FAN VA TA’LIM YANGILIKLARI
ILMIY-METODIK JURNAL
ISSN 3093-8694 ◆ saen.uz
2026-yil
10 (2)-son

UDK: 159.922.27

Karimova Muxayyo Nazar qizi,
Termiz davlat pedagogika instituti
“Amaliy psixologiya” kafedrasi tayanch doktoranti

TALABA QIZALARDA OILAVIY HAYOTGA KOMMUNIKATIV TAYYORGARLIKNI SHAKLLANTIRISHNING PSIXOLOGIK XUSUSIYATLARI

Annotatsiya. Mazkur maqolada talaba qizlarda oilaviy hayotga kommunikativ tayyorgarlikni shakllantirishning ijtimoiy-psixologik va individual-psixologik xususiyatlari tahlil qilingan. Shuningdek, nikoh va oilaviy munosabatlarning barqarorligini ta’minlashda shaxslararo muloqot madaniyati, o‘zaro hurmat, empatiya, tinglash qobiliyati, hissiy barqarorlik hamda nizoli vaziyatlarni konstruktiv hal etish ko‘nikmalarining ahamiyati yoritilgan. Talaba qizlarning oilaviy hayot haqidagi tasavvurlari, qadriyatlar tizimi, mustaqil hayotga munosabati va kommunikativ kompetensiyalarining shakllanishiga ta’sir etuvchi omillar ko‘rib chiqilgan. Oilaviy hayotga tayyorgarlik jarayonida oila, ta’lim muassasasi va mahalla hamkorligini rivojlantirish, psixologik-ma’rifiy mashg‘ulotlar, treninglar va amaliy mashqlardan foydalanishning imkoniyatlari asoslab berilgan. Maqolada talaba qizlarda samarali muloqot ko‘nikmalarini rivojlantirish orqali kelajakdagi oilaviy munosabatlarning psixologik jihatdan sog‘lom va barqaror bo‘lishiga zamin yaratish masalalari yuzasidan ilmiy-amaliy tavsiyalar ishlab chiqilgan.

Kalit so‘zlar: talaba qizlar, oilaviy hayot, kommunikativ tayyorgarlik, muloqot madaniyati, oilaviy qadriyatlar, shaxslararo munosabatlar, empatiya, psixologik tayyorgarlik, nizolarni hal etish, hissiy barqarorlik.

ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ ФОРМИРОВАНИЯ КОММУНИКАТИВНОЙ ГОТОВНОСТИ К СЕМЕЙНОЙ ЖИЗНИ У СТУДЕНТОК

Аннотация. В данной статье рассматриваются социально-психологические и индивидуально-психологические особенности формирования коммуникативной готовности студенток к семейной жизни. Раскрывается значение культуры межличностного общения, взаимного уважения, эмпатии, способности слушать собеседника, эмоциональной устойчивости и конструктивного разрешения конфликтных ситуаций в обеспечении стабильности брачно-семейных отношений. Анализируются представления студенток о семейной жизни, система ценностей, отношение к самостоятельной жизни, а также факторы, влияющие на развитие их коммуникативных компетенций. Обосновывается необходимость взаимодействия семьи, образовательных учреждений и органов самоуправления граждан в процессе подготовки девушек к семейной жизни. Особое внимание уделяется возможностям использования психологико-просветительских занятий, тренингов и практических упражнений для развития навыков эффективного общения. На основе теоретического анализа разработаны научно-практические рекомендации, направленные на формирование психологически здоровых и устойчивых семейных отношений посредством развития коммуникативных навыков у студенток.

Ключевые слова: студентки, семейная жизнь, коммуникативная готовность, культура общения, семейные ценности, межличностные отношения, эмпатия, психологическая готовность, разрешение конфликтов, эмоциональная устойчивость.

PSYCHOLOGICAL FEATURES OF DEVELOPING COMMUNICATIVE READINESS FOR FAMILY LIFE AMONG FEMALE STUDENTS

Abstract. This article examines the socio-psychological and individual psychological characteristics involved in developing communicative readiness for family life among female students. It highlights the importance of interpersonal communication, mutual respect, empathy, active listening, emotional stability, and constructive conflict resolution in maintaining stable marital and family relationships. The study explores female students' perceptions of family life, their value systems, attitudes towards independent living, and the factors influencing the development of their communicative competencies. The importance of cooperation between families, educational institutions, and community organizations in preparing young women for family life is substantiated. Particular attention is given to the use of psychological education programmes, communication training, and practical exercises aimed at developing effective interpersonal skills. Based on the theoretical analysis, scientific and practical recommendations are proposed to promote psychologically healthy and stable family relationships through the development of communicative skills among female students.

Keywords: female students, family life, communicative readiness, communication culture, family values, interpersonal relationships, empathy, psychological readiness, conflict resolution, emotional stability.

KIRISH

Oila jamiyatning asosiy ijtimoiy instituti bo‘lib, unda shaxsning ma’naviy-axloqiy qiyofasi, dunyoqarashi, xulq-atvori va ijtimoiy munosabatlarga kirishish xususiyatlari shakllanadi. Insonning dastlabki ijtimoiy tajribasi, o‘zaro munosabatlar haqidagi tasavvurlari hamda muloqot madaniyatining asoslari, avvalo, oilaviy muhitda tarkib topadi. Shu sababli oilaning mustahkamligi nafaqat jamiyat barqarorligi, balki kelajak avlodning psixologik salomatligi va ijtimoiy kamoloti uchun ham muhim ahamiyat kasb etadi.

Bugungi kunda jamiyat hayotida yuz berayotgan ijtimoiy, iqtisodiy va ma’naviy o‘zgarishlar yoshlarning oilaviy hayotga munosabati, nikohga tayyorgarligi hamda oilaviy qadriyatlarni anglash jarayoniga ham ta’sir ko‘rsatmoqda. Ayniqsa, oliy ta’lim muassasalarida tahsil olayotgan talaba qizlarning mustaqil hayotga qadam qo‘yishi, kasbiy faoliyatga yo‘nalishi, shaxsiy qarashlari va hayotiy maqsadlarini belgilashi oilaviy hayotga tayyorgarlik masalasini yanada dolzarb etmoqda.

O‘zbekiston Respublikasi Prezidentining 2018-yil 2-fevraldagi xotin-qizlarni qo‘llab-quvvatlash va oila institutini mustahkamlash sohasidagi faoliyatni tubdan takomillashtirishga qaratilgan PF-5325-son Farmonida ham oila institutini rivojlantirish, oilaviy munosabatlarni takomillashtirish, yoshlarni oilaviy hayotga tayyorlash va oilaviy ajralishlarning oldini olish masalalariga alohida e’tibor qaratilgan.

Mazkur vazifalar yoshlarning oilaviy munosabatlar borasidagi bilimlarini oshirish, ularda sog‘lom psixologik qarashlar va samarali muloqot ko‘nikmalarini shakllantirish zarurligini ko‘rsatadi.

Oilaviy hayotning muvaffaqiyatli kechishi faqatgina moddiy sharoit yoki ijtimoiy mavqega bog‘liq emas. Er-xotin o‘rtasidagi o‘zaro tushunish, bir-birining fikr va his-tuyg‘ularini hurmat qilish, muammolarni birgalikda muhokama etish, mas’uliyatni his qilish va kelishmovchiliklarni oqilona hal etish oilaviy barqarorlikning muhim psixologik omillaridan hisoblanadi. Bunday sifatlar esa o‘z-o‘zidan shakllanmaydi, balki oilaviy tarbiya, ta’lim, ijtimoiy muhit va shaxsiy hayotiy tajriba ta’sirida rivojlanadi.

Sharq mutafakkirlari asarlarida ham oila, nikoh, o‘zaro hurmat, insoniy fazilatlar va oilaviy totuvlik masalalariga alohida e’tibor qaratilgan. Xususan, Abu Nasr Forobiy inson kamoloti, jamiyatdagi hamjihatlik, o‘zaro yordam va baxt-saodatga erishishda ma’naviy-axloqiy fazilatlarning ahamiyatini ta’kidlagan. Uning qarashlaridan kelib chiqib aytish mumkinki, oilaviy munosabatlarning barqarorligi ham insonlarning o‘zaro hamkorligi, bir-birini tushunishi va ijobiy munosabatlarni shakllantirishiga bog‘liq.

Yusuf Tovasliy tomonidan jamlangan “Hikmatlar xazinasi” asarida kelin bo‘luvchi qizlarga qaratilgan ona nasihatlari orqali oilaviy hayotda sabr-toqat, muloyimlik, oqilalik, muomala madaniyati va insoniy fazilatlarning ahamiyati yoritilgan. Bunday ma’naviy meros yoshlarni oilaviy hayotga tayyorlashda milliy qadriyatlar va zamonaviy psixologik bilimlarni uyg‘unlashtirish zarurligini ko‘rsatadi.

Shu nuqtayi nazardan, talaba qizlarda oilaviy hayotga kommunikativ tayyorgarlikni shakllantirish masalasi nafaqat pedagogik, balki muhim ijtimoiy-psixologik muammo sifatida ham namoyon bo‘ladi. Chunki bo‘lajak oilaviy munosabatlarda yuzaga kelishi mumkin bo‘lgan qiyinchiliklarni anglash, o‘z hissiyotlarini boshqarish, sherigining fikrini tinglash va muammolarga konstruktiv yondashish ko‘nikmalariga ega bo‘lish oilaning sog‘lom psixologik muhitini ta’minlashda muhim o‘rin tutadi.

Mazkur maqolaning maqsadi talaba qizlarda oilaviy hayotga kommunikativ tayyorgarlikni shakllantirishning psixologik xususiyatlarini nazariy jihatdan tahlil qilish, unga ta’sir etuvchi omillarni aniqlash va ushbu jarayonni takomillashtirishga qaratilgan ilmiy-amaliy tavsiyalarni ishlab chiqishdan iborat.

MAVZU BO‘YICHA ADABIYOTLAR TAHLILI

Oilaviy munosabatlar psixologiyasi, nikoh barqarorligi, oilaviy tarbiya va shaxslararo muloqot masalalari mahalliy hamda xorijiy olimlarning ilmiy izlanishlarida keng o‘rganilgan.

O‘zbekistonlik olim G‘.B. Shoumarovning oilaviy munosabatlar psixologiyasiga oid ilmiy qarashlarida oilaning ijtimoiy-psixologik mohiyati, er-xotin munosabatlari, oilaviy nizolar va ularni bartaraf etish masalalari yoritilgan. Olimning fikrlaridan kelib chiqib, oilaviy hayotning barqarorligi oila a’zolarining psixologik

xususiyatlari, o‘zaro munosabatlari va oilaviy vazifalarni anglash darajasi bilan chambarchas bog‘liq ekanligini ta’kidlash mumkin.

V.M. Karimova o‘zining “Yoshlarda o‘zbek oilasi to‘g‘risidagi ijtimoiy tasavvurlar” mavzusidagi ilmiy tadqiqotida yoshlarning oila haqidagi qarashlari, ijtimoiy tasavvurlarning shakllanishi va ularning oilaviy munosabatlarga ta’sirini o‘rgangan. Mazkur yondashuv talaba qizlarning oilaviy hayotga tayyorgarligini o‘rganishda ham muhim nazariy asos bo‘lib xizmat qiladi. Chunki shaxsning kelajakdagi oilaviy munosabatlarga bo‘lgan munosabati ko‘p jihatdan uning oilaga oid tasavvurlari, qadriyatlari va ijtimoiy tajribasi bilan belgilanadi.

E.G‘. G‘oziyevning psixologik tadqiqotlarida shaxsning rivojlanishi, tafakkuri, o‘zini anglash jarayoni va ijtimoiy muhit bilan o‘zaro munosabatlari masalalariga e’tibor qaratilgan. Ushbu nazariy qarashlar asosida talaba qizlarning oilaviy hayotga tayyorgarligini ularning o‘zini anglash darajasi, mustaqil qaror qabul qilishi va shaxslararo munosabatlarni tashkil etish qobiliyati bilan bog‘liq holda tahlil qilish mumkin.

B.R. Qodirov oilaviy muhitning bola shaxsi va uning ichki imkoniyatlarini rivojlantirishdagi o‘rnini ta’kidlaydi. Olimning qarashlariga ko‘ra, ota-onaning farzand qiziqishlari, intilishlari va individual xususiyatlariga nisbatan e’tiborli munosabati shaxsning rivojlanishida muhim omil hisoblanadi. Bu fikrni oilaviy hayotga tayyorgarlik masalasiga tatbiq etadigan bo‘lsak, ota-onaning farzand bilan ochiq muloqot qilishi, uning mustaqil fikrini hurmat qilishi va hayotiy qarorlarini qo‘llab-quvvatlashi kelajakdagi sog‘lom munosabatlarning shakllanishiga yordam beradi.

Z.T. Nishanova tomonidan olib borilgan tadqiqotlarda oilaviy tarbiya, ota-ona va farzand munosabatlari, tarbiyaviy xatolarni aniqlash va psixologik diagnostika masalalari o‘rganilgan. Bu boradagi ilmiy qarashlar talaba qizlarda muloqot madaniyatini shakllantirishda oiladagi psixologik muhit va ota-onaning tarbiyaviy yondashuvi muhim ahamiyatga ega ekanligini ko‘rsatadi.

I.A. Jabborovning “Oilada er-xotin munosabatlarini muvofiqlashtirishning ijtimoiy-psixologik mexanizmlari” mavzusidagi tadqiqotida oilaviy munosabatlarni tartibga solish, er-xotin o‘rtasidagi psixologik muvofiqlik va oilaviy muammolarni hal etishning ijtimoiy-psixologik jihatlari yoritilgan. Mazkur tadqiqot oilaviy hayotda kommunikativ ko‘nikmalarning o‘rnini anglash uchun muhim ilmiy manbalardan biri hisoblanadi.

M. Fayziyeva va A. Jabborovning “Oilaviy munosabatlar psixologiyasi” asarida oiladagi o‘zaro munosabatlarning psixologik xususiyatlari, er-xotin o‘rtasidagi muloqot, o‘zaro tushunish va oilaviy ziddiyatlarning kelib chiqish sabablari tahlil qilingan.

Xorijiy olimlardan S.V. Kovalyov yoshlarni oilaviy hayotga tayyorlash, ularda nikoh va oilaviy munosabatlar to‘g‘risida to‘g‘ri tasavvurlarni shakllantirish zarurligini ta’kidlaydi. Uning qarashlariga ko‘ra, yoshlarning oilaviy hayot haqidagi romantik va bir tomonlama tasavvurlari real turmush sharoitlariga moslashishda qiyinchiliklarni yuzaga keltirishi mumkin. Shu bois ularni oilaviy hayotning ijobiy

jihatlari bilan bir qatorda, mas’uliyat, murosaga kelish, hamkorlik va o‘zaro majburiyatlar haqida ham xabardor qilish lozim.

Kommunikativ tayyorgarlikni ilmiy jihatdan izohlashda G.M. Andreevaning ijtimoiy psixologiyaga oid qarashlari ham muhimdir. Olimaning yondashuvida muloqot axborot almashish, o‘zaro ta’sir va bir-birini idrok etish jarayonlarini qamrab oladi. Ushbu jihatlar oilaviy munosabatlarda ham namoyon bo‘lib, er-xotinning bir-birini tushunishi, o‘zaro fikr almashishi va munosabatlarni muvofiqlashtirishiga xizmat qiladi.

Shuningdek, K. Rogersning empatiya va shaxslararo munosabatlarga oid qarashlari, M. Rosenbergning zo‘ravonliksiz muloqot konsepsiyasi oilaviy munosabatlarda hissiyotlarni to‘g‘ri ifodalash, suhbatdoshni tinglash, ayblash o‘rniga o‘z ehtiyojlarini tushuntirish kabi kommunikativ ko‘nikmalarning ahamiyatini asoslash imkonini beradi.

Adabiyotlar tahlili shuni ko‘rsatadiki, oilaviy munosabatlar psixologiyasiga doir tadqiqotlarda oila barqarorligi, shaxslararo muvofiqlik, oilaviy qadriyatlar va nizolarni bartaraf etish masalalari keng yoritilgan. Biroq talaba qizlarning aynan kommunikativ tayyorgarligini alohida tarkibiy qismlar asosida shakllantirish, uning psixologik mexanizmlarini ta’lim jarayoniga tatbiq etish masalalarini yanada chuqurroq o‘rganish zarurati mavjud.

TADQIQOT METODOLOGIYASI

Mazkur maqolada talaba qizlarda oilaviy hayotga kommunikativ tayyorgarlikni shakllantirish masalasi nazariy-tahliliy yondashuv asosida o‘rganildi. Tadqiqotning metodologik asosini shaxsga yo‘naltirilgan yondashuv, faoliyat yondashuvi, tizimli yondashuv hamda ijtimoiy-psixologik yondashuv tashkil etadi.

Tadqiqot jarayonida oilaviy munosabatlar psixologiyasi, shaxslararo muloqot, kommunikativ kompetensiya va yoshlarni oilaviy hayotga tayyorlashga oid ilmiy adabiyotlar tahlil qilindi. Shuningdek, mahalliy va xorijiy olimlarning nazariy qarashlarini qiyosiy o‘rganish, umumlashtirish, ilmiy xulosalar chiqarish va psixologik-pedagogik tahlil usullaridan foydalanildi.

Talaba qizlarda oilaviy hayotga kommunikativ tayyorgarlikni shakllantirish jarayonini quyidagi asosiy tarkibiy qismlar orqali izohlash maqsadga muvofiq:

1. Motivatsion-qadriyatli komponent. Ushbu komponent talaba qizlarning oila va nikohga bo‘lgan munosabati, oilaviy qadriyatlarni anglash darajasi, o‘zaro hurmat, mas’uliyat, sadoqat va hamkorlikka bo‘lgan ehtiyojini ifodalaydi. Mazkur komponent oilaviy hayotga nisbatan ongli va mas’uliyatli munosabatni shakllantirishga xizmat qiladi.

2. Kognitiv komponent. Oilaviy hayot, er-xotin munosabatlari, shaxslararo muloqot qonuniyatlari, oilaviy vazifalar, nizolarning kelib chiqish sabablari va ularni bartaraf etish usullari haqidagi bilimlarni o‘z ichiga oladi. Ushbu komponentning rivojlanishi yoshlarning oilaviy vaziyatlarga ongli yondashishiga yordam beradi.

3. Emotsional-irodaviy komponent. O‘z hissiyotlarini anglash va boshqarish, sabr-toqat, empatiya, stressli vaziyatlarda o‘zini tuta bilish, suhbatdoshning ruhiy holatini tushunish va hissiy muvozanatni saqlash qobiliyatlarini qamrab oladi.

4. Kommunikativ-faoliyat komponenti. O‘z fikrini aniq ifodalash, faol tinglash, savol berish, fikr almashish, o‘zaro kelishuvga erishish, nizolarni konstruktiv hal etish va muloqot jarayonida sherikning shaxsiy chegaralarini hurmat qilish ko‘nikmalarini o‘z ichiga oladi.

Mazkur komponentlar o‘zaro uzviy bog‘liq bo‘lib, ularning birgalikda rivojlanishi talaba qizlarda oilaviy hayotga kommunikativ tayyorgarlikning shakllanishini ta’minlaydi.

Kommunikativ tayyorgarlikni rivojlantirishda quyidagi psixologik-pedagogik usullardan foydalanish maqsadga muvofiq:

psixologik treninglar va interfaol mashg‘ulotlar;
rolli va vaziyatli o‘yinlar;
oilaviy nizolarni tahlil qilishga qaratilgan keyslar;
empatik tinglash va faol muloqot mashqlari;
o‘z-o‘zini anglash va refleksiv tahlil mashqlari;
psixologik maslahat va individual suhbatlar;
oilaviy munosabatlarga oid davra suhbatlari.

Ushbu usullar talaba qizlarning nazariy bilimlarini amaliy ko‘nikmalarga aylantirish, o‘z xulq-atvorini tahlil qilish va turli ijtimoiy vaziyatlarda samarali muloqot olib borish qobiliyatini rivojlantirish imkonini beradi.

NATIJALAR

Nazariy tahlillar asosida talaba qizlarda oilaviy hayotga kommunikativ tayyorgarlikni shakllantirish bir nechta o‘zaro bog‘liq psixologik omillar ta’sirida amalga oshishi aniqlandi.

Birinchidan, oilaviy hayot haqidagi tasavvurlarning shakllanganlik darajasi kommunikativ tayyorgarlikning muhim asoslaridan biri hisoblanadi. Talaba qizlar oilani faqatgina o‘zaro mehr-muhabbat va birgalikda yashash muhiti sifatida emas, balki o‘zaro mas’uliyat, hamkorlik, hurmat, ishonch va doimiy muloqotga asoslangan ijtimoiy-psixologik tizim sifatida anglashlari lozim.

Ikkinchidan, oilada shakllangan muloqot tajribasi kelajakdagi oilaviy munosabatlarga sezilarli ta’sir ko‘rsatadi. Ota-onaning bir-biriga munosabati, oilada kelishmovchiliklarning qanday hal etilishi, farzandlarning fikriga qanchalik e’tibor berilishi yoshlarning muloqot madaniyati rivojlanishida muhim ahamiyat kasb etadi. Oilada ochiq muloqot, samimiylik va o‘zaro hurmat ustuvor bo‘lgan muhitda tarbiyalangan qizlarda hamkorlikka asoslangan munosabatlarni shakllantirish uchun qulay psixologik sharoit yuzaga keladi.

Uchinchidan, kommunikativ tayyorgarlikning muhim tarkibiy qismi sifatida emotsional intellekt va empatiya namoyon bo‘ladi. Inson o‘z hissiyotlarini anglay olishi bilan bir qatorda, boshqa insonning kechinmalari va ehtiyojlarini ham

tushunishga intilishi zarur. Ayniqsa, oilaviy munosabatlarda suhbatdoshning fikrini bo‘lmasdan tinglash, uning his-tuyg‘ularini inobatga olish va vaziyatga uning nuqtayi nazaridan qarash nizolarning oldini olishga yordam beradi.

To‘rtinchidan, talaba qizlarning mustaqil qaror qabul qilish qobiliyati va o‘ziga bo‘lgan ishonchi oilaviy hayotga tayyorgarlikning muhim psixologik shartlaridan hisoblanadi. O‘z fikriga ega bo‘lgan, ehtiyojlarini to‘g‘ri ifodalay oladigan, o‘z imkoniyatlarini anglaydigan va shaxsiy mas’uliyatni his qiladigan qizlar oilaviy munosabatlarda ham faol va ongli pozitsiyani egallashlari mumkin.

Beshinchidan, nizoli vaziyatlarni boshqarish ko‘nikmasi oilaviy kommunikativ tayyorgarlikning muhim ko‘rsatkichidir. Har qanday oilada turli masalalar yuzasidan fikrlar farqi va kelishmovchiliklar uchrashi tabiiy. Muhimi, bunday vaziyatlarda muammoni shaxsga qarshi yo‘naltirmasdan, uning mohiyatini aniqlash, o‘zaro fikr almashish va maqbul yechim topishga intilishdir.

Oltinchidan, oilaviy qadriyatlar va zamonaviy kommunikativ madaniyatning o‘zaro uyg‘unligi muhim ahamiyatga ega. Milliy qadriyatlarda mujassam bo‘lgan kattalarga hurmat, o‘zaro mehr-oqibat, hamjihatlik, mas’uliyat va oilaga sadoqat kabi tushunchalar zamonaviy psixologik bilimlar bilan boyitilganda oilaviy munosabatlarning sog‘lom rivojlanishiga xizmat qiladi. Shu bilan birga, o‘zaro hurmat har ikki tomonning fikri, huquqi, ehtiyoji va shaxsiy chegaralarini e’tirof etishni ham nazarda tutishi lozim.

Tahlillar natijasida talaba qizlarda kommunikativ tayyorgarlikni rivojlantirishda quyidagi omillar alohida ahamiyatga ega ekanligi asoslandi:

Oilaviy muhit va ota-onalarning shaxsiy namunasiga asoslangan tarbiya.

Oilaviy qadriyatlar va nikoh munosabatlari haqidagi bilimlarning mavjudligi.

O‘z-o‘zini anglash va shaxsiy mas’uliyatning rivojlanganligi.

Hissiy barqarorlik va empatiya qobiliyatining shakllanganligi.

Samarali muloqot va faol tinglash ko‘nikmalarining mavjudligi.

Muammoli vaziyatlarda konstruktiv yechim topishga intilish.

Oliy ta’lim muassasasida olib boriladigan psixologik-ma’rifiy ishlarning tizimliligi.

Shunday qilib, kommunikativ tayyorgarlik faqatgina yaxshi gapira olish yoki suhbat olib borish qobiliyati bilan chegaralanmaydi. U shaxsning psixologik yetukligi, o‘zaro munosabatlarga mas’uliyat bilan yondashishi, boshqa insonni tushunishi va oilaviy hayotdagi turli vaziyatlarda oqilona qaror qabul qila olish qobiliyatlarini ham qamrab oladi.

MUHOKAMA

Talaba qizlarda oilaviy hayotga kommunikativ tayyorgarlikni shakllantirish masalasini muhokama qilishda, avvalo, bugungi yoshlarning ijtimoiy-psixologik xususiyatlariga e’tibor qaratish lozim. Talabalik davri inson hayotidagi muhim rivojlanish bosqichlaridan biri bo‘lib, bu davrda shaxsning dunyoqarashi, hayotiy

maqsadlari, kasbiy yo‘nalishi, qadriyatlari va shaxslararo munosabatlar tizimi yanada takomillashadi.

Aynan shu davrda qizlarda mustaqil hayotga tayyorgarlik, o‘z imkoniyatlarini baholash, shaxsiy qarashlarini shakllantirish va kelajakdagi oilaviy munosabatlar haqida ongli tasavvurlarga ega bo‘lish ehtiyoji kuchayadi. Biroq ayrim hollarda oilaviy hayot haqidagi tasavvurlar romantik qarashlar, atrofdagilarning fikri yoki ijtimoiy muhit ta’sirida bir tomonlama shakllanishi mumkin. Natijada yoshlar oilaviy hayotdagi mas’uliyat, murosaga kelish, o‘zaro majburiyatlar va kundalik muloqotning ahamiyatini yetarlicha anglamasliklari mumkin.

Oilaviy munosabatlarda uchraydigan muammolarning muhim sabablaridan biri kommunikativ qiyinchiliklar hisoblanadi. Masalan, o‘z fikrini ochiq ifodalay olmaslik, suhbatdoshni tinglamaslik, o‘zaro tanqidning kuchayishi, his-tuyg‘ularni nazorat qila olmaslik va muammolarni muhokama qilishdan qochish oilaviy munosabatlarda tushunmovchiliklarni yuzaga keltirishi mumkin.

Bunday vaziyatlarning oldini olish uchun talaba qizlarga samarali muloqotning asosiy qoidalarini o‘rgatish muhimdir. Jumladan, o‘z fikrini ayblovsiz ifodalash, suhbatdoshning fikrini hurmat qilish, muammoli vaziyatlarda hissiyotlarga berilmaslik, muammoni birgalikda hal qilishga intilish va kelishuvga erishish kabi ko‘nikmalarni rivojlantirish zarur.

Oilaviy muloqotda faol tinglash alohida ahamiyatga ega. Faol tinglash suhbatdoshning so‘zlarini shunchaki eshitish emas, balki uning fikri, hissiy holati va ehtiyojlarini tushunishga intilishdir. Bunday muloqot shakli oilada ishonch va samimiylikni mustahkamlaydi. Shu sababli talaba qizlar bilan olib boriladigan

psixologik mashg‘ulotlarda faol tinglash texnikalariga alohida o‘rin ajratilishi maqsadga muvofiq.

Shuningdek, oilaviy hayotga kommunikativ tayyorgarlikni shakllantirishda nizolarni boshqarish madaniyatini rivojlantirish ham muhimdir. Nizo har doim ham salbiy hodisa emas. Agar u o‘zaro hurmat va muloqot asosida hal etilsa, tomonlarning bir-birini yaxshiroq anglashi va munosabatlarning takomillashishiga xizmat qilishi mumkin. Buning uchun yoshlar muammoga qarshi kurashish emas, balki muammoning yechimini izlash tamoyiliga amal qilishni o‘rganishlari kerak.

Mazkur jarayonda oliy ta’lim muassasalarining imkoniyatlari katta. Xususan, psixologiya fanlari doirasida oilaviy munosabatlar, muloqot madaniyati, emotsional intellekt, nizolar psixologiyasi va shaxslararo munosabatlarga oid mavzularni kengroq yoritish lozim. Shuningdek, talaba qizlar uchun maxsus psixologik treninglar tashkil etish, ularda hayotiy vaziyatlarni modellashtirish va amaliy mashqlarni bajarish orqali kommunikativ ko‘nikmalarni rivojlantirish mumkin.

Masalan, “Men-sen” muloqot mashqi orqali talaba qizlarga ayblov va tanqid o‘rniga o‘z his-tuyg‘ulari hamda ehtiyojlarini to‘g‘ri ifodalash o‘rgatiladi. “Faol tinglash” mashqida esa suhbatdosh fikrini bo‘lmasdan tinglash, uning fikrini qayta

ifodalash va tushunganligini aniqlashtirish ko‘nikmalari shakllantiriladi. “Muammoga birgalikda yechim topish” mashqi esa nizoli vaziyatlarda hamkorlik qilish, turli fikrlarni muhokama etish va murosali qarorga kelish imkonini beradi.

Bundan tashqari, oilaviy hayotga tayyorlash jarayonida ota-onalar bilan hamkorlikni kuchaytirish lozim. Chunki oiladagi muloqot muhiti qizlarning kelajakdagi munosabatlar haqidagi tasavvurlariga bevosita ta’sir qiladi. Ota-onalarga farzandlari bilan ochiq suhbat olib borish, ularning mustaqil fikrlarini hurmat qilish, hayotiy masalalarda maslahat berish va psixologik qo‘llab-quvvatlashning ahamiyatini tushuntirish zarur.

Mahalla, ta’lim muassasasi va oila hamkorligida tashkil etiladigan ma’naviy-ma’rifiy tadbirlar ham mazkur jarayonning samaradorligini oshiradi. Bunda oilaviy hayotga tayyorgarlik faqatgina qizlarga yuklatiladigan vazifa sifatida emas, balki bo‘lajak oilaning har ikki tomoniga tegishli mas’uliyat va o‘zaro hamkorlik jarayoni sifatida talqin etilishi lozim.

Shuni ham alohida ta’kidlash kerakki, oilaviy hayotga tayyorgarlik tushunchasini faqatgina qizlarning kelinlik vazifalariga moslashishi bilan cheklash to‘g‘ri emas. Aksincha, ularning shaxsiy mustaqilligi, huquqiy savodxonligi, kasbiy rivojlanishi, o‘z qadr-qimmatini anglash darajasi, sog‘lom shaxsiy chegaralarni belgilay olishi va teng huquqli oilaviy munosabatlarni shakllantirish qobiliyatini rivojlantirish ham ushbu jarayonning muhim tarkibiy qismlaridir.

Demak, talaba qizlarda oilaviy hayotga kommunikativ tayyorgarlikni shakllantirish uzluksiz, tizimli va ko‘p omilli jarayon bo‘lib, unda oilaviy tarbiya, oliy ta’lim, ijtimoiy muhit va shaxsiy faollik o‘zaro uyg‘unlashishi zarur.

XULOSA

Talaba qizlarda oilaviy hayotga kommunikativ tayyorgarlikni shakllantirishning psixologik xususiyatlarini o‘rganish asosida quyidagi xulosalarga kelindi:

1. Oilaviy hayotga kommunikativ tayyorgarlik shaxsning psixologik yetukligi, muloqot madaniyati, hissiy barqarorligi, empatiyasi va o‘zaro munosabatlarga mas’uliyat bilan yondashish qobiliyatlari bilan belgilanadi. Shu sababli mazkur tayyorgarlikni faqat nazariy bilimlar bilan cheklab bo‘lmaydi, balki amaliy kommunikativ ko‘nikmalar bilan mustahkamlash lozim.

2. Talaba qizlarning oilaviy hayot haqidagi tasavvurlari, qadriyatlar tizimi, oilaviy muhitda egallagan tajribasi va mustaqil qaror qabul qilish qobiliyati ularning kelajakdagi oilaviy munosabatlariga ta’sir ko‘rsatuvchi muhim psixologik omillar hisoblanadi.

3. Samarali muloqotning asosiy tarkibiy qismlari bo‘lgan faol tinglash, empatiya, o‘z fikrini aniq ifodalash, hissiyotlarni boshqarish va nizoli vaziyatlarni konstruktiv hal etish ko‘nikmalarini rivojlantirish oilaviy munosabatlarda o‘zaro tushunish va ishonchni mustahkamlashga xizmat qiladi.

4. Oilaviy hayotga tayyorgarlik jarayonida milliy oilaviy qadriyatlar va zamonaviy psixologik yondashuvlarni uyg‘unlashtirish muhimdir. Bunda o‘zaro hurmat,

mehr-oqibat, hamjihatlik, teng huquqlilik, shaxsiy mas’uliyat va mustaqil fikrlash tamoyillariga alohida e’tibor qaratilishi lozim.

5. Oliy ta’lim muassasalarida talaba qizlarning kommunikativ tayyorgarligini rivojlantirishga qaratilgan maxsus psixologik mashg‘ulotlar, treninglar, rolli o‘yinlar va muammoli vaziyatlar tahlilini tizimli tashkil etish maqsadga muvofiq.

6. Oilaviy hayotga tayyorlashda oila, oliy ta’lim muassasasi va mahalla hamkorligini kuchaytirish, ota-onalarning psixologik savodxonligini oshirish hamda yoshlarning oilaviy munosabatlarga oid bilimlarini boyitish zarur.

Yuqoridagi xulosalardan kelib chiqib, talaba qizlarda oilaviy hayotga kommunikativ tayyorgarlikni shakllantirish bo‘yicha quyidagi amaliy takliflarni ilgari surish mumkin:

Oliy ta’lim muassasalarida “Oilaviy hayot psixologiyasi va samarali muloqot” mavzusida maxsus trening mashg‘ulotlarini tashkil etish.

Talaba qizlarda empatiya, faol tinglash, hissiy o‘zini boshqarish va nizolarni konstruktiv hal etish ko‘nikmalarini rivojlantiruvchi psixologik dasturlarni ishlab chiqish.

Oilaviy munosabatlarda uchraydigan real hayotiy vaziyatlarni tahlil qilish orqali talabalarning muammoli vaziyatlarda mustaqil va oqilona qaror qabul qilish qobiliyatini rivojlantirish.

Ota-onalar ishtirokida oilaviy muloqot madaniyati, farzandlarning mustaqilligi va psixologik qo‘llab-quvvatlash masalalariga bag‘ishlangan seminarlar o‘tkazish.

Talaba qizlarning oilaviy hayotga tayyorgarlik darajasini aniqlash va rivojlanish dinamikasini baholashga xizmat qiluvchi psixodiagnostik vositalardan foydalanish.

Xulosa qilib aytganda, talaba qizlarda oilaviy hayotga kommunikativ tayyorgarlikni shakllantirish kelajakdagi oilaviy munosabatlarning sog‘lom psixologik asoslarini yaratishda muhim ahamiyat kasb etadi. Yoshlarning samarali muloqot ko‘nikmalariga ega bo‘lishi, o‘zaro hurmat va ishonchga asoslangan munosabatlarni shakllantira olishi, shuningdek, turli hayotiy vaziyatlarda oqilona qaror qabul qilishi mustahkam va farovon oilalarni barpo etishning muhim shartlaridan biridir.

Foydalanilgan adabiyotlar:

1. Mirziyoyev Sh.M. Tanqidiy tahlil, qat’iy tartib-intizom va shaxsiy javobgarlik – har bir rahbar faoliyatining kundalik qoidasi bo‘lishi kerak. – Toshkent: O‘zbekiston, 2017. – 104 b.

2. Shoumarov G‘.B. Oila psixologiyasi: darslik. – Toshkent: Sharq, 2014. – 272 b.

3. Qodirov U.D. Oila mustahkamligini ta’minlashda psixologik xizmatning tutgan o‘rni // Buxoro psixologiya va xorijiy tillar instituti ilmiy axborotnomasi. – 2023. – № 2.

4. Fayziyeva M., Jabborov A. Oilaviy munosabatlar psixologiyasi. – Toshkent: Sharq, 2007. – 42 b.

5. Ismatova D.T. Oilaviy munosabatlarda emotsional zo‘riqishlarni korreksiyalashning ijtimoiy-psixologik xususiyatlari: psixologiya fanlari nomzodi ilmiy darajasini olish uchun yozilgan dissertatsiya avtoreferati. – Buxoro, 2002.

6. Karimova V.M. Yoshlarda o‘zbek oilasi to‘g‘risidagi ijtimoiy tasavvurlar. – Toshkent.

7. Karimova M.N. Oilaviy hayot ostonasida turgan qizlarda samarali muloqot ko‘nikmalarini shakllantirishning psixologik jihatlari // “Ta’lim tizimini takomillashtirishda ilg‘or xalqaro tajribalar” mavzusidagi xalqaro ilmiy-texnik anjuman materiallari. – Toshkent, 2024. – B. 970–973.

8. Андреева Г.М. Социальная психология: учебник. – Москва: Аспект Пресс, 2001.

9. Ковалев С.В. Психология современной семьи. – Москва: Просвещение, 1988.

10. Rogers C.R. On Becoming a Person: A Therapist's View of Psychotherapy. – Boston: Houghton Mifflin, 1961.

11. Rosenberg M.B. Nonviolent Communication: A Language of Life. – Encinitas: Puddle-Dancer Press, 2003.