Tadqiqotda nuklear oila deganda, asosan, er-xotin va ularning farzandlaridan tashkil topgan oila tushunildi. Nuklear bo‘lmagan oila esa er-xotin va farzandlardan tashqari boshqa avlod vakillari yoki yaqin qarindoshlar bilan birgalikda istiqomat qiladigan oila sifatida belgilandi.

Respondentlarning ijtimoiy-psixologik moslashuv xususiyatlarini o‘rganish maqsadida Rojers-Daymondning ijtimoiy-psixologik moslashuv metodikasidan foydalanildi. Metodika doirasida moslashuvchanlik, dezadaptatsiya, o‘zini qabul qilish, o‘zini qabul qilmaslik, o‘zgalarni qabul qilish, o‘zgalarni qabul qilmaslik, emotsional komfort, emotsional diskomfort, ichki nazorat, tashqi nazorat, boshqarish, boshqarilish va eskapizm kabi ko‘rsatkichlar tahlil qilindi.

Guruhlar o‘rtasidagi farqlarni aniqlash uchun mustaqil tanlanmalar uchun Student t-mezoni qo‘llanildi. Statistik ahamiyatlilik chegarasi **p<0,05** darajasida qabul qilindi.

Tadqiqot natijalari. Dastlab respondentlarning yosh ko‘rsatkichlari tahlil qilindi. Nuklear oilalarda yashovchi respondentlarning o‘rtacha yoshi **19,24±5,128 yosh**, nuklear bo‘lmagan oilalarda yashovchi respondentlarning o‘rtacha yoshi esa **24,48±6,124 yosh**ni tashkil etdi. Guruhlar o‘rtasidagi yosh tafovuti statistik jihatdan ahamiyatli bo‘lib, **t=2,481; p=0,014** natija qayd etildi.

Mazkur holat tadqiqot natijalarini talqin qilishda yosh omilini ham hisobga olish zarurligini ko‘rsatadi. Chunki oilaning tarkibiy xususiyatlari bilan bir qatorda respondentlarning yoshi, oilaviy tajribasi va ijtimoiy mavqei ham ularning moslashuv ko‘rsatkichlariga ta’sir qilishi mumkin.

Rojers-Daimond metodikasi natijalarining qiyosiy tahlili quyidagi ko‘rsatkichlarda statistik jihatdan ahamiyatli tafovutlar mavjudligini ko‘rsatdi.

Moslashuvchanlik ko‘rsatkichi bo‘yicha guruhlar o‘rtasida statistik jihatdan ahamiyatli farq aniqlandi (**t=-3,140; p=0,003**). Nuklear oilalarda yashovchi respondentlarning o‘rtacha ko‘rsatkichi **118,10**, nuklear bo‘lmagan oilalarda esa **108,00**ni tashkil etdi.

Dezadaptatsiya ko‘rsatkichi bo‘yicha statistik jihatdan ahamiyatli farq aniqlanmadi (**t=-1,154; p=0,253**). Bu natija mazkur ko‘rsatkichda oila tarkibining bevosita farqlovchi omil sifatidagi ta’siri aniqlanmaganini ko‘rsatadi.

Yolg‘on ko‘rsatkichi bo‘yicha statistik jihatdan ahamiyatli tafovut mavjud (**t=-4,926; p<0,001**). Nuklear bo‘lmagan oilalarda yashovchi respondentlarda ushbu ko‘rsatkich o‘rtachasi **36,42**, nuklear oilalarda esa **28,90**ni tashkil etdi.

O‘zini qabul qilish ko‘rsatkichi bo‘yicha ham guruhlar o‘rtasida statistik jihatdan ahamiyatli farq aniqlandi (**t=2,475; p=0,016**). Nuklear bo‘lmagan oilalarda

yashovchi respondentlarning o‘rtacha ko‘rsatkichi **44,38**, nuklear oilalarda esa **39,23**ni tashkil etdi.

Biroq o‘zini qabul qilmaslik **(**t=-0,064; p=0,949**),** o‘zgalarni qabul qilish **(**t=0,187; p=0,852**)** va o‘zgalarni qabul qilmaslik **(**t=0,372; p=0,711**)** ko‘rsatkichlari bo‘yicha statistik jihatdan ahamiyatli tafovutlar aniqlanmadi.

Emotsional komfort ko‘rsatkichi bo‘yicha guruhlar o‘rtasida statistik jihatdan ahamiyatli farq qayd etildi (t=2,895; p=0,005). Nuklear oilalarda yashovchi respondentlarda o‘rtacha ko‘rsatkich 28,26, nuklear bo‘lmagan oilalarda esa 20,45ni tashkil etdi.

Emotsional diskomfort bo‘yicha statistik jihatdan ahamiyatli farq aniqlanmadi (t=-1,549; p=0,127).

Ichki nazorat ko‘rsatkichi bo‘yicha esa guruhlar o‘rtasida yuqori darajadagi statistik farq kuzatildi (t=8,709; p<0,001). Nuklear oilalarda o‘rtacha ko‘rsatkich 54,68, nuklear bo‘lmagan oilalarda esa 64,38ni tashkil etdi.

Boshqarish ko‘rsatkichi bo‘yicha ham statistik jihatdan ahamiyatli tafovut qayd etildi (p=0,005). Nuklear oilalarda ushbu ko‘rsatkich 11,55, nuklear bo‘lmagan oilalarda esa 18,28ni tashkil etdi.

Boshqarilish ko‘rsatkichi bo‘yicha statistik jihatdan ahamiyatli farq aniqlanmadi (t=-0,634; p=0,529).

Eskapizm, ya’ni muammodan qochish ko‘rsatkichi bo‘yicha guruhlar o‘rtasida statistik jihatdan ahamiyatli tafovut mavjud (t=3,352; p=0,001). Nuklear oilalarda o‘rtacha ko‘rsatkich 17,06, nuklear bo‘lmagan oilalarda esa 10,69ni tashkil etdi.

Shunday qilib, tadqiqot natijalarida quyidagi ko‘rsatkichlar bo‘yicha statistik jihatdan ahamiyatli tafovutlar kuzatildi: moslashuvchanlik, yolg‘on, o‘zini qabul qilish, emotsional komfort, ichki nazorat, boshqarish va eskapizm.

Muhokama. Olingan natijalarni oilaviy munosabatlarning psixologik xususiyatlari nuqtayi nazaridan tahlil qilganda, oilaning tarkibiy tuzilishi shaxsning ijtimoiy-psixologik moslashuvi bilan bog‘liq ayrim ko‘rsatkichlarda farqlar bilan kechishi mumkinligini ko‘rish mumkin. Biroq mazkur tafovutlarni faqat oilaning nuklear yoki nuklear bo‘lmaganligi bilan izohlash to‘g‘ri bo‘lmaydi. Respondentlarning yoshi, oilaviy tajribasi, ijtimoiy mavqei, yashash sharoiti, oiladagi kommunikativ muhit va boshqa omillar ham natijalarga ta’sir qilishi mumkin.

Moslashuvchanlik ko‘rsatkichining nuklear oilalarda yuqoriroq bo‘lishi mazkur guruh respondentlarining ijtimoiy va maishiy sharoitlarda mustaqil qaror qabul qilish hamda o‘z hayot faoliyatini mustaqil tashkil etish tajribasi bilan bog‘liq bo‘lishi ehtimolini ko‘rsatadi. Shu bilan birga, ushbu izohni sababiy xulosa sifatida emas, balki natijalarni tushuntirishga yordam beruvchi ehtimoliy omil sifatida qarash lozim.

O‘zini qabul qilish ko‘rsatkichining nuklear bo‘lmagan oilalarda yuqoriligi respondentlarning oilaviy muhit, ijtimoiy qo‘llab-quvvatlash va shaxsiy tajribasi bilan bog‘liq bo‘lishi mumkin. K. Rojers ta’kidlaganidek, shaxsning o‘zini qabul

qilishi va uning boshqa insonlar tomonidan hurmat qilinishi psixologik jihatdan sog‘lom munosabatlarning muhim shartlaridan biridir [1; 2].

Emotsional komfort bo‘yicha nuklear oilalarda yuqoriroq natija kuzatilgani oiladagi shaxsiy makon, mustaqillik va kundalik qarorlarni qabul qilish imkoniyatlari bilan bog‘liq bo‘lishi mumkin. Shu bilan birga, katta oilalarda o‘zaro qo‘llab-quvvatlash va ijtimoiy aloqalarning ko‘pligi ayrim holatlarda ijobiy psixologik resurs vazifasini ham bajarishi mumkin. Demak, oilaning kattaligi yoki tarkibidan qat’i nazar, undagi munosabatlarning sifati muhim ahamiyat kasb etadi.

Ichki nazorat ko‘rsatkichining nuklear bo‘lmagan oilalarda yuqoriligi respondentlarning o‘z xatti-harakatlari va qarorlari uchun mas’uliyatni his qilish xususiyati bilan bog‘liq bo‘lishi mumkin. Bunday natijalarni izohlashda oiladagi tarbiya uslubi, avlodlararo munosabatlar va oilaviy rollarning taqsimlanishi kabi omillarni ham hisobga olish lozim.

Eskapizm ko‘rsatkichining nuklear oilalarda yuqoriligi esa muammoli vaziyatlarga munosabat bildirish uslublaridagi farqlar mavjudligini ko‘rsatishi mumkin. Biroq bu natijani barcha nuklear oilalarga xos umumiy xususiyat sifatida baholash mumkin emas. Mazkur yo‘nalishda respondentlarning shaxsiy xususiyatlari, stressga chidamliligi va oiladagi muloqot uslublarini alohida o‘rganish maqsadga muvofiq.

Umuman olganda, tadqiqot natijalari oilaviy munosabatlarda muloqotning mazmuni, o‘zaro hurmat, empatiya, faol tinglash va muammolarni hamkorlikda hal etish ko‘nikmalarining muhimligini ko‘rsatadi. Oilaviy hayot psixologiyasiga oid tadqiqotlarda ham o‘zaro munosabatlarning sifati oiladagi psixologik muhitni belgilovchi muhim omillardan biri sifatida qaraladi [5; 6; 8].

Oilaviy muloqotni takomillashtirishning amaliy yo‘nalishlari

Oilaviy munosabatlarda sog‘lom psixologik muhitni shakllantirish uchun, avvalo, oila a’zolari o‘rtasida ochiq va hurmatga asoslangan muloqotni yo‘lga qo‘yish muhim. Bunda suhbatdoshning fikrini bo‘lmasdan tinglash, uning hissiy holatini tushunishga harakat qilish va muammoni shaxsga emas, vaziyatga nisbatan muhokama qilish samarali natija beradi.

Shuningdek, oilada nizoli vaziyatlarni hal etishda ayblash, keskin tanqid va bosimdan ko‘ra, o‘zaro fikr almashish va murosaga kelishga asoslangan yondashuvlardan foydalanish maqsadga muvofiq. Har bir oila a’zosining shaxsiy fikri, ehtiyoji va chegaralarini hurmat qilish o‘zaro ishonchni mustahkamlashga xizmat qiladi.

Oilaviy psixologik maslahat va treninglarda faol tinglash, empatiya, konstruktiv muloqot, emotsiyalarni boshqarish, nizolarni tinch yo‘l bilan hal etish va muammoli vaziyatlarda hamkorlikda qaror qabul qilish ko‘nikmalarini shakllantirishga e’tibor qaratish lozim.

Xulosa. Tadqiqot natijalari nuklear va nuklear bo‘lmagan oilalarda yashovchi respondentlarning ayrim ijtimoiy-psixologik ko‘rsatkichlari bo‘yicha statistik jihatdan ahamiyatli tafovutlar mavjudligini ko‘rsatdi. Xususan, moslashuvchanlik,

yolg‘on, o‘zini qabul qilish, emotsional komfort, ichki nazorat, boshqarish va eskapizm ko‘rsatkichlarida guruhlararo statistik farqlar aniqlandi.

Shu bilan birga, dezadaptatsiya, o‘zini qabul qilmaslik, o‘zgalarni qabul qilish, o‘zgalarni qabul qilmaslik, emotsional diskomfort va boshqarilish ko‘rsatkichlari bo‘yicha statistik jihatdan ahamiyatli farqlar kuzatilmadi.

Tadqiqotda respondentlarning yoshi bo‘yicha ham guruhlar o‘rtasida statistik jihatdan ahamiyatli tafovut aniqlanganligi sababli, olingan natijalarni talqin qilishda yosh omilini ham hisobga olish zarur. Shuningdek, mazkur tadqiqot tanlanmasining hajmi 60 nafar respondent bilan cheklanganligi sababli natijalarni barcha oilalarga umumlashtirishda ehtiyotkorlik talab etiladi.

Oilaviy munosabatlarning barqarorligi va psixologik sog‘lomligini ta’minlashda oilaning tarkibiy tuzilishi bilan bir qatorda, oila a’zolari o‘rtasidagi muloqot sifati, o‘zaro hurmat, ishonch, empatiya, faol tinglash va nizolarni konstruktiv hal etish ko‘nikmalari muhim ahamiyatga ega.

Amaliy jihatdan oilaviy psixologik maslahat va treninglarda faol tinglash, empatiya, konstruktiv muloqot, emotsional o‘zini boshqarish, murosaga kelish va shaxsiy chegaralarni hurmat qilish ko‘nikmalarini rivojlantirish maqsadga muvofiqdir. Mazkur yondashuvlar oila a’zolari o‘rtasidagi o‘zaro tushunishni kuchaytirish va sog‘lom psixologik muhitni shakllantirishga xizmat qiladi.

Foydalanilgan adabiyotlar:

1. Rogers C. R. On Becoming a Person: A Therapist's View of Psychotherapy. — Boston: Houghton Mifflin, 1961.
2. Rogers C. R. A Way of Being. — Boston: Houghton Mifflin, 1980.
3. Nishonova Z. T., Alimova G. K. Psixologik xizmat. — Toshkent: O‘zbekiston faylasuflari milliy jamiyati nashriyoti, 2010.
4. G‘oziyev E. G‘. Psixologiya. — Toshkent: O‘qituvchi, 2008.
5. Karimova V. M. Salomatlik psixologiyasi. — Toshkent: “Yangi asr avlodi”, 2005.
6. Karimova V. M. Oilaviy hayot psixologiyasi. — Toshkent, 2006.
7. Кроник А. А., Кроник Е. В главных ролях: вы, мы, он, ты, я: психология значимых отношений. — Москва, 1989.
8. Shoumarov G‘. B. Oila psixologiyasi: akademik litsey va kasb-hunar kollejlari o‘quvchilari uchun o‘quv qo‘llanma. / G‘. B. Shoumarov tahriri ostida. — Toshkent: Sharq, 2008. — 296 b.
9. G‘oziyev E. G‘. Umumiy psixologiya. — Toshkent: O‘zbekiston Faylasuflari milliy jamiyati, 2010.
10. G‘oziyev E. G‘. Psixologiya metodologiyasi. — Toshkent, 2013.

FAN VA TA'LIM YANGILIKLARI
JURNALI

2026-yil
9(2)-son

Muassis - "FAN VA INNOVATSIYA YANGILIKLARI" MCHJ
Jurnal hamkori - «PROFI UNIVERSITY»

Jurnal O'zbekiston Respublikasi Prezidenti Administratsiyasi huzuridagi axborot va ommaviy kommunikatsiyalar agentligi tomonidan 2024-yil 24-may kuni № 454068-sonli guvohnoma bilan ro'yxatga olingan.

Jurnal 2024-yilda tashkil etilgan, 1 oyda bir marta o'zbek, tojik, qozoq, qirg'iz, qoraqalpoq, rus va ingliz tillarida nashr etiladi.

Tahririyat manzili: 190110, Toshkent shahri Uchtepa tumani, Bog'iston MFY, 14-mavze, 8-uy.

Telefonlar: +998 90 749 00 00
+998 90 749 77 77
+998 91 902 05 01
E-mail: saen_2024@mail.ru
Jurnal sayti: www.saen.uz
Telegram kanali: **https://t.me/saen_2024**

Maqolada keltirilgan fakt va ma'lumotlarning to'g'riligi uchun mualliflar mas'uldirlar.

"Fan va ta'lim yangiliklari" ilmiy-amaliy jurnali Oliy attestatsiya komissiyasi Rayosatining qarori (25.08.2025 y., №374/5) bilan pedagogika va psixologiya fanlari bo'yicha falsafa doktori (PhD) va fan doktori (DSc) ilmiy darajasiga talabgorlarning dissertatsiyalari asosiy ilmiy natijalarini chop etish tavsiya etilgan milliy ilmiy nashrlar ro'yxatiga kiritilgan.

ISSN: 3093-8694