FAN VA TA’LIM YANGILIKLARI
ILMIY-METODIK JURNAL
ISSN 3093-8694 ◆ saen.uz
2026-yil
11(1)-son

UDK: 159.9:316.6

Payziyeva Mastura Negmatullayevna,
Andijon davlat universiteti “Psixologiya va pedagogika” kafedrasi katta o‘qituvchisi

OILAVIY MUNOSABATLARNING YOSHLAR PSIXOLOGIK IMMUNITETI SHAKLLANISHIDAGI O‘RNI

Annotatsiya. Mazkur maqolada oilaviy munosabatlarning yoshlar psixologik immuniteti shakllanishidagi o‘rni ijtimoiy-psixologik nuqtayi nazardan tahlil qilingan. Oiladagi ma’naviy-ruhiy muhit, ota-ona va farzand o‘rtasidagi munosabatlar, oilaviy muloqot madaniyati, mehr-muhabbat, o‘zaro ishonch va emotsional qo‘llab-quvvatlashning yoshlar ruhiy barqarorligini rivojlantirishdagi ahamiyati yoritilgan. Shuningdek, oilaviy nizolar, emotsional beqarorlik, befarqlik va noto‘g‘ri tarbiya uslublarining yoshlarning stressga bardoshliligi, o‘z-o‘zini boshqarish qobiliyati hamda psixologik himoya mexanizmlariga ta’siri ilmiy-nazariy jihatdan ochib berilgan. Yoshlar psixologik immunitetini shakllantirishda oilaning tarbiyaviy imkoniyatlaridan samarali foydalanish, ota-onalarning psixologik savodxonligini oshirish va oilaviy muloqotni takomillashtirishga doir tavsiyalar ishlab chiqilgan.

Kalit so‘zlar: oila, oilaviy munosabatlar, yoshlar, psixologik immunitet, psixologik barqarorlik, ruhiy salomatlik, oilaviy tarbiya, ota-ona va farzand munosabatlari, emotsional qo‘llab-quvvatlash, stressga chidamlilik, psixologik himoya.

РОЛЬ СЕМЕЙНЫХ ОТНОШЕНИЙ В ФОРМИРОВАНИИ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО ИММУНИТЕТА МОЛОДЁЖИ

Аннотация. В статье с социально-психологической точки зрения анализируется роль семейных отношений в формировании психологического иммунитета молодёжи. Раскрывается значение духовно-психологического климата в семье, взаимоотношений между родителями и детьми, культуры семейного общения, любви, взаимного доверия и эмоциональной поддержки в развитии психологической устойчивости молодых людей. Также рассматривается влияние семейных конфликтов, эмоциональной нестабильности, безразличия и неправильных методов воспитания на стрессоустойчивость молодёжи, способность к саморегуляции и механизмы психологической защиты. Разработаны рекомендации по эффективному использованию воспитательного потенциала семьи, повышению психологической грамотности родителей и совершенствованию семейного общения с целью укрепления психологического иммунитета молодёжи.

Ключевые слова: семья, семейные отношения, молодёжь, психологический иммунитет, психологическая устойчивость, психическое здоровье, семейное воспитание, отношения родителей и детей, эмоциональная поддержка, стрессоустойчивость, психологическая защита.

THE ROLE OF FAMILY RELATIONSHIPS IN THE FORMATION OF PSYCHOLOGICAL IMMUNITY AMONG YOUNG PEOPLE

Abstract. This article examines the role of family relationships in the formation of psychological immunity among young people from a socio-psychological perspective. It highlights the importance of the psychological climate within the family, parent-child

relationships, family communication, love, mutual trust, and emotional support in developing young people's psychological resilience. The article also explores the influence of family conflicts, emotional instability, indifference, and inappropriate parenting styles on stress tolerance, self-regulation, and psychological defense mechanisms. Recommendations are proposed for effectively utilizing the educational potential of the family, improving parents' psychological literacy, and strengthening family communication to promote psychological immunity among young people.

Keywords: family, family relationships, young people, psychological immunity, psychological resilience, mental health, family upbringing, parent-child relationships, emotional support, stress tolerance, psychological defense.

KIRISH

Bugungi globallashuv va axborot texnologiyalari jadal rivojlanayotgan davrda yoshlarning ruhiy salomatligini muhofaza qilish, ularning mustaqil fikrlashi, turli hayotiy qiyinchiliklarga bardosh berishi hamda salbiy ijtimoiy-psixologik ta’sirlarga qarshi tura olish qobiliyatini rivojlantirish dolzarb masalalardan biri hisoblanadi. Zamonaviy jamiyatda yoshlar turli axborot oqimlari, ijtimoiy tarmoqlardagi ta’sirlar, tengdoshlar bosimi, ta’lim va kasbiy faoliyat bilan bog‘liq stressli vaziyatlarga tez-tez duch kelmoqda. Bunday sharoitda shaxsning ichki ruhiy imkoniyatlarini safarbar eta olishi, emotsional muvozanatni saqlashi va murakkab vaziyatlarda oqilona qaror qabul qilishi muhim ahamiyat kasb etadi.

Yoshlarning psixologik immunitetini shakllantirish ana shu ehtiyojlardan kelib chiqadigan muhim ijtimoiy-psixologik vazifadir. Psixologik immunitet deganda shaxsning salbiy ruhiy ta’sirlar, stress, nizoli vaziyatlar va turli ijtimoiy bosimlarga nisbatan psixologik barqarorligini saqlashi, yuzaga kelgan muammolarni oqilona hal qilishi hamda emotsional muvozanatini tiklay olish imkoniyatlari tushuniladi. Mazkur xususiyat shaxsning tug‘ma imkoniyatlari bilangina belgilanmaydi, balki uning hayotiy tajribasi, tarbiyasi, ijtimoiy muhiti va shaxslararo munosabatlari ta’sirida shakllanadi.

Ushbu jarayonda oila alohida o‘rin tutadi. Chunki oila insonning dastlabki ijtimoiylashuv muhiti bo‘lib, unda shaxsning dunyoqarashi, o‘ziga bo‘lgan munosabati, axloqiy qadriyatlari, emotsional tajribasi va muloqot ko‘nikmalari shakllanadi. Oilada hukm suradigan sog‘lom psixologik muhit yoshlarning o‘ziga ishonchi, mustaqil qaror qabul qilishi, muammoli vaziyatlarda to‘g‘ri yo‘l tanlashi va ruhiy barqarorligini saqlashiga yordam beradi. Aksincha, doimiy nizolar, befarqlik, zo‘ravonlik, haddan tashqari nazorat va emotsional qo‘llab-quvvatlashning yetishmasligi yoshlarning psixologik rivojlanishiga salbiy ta’sir ko‘rsatishi mumkin.

Shu nuqtayi nazardan, oilaviy munosabatlar va yoshlar psixologik immuniteti o‘rtasidagi o‘zaro bog‘liqlikni o‘rganish, mazkur jarayonning psixologik mexanizmlarini aniqlash hamda oilaning tarbiyaviy imkoniyatlaridan samarali foydalanish yo‘llarini ishlab chiqish ilmiy va amaliy jihatdan muhimdir.

Tadqiqotning maqsadi oilaviy munosabatlarning yoshlar psixologik immuniteti shakllanishiga ta’sir etuvchi ijtimoiy-psixologik omillarini nazariy jihatdan tahlil qilish hamda uni mustahkamlashga qaratilgan amaliy tavsiyalarni ishlab chiqishdan iborat.

MAVZU BO‘YICHA ADABIYOTLAR TAHLILI

Oilaviy munosabatlar psixologiyasi va uning shaxs rivojlanishiga ta’siri ko‘plab xorijiy olimlarning ilmiy tadqiqotlarida o‘z aksini topgan. Xususan, amerikalik psixolog Urie Bronfenbrenner tomonidan ishlab chiqilgan ekologik tizimlar nazariyasida shaxs rivojlanishi bevosita va bilvosita ijtimoiy muhitlar bilan uzviy bog‘liq holda izohlanadi. Olimning fikricha, oila bolaning rivojlanishiga bevosita ta’sir ko‘rsatuvchi muhim mikrotizim hisoblanadi. Oiladagi munosabatlar, tarbiya uslubi va kundalik muloqot shaxsning ijtimoiylashuvi hamda psixologik xususiyatlari shakllanishida muhim ahamiyat kasb etadi [2].

John Bowlby tomonidan ishlab chiqilgan bog‘lanish nazariyasida bola va ota-ona o‘rtasidagi dastlabki hissiy munosabatlarning keyingi psixologik rivojlanishga ta’siri asoslab berilgan. Muallifning ta’kidlashicha, bolalik davrida shakllangan ishonchli hissiy bog‘lanish shaxsda xavfsizlik hissi, o‘ziga ishonch va boshqalar bilan barqaror munosabat o‘rnatish imkoniyatlarini rivojlantiradi [1]. Ushbu yondashuv yoshlarning psixologik immunitetini shakllantirishda oilaviy emotsional qo‘llab-quvvatlashning ahamiyatini tushuntirishga xizmat qiladi.

Salvador Minuchinning oilaviy tizimlar nazariyasida oila o‘zaro munosabatlar orqali yaxlit faoliyat yuritadigan murakkab ijtimoiy-psixologik tizim sifatida talqin qilinadi. Mazkur yondashuvga ko‘ra, oilaning bir a’zosida yuzaga keladigan emotsional yoki xulqiy o‘zgarishlar boshqa a’zolarning holatiga ham ta’sir ko‘rsatishi mumkin [3]. Demak, oiladagi psixologik muvozanat, o‘zaro hurmat va sog‘lom muloqot barcha oila a’zolarining ruhiy farovonligini ta’minlovchi omillardan biridir.

Psixologik barqarorlik va rezilyentlik masalasini o‘rgangan Ann Masten insonning murakkab hayotiy sharoitlarga moslashishi va qiyinchiliklarni yengib o‘tish imkoniyatlarini rivojlanish jarayoni bilan bog‘laydi. Uning fikricha, rezilyentlik alohida favqulodda qobiliyat emas, balki inson hayotida mavjud bo‘lgan odatiy moslashuv mexanizmlari va ijtimoiy qo‘llab-quvvatlash tizimlari orqali namoyon bo‘ladi [4].

From Walsh oilaviy rezilyentlik masalasini tadqiq etib, oilaning qiyinchiliklarga birgalikda qarshi turishi, muammolarni hamkorlikda hal qilishi, ijobiy qadriyatlar va o‘zaro ishonchni saqlashi muhimligini ta’kidlaydi. Uning yondashuvida oilaviy munosabatlarning sifati shaxsning ruhiy barqarorligi va hayotiy qiyinchiliklarga moslashish imkoniyatlari bilan uzviy bog‘liq [5].

Zhang S. va hammualliflarining 2022-yilda olib borgan tadqiqotida oilaviy faoliyat va o‘smirlarning psixologik rezilyentligi o‘rtasidagi bog‘liqlik o‘rganilgan. Tadqiqot natijalarida oiladagi sog‘lom munosabatlar va hamkorlikka asoslangan

muhit o‘smirlarning psixologik barqarorligi bilan ijobiy bog‘liqligi ko‘rsatilgan [6].

2024-yilda BMC Psychology jurnalida e’lon qilingan tadqiqotda oilaviy muloqot, ijtimoiy qo‘llab-quvvatlash va psixologik rezilyentlik o‘rtasidagi munosabatlar tahlil qilingan. Unda oilaviy muloqotning ijobiy xususiyatlari va ijtimoiy qo‘llab-quvvatlashning psixologik barqarorlik bilan bog‘liqligi yoritilgan [7].

2025-yilda BMC Public Health jurnalida chop etilgan tadqiqotda Xitoyning Chengdu hududidagi 7937 nafar o‘quvchi ishtirokida oilaviy faoliyat, psixologik rezilyentlik va emotsional kompetensiya o‘rtasidagi munosabatlar o‘rganilgan. Tadqiqot natijalari oilaviy faoliyatning sifat ko‘rsatkichlari yoshlarning emotsional kompetensiyasi va psixologik barqarorligi bilan bog‘liq ekanini ko‘rsatgan [8].

Yuqoridagi ilmiy qarashlar va tadqiqotlar tahlili oilaviy munosabatlarning yoshlar psixologik immuniteti shakllanishidagi ahamiyatini asoslashga xizmat qiladi. Shu bilan birga, psixologik immunitetni faqat stressga chidamlilik bilan cheklab bo‘lmaydi. U shaxsning o‘z emotsiyalarini boshqarishi, mustaqil fikrlashi, ijtimoiy bosimlarga nisbatan tanqidiy munosabat bildira olishi va murakkab vaziyatlarda ichki ruhiy resurslaridan foydalanish qobiliyatlarini ham qamrab oladi.

METODOLOGIYA

Mazkur maqolada oilaviy munosabatlarning yoshlar psixologik immuniteti shakllanishiga ta’sirini o‘rganishda nazariy-tahliliy yondashuv asos qilib olindi. Tadqiqot jarayonida psixologik adabiyotlarni o‘rganish, ilmiy manbalarni qiyosiy tahlil qilish, umumlashtirish, tizimlashtirish va nazariy xulosalar chiqarish metodlaridan foydalanildi.

Tadqiqotning metodologik asosini U. Bronfenbrennerning ekologik tizimlar nazariyasi, J. Bowlbyning bog‘lanish nazariyasi, S. Minuchinning oilaviy tizimlar yondashuvi hamda A. Mastenning psixologik rezilyentlikka oid ilmiy qarashlari tashkil etadi. Ushbu nazariyalar oilani shaxs rivojlanishining muhim ijtimoiy-psixologik muhiti sifatida o‘rganish, oilaviy munosabatlarning yoshlar ruhiy barqarorligiga ta’sirini izohlash imkonini beradi.

Tahlil jarayonida oilaviy munosabatlarning quyidagi asosiy tarkibiy jihatlariga e’tibor qaratildi: oiladagi emotsional muhit, ota-ona va farzand o‘rtasidagi muloqot, tarbiya uslublari, oilaviy nizolarni hal qilish madaniyati, o‘zaro ishonch va ijtimoiy qo‘llab-quvvatlash. Shuningdek, mazkur omillarning yoshlarning o‘z-o‘zini baholashi, emotsional o‘zini boshqarishi, stressga bardoshliligi va muammolarni mustaqil hal etish qobiliyatiga ta’siri nazariy jihatdan tahlil qilindi.

Maqola nazariy-tahliliy xususiyatga ega bo‘lib, unda mustaqil empirik tajriba yoki respondentlar ishtirokidagi so‘rovnoma natijalari keltirilmagan. Xulosalar o‘rganilgan ilmiy manbalar va mavjud nazariy yondashuvlarni umumlashtirish asosida shakllantirildi.

NATIJALAR

O‘rganilgan ilmiy manbalar va nazariy qarashlar tahlili oilaviy munosabatlarning yoshlar psixologik immuniteti shakllanishiga bir nechta muhim yo‘nalishlar orqali ta’sir ko‘rsatishini aniqlash imkonini berdi.

Birinchidan, oiladagi emotsional muhit yoshlarning psixologik barqarorligi uchun muhim asos hisoblanadi. Oilada mehr-muhabbat, o‘zaro hurmat, samimiylik va ishonch mavjud bo‘lsa, yoshlar o‘z fikrlarini erkin ifodalash, xatolarini tan olish va muammolarini yaqinlari bilan muhokama qilish imkoniyatiga ega bo‘ladilar. Emotsional jihatdan qo‘llab-quvvatlangan yoshlar muvaffaqiyatsizliklarni hayotiy tajriba sifatida qabul qilishga, qiyinchiliklardan so‘ng o‘z faoliyatini qayta tiklashga ko‘proq moyil bo‘ladilar.

Ikkinchidan, ota-ona va farzand o‘rtasidagi muloqot psixologik immunitetning shakllanishida muhim o‘rin egallaydi. Ota-onaning farzandini diqqat bilan tinglashi, uning fikrlarini hurmat qilishi, muammolariga befarq bo‘lmasligi va hayotiy tajribasi bilan o‘rtoqlashishi yoshlarning o‘ziga bo‘lgan ishonchini mustahkamlaydi. Ayniqsa, o‘smirlik va yoshlik davrida mustaqillikka intilish kuchaygani sababli ota-onalar farzandlari bilan buyruq va taqiqlarga emas, balki tushuntirish, maslahat va hamkorlikka asoslangan munosabatlarni yo‘lga qo‘yishlari muhimdir.

Uchinchidan, oiladagi tarbiya uslubi yoshlarning shaxsiy va ijtimoiy sifatlariga bevosita ta’sir ko‘rsatadi. Demokratik va hamkorlikka asoslangan tarbiya uslubi mustaqil fikrlash, mas’uliyatni his qilish va o‘z xatti-harakatlarini nazorat qilish qobiliyatlarini rivojlantiradi. Haddan tashqari avtoritar tarbiya ayrim holatlarda qo‘rquv, ishonchsizlik, o‘z fikrini bildirishdan cho‘chish va tashqi bosimga qaramlikni yuzaga keltirishi mumkin. Farzandga nisbatan befarq munosabat esa uning emotsional xavfsizlik hissiga salbiy ta’sir ko‘rsatadi.

To‘rtinchidan, oilaviy nizolarni hal etish madaniyati yoshlarning psixologik immuniteti shakllanishida muhim ahamiyatga ega. Har qanday oilada kelishmovchiliklar yuzaga kelishi tabiiy, biroq ularni hal qilish usuli oiladagi psixologik muhitni belgilaydi. Agar nizolar o‘zaro muloqot, murosaga kelish va bir-birini tushunish orqali hal qilinsa, yoshlar ham nizoli vaziyatlarda konstruktiv xulq-atvor ko‘nikmalarini egallaydilar. Aksincha, doimiy janjal, haqorat, tahdid va zo‘ravonlik muhitida yashash xavotirlanish darajasining ortishiga hamda ruhiy barqarorlikning pasayishiga sabab bo‘lishi mumkin.

Beshinchidan, oilaviy qadriyatlar va ijtimoiy qo‘llab-quvvatlash yoshlarning hayotiy qiyinchiliklarni yengib o‘tishida ma’naviy tayanch vazifasini bajaradi. O‘zbek oilalariga xos kattalarga hurmat, kichiklarga izzat, mehr-oqibat, hamjihatlik, mas’uliyat va o‘zaro yordam kabi qadriyatlar yoshlarning ijtimoiy munosabatlarda o‘z o‘rnini topishi, jamiyat talablariga moslashishi va murakkab vaziyatlarda ruhiy tayanchga ega bo‘lishiga xizmat qiladi.

Tahlillar asosida yoshlar psixologik immunitetining shakllanishida quyidagi psixologik mexanizmlar muhim ekanligi aniqlandi:

Emotsional xavfsizlik hissi — oila a’zolari tomonidan qabul qilinish, tushunilish va qo‘llab-quvvatlanish natijasida shakllanadi.

Ijobiy o‘z-o‘zini baholash — ota-onaning farzand yutuqlarini e’tirof etishi, uning shaxsiy xususiyatlarini hurmat qilishi va kamchiliklarini kamsitmasdan tushuntirishi orqali rivojlanadi.

Muammolarni hal qilish ko‘nikmasi — yoshlarni mustaqil qaror qabul qilishga o‘rgatish, muammolarni tahlil qilishga undash va xatolardan xulosa chiqarishga yordam berish orqali shakllanadi.

Emotsional o‘zini boshqarish — ota-onalarning o‘z his-tuyg‘ularini nazorat qilishi, nizoli vaziyatlarda vazmin munosabatda bo‘lishi va farzandlariga ijobiy namuna ko‘rsatishi orqali rivojlanadi.

Ijtimoiy moslashuvchanlik — oiladagi sog‘lom muloqot, o‘zaro yordam va ijtimoiy munosabatlar tajribasi asosida takomillashadi.

Shuningdek, tahlillar oilaviy munosabatlarning yoshlar psixologik immunitetiga ta’siri faqat ota-onaning farzandga bo‘lgan munosabati bilan cheklanmasligini ko‘rsatadi. Bunda oiladagi umumiy psixologik muhit, ota-onalarning o‘zaro munosabatlari, oilaviy qadriyatlarning amalda namoyon bo‘lishi va har bir a’zoning hissiy ehtiyojlariga e’tibor qaratilishi ham muhim o‘rin tutadi.

MUHOKAMA

Oilaviy munosabatlarning yoshlar psixologik immunitetiga ta’sirini tahlil qilish ushbu jarayonning murakkab va ko‘p omilli xususiyatga ega ekanini ko‘rsatadi. Oiladagi sog‘lom psixologik muhit yoshlarning emotsional ehtiyojlarini qondirish, o‘ziga ishonchini mustahkamlash, ijtimoiy munosabatlarda faol bo‘lish va stressli vaziyatlarga moslashish imkoniyatlarini kengaytiradi. Shu bilan birga, oilaviy munosabatlarning samaradorligi faqat ota-onaning farzandiga ko‘rsatadigan e’tibori bilan belgilanmaydi. Bunda oila a’zolarining o‘zaro hurmati, oiladagi psixologik muvozanat, ota-onalarning shaxsiy namunasi va oilaviy qadriyatlarning kundalik hayotda namoyon bo‘lishi ham muhim ahamiyatga ega.

J. Bowlbyning bog‘lanish nazariyasi nuqtayi nazaridan qaralganda, bolalik davrida shakllangan ishonchli hissiy munosabatlar keyingi yosh davrlarida shaxsning o‘ziga va atrofdagilarga bo‘lgan munosabatini belgilashda muhim omil bo‘lib xizmat qiladi. Ota-ona tomonidan muntazam ravishda ko‘rsatiladigan mehr va qo‘llab-quvvatlash yoshlarning o‘zini xavfsiz his etishiga, qiyinchiliklarga nisbatan faol munosabat bildirishiga yordam beradi.

U. Bronfenbrennerning ekologik tizimlar nazariyasi esa yoshlar rivojlanishini faqat individual xususiyatlar bilan izohlash mumkin emasligini ko‘rsatadi. Oila, ta’lim muassasasi, tengdoshlar guruhi va keng ijtimoiy muhit o‘zaro ta’sirda bo‘lib, shaxsning psixologik rivojlanishiga ta’sir ko‘rsatadi. Shu sababli yoshlar

psixologik immunitetini shakllantirishda oilaning ta’lim muassasalari va mahalla bilan hamkorligini kuchaytirish maqsadga muvofiqdir.

Alohida ta’kidlash lozimki, psixologik immunitet tushunchasi psixologik rezilyentlik bilan mazmunan yaqin bo‘lsa-da, ular aynan bir xil tushunchalar emas. Psixologik rezilyentlik insonning qiyinchiliklar sharoitida moslashishi va ruhiy muvozanatini qayta tiklash imkoniyatlarini ifodalaydi. Psixologik immunitet esa kengroq mazmunda salbiy psixologik ta’sirlarga qarshi turish, ichki ruhiy resurslardan foydalanish, mustaqil fikrlash va psixologik barqarorlikni saqlash imkoniyatlarini qamrab oladi.

Oilaviy munosabatlarning yoshlar psixologik immunitetiga ta’sirini kuchaytirish uchun bir qator ijtimoiy-psixologik yo‘nalishlarga e’tibor qaratish lozim. Jumladan, ota-onalarning psixologik savodxonligini oshirish, oilada ochiq va samimiy muloqotni yo‘lga qo‘yish, yoshlarning mustaqil fikrlashi va mas’uliyatini qo‘llab-quvvatlash muhim hisoblanadi. Shuningdek, yoshlarni stressli vaziyatlarda o‘z emotsiyalarini boshqarish, muammolarni tahlil qilish va oqilona qaror qabul qilishga o‘rgatish zarur.

Mazkur yo‘nalishda quyidagi amaliy tavsiyalarni ilgari surish mumkin:

Ota-onalar uchun oilaviy muloqot, yosh davrlari psixologiyasi va farzand tarbiyasiga oid muntazam psixologik-ma’rifiy mashg‘ulotlar tashkil etish.

Oilalarda haftalik ochiq suhbatlar va umumiy muhokamalarni yo‘lga qo‘yish orqali oila a’zolari o‘rtasidagi ishonchni mustahkamlash.

Yoshlar orasida stressni boshqarish, o‘z-o‘zini anglash va emotsional intellektni rivojlantirishga qaratilgan psixologik treninglarni tashkil etish.

Ta’lim muassasalarida psixologik profilaktika va maslahat xizmatlarini takomillashtirish.

Oilaviy nizolar mavjud bo‘lgan holatlarda malakali mutaxassislar tomonidan psixologik maslahat va zarur hollarda oilaviy psixoterapiya xizmatlarini yo‘lga qo‘yish.

Yoshlarning mustaqil fikrlashi, shaxsiy mas’uliyati va hayotiy muammolarni mustaqil hal etish ko‘nikmalarini rivojlantirish uchun oilada zarur sharoit yaratish.

Oila, ta’lim muassasasi va mahalla o‘rtasidagi hamkorlikni kuchaytirish orqali yoshlarni qo‘llab-quvvatlashning yaxlit ijtimoiy-psixologik tizimini shakllantirish.

Shunday qilib, oilaviy munosabatlar yoshlarning psixologik immunitetini shakllantirishda muhim ijtimoiy-psixologik omil bo‘lib, uning samaradorligi oiladagi emotsional muhit, muloqot sifati, tarbiya uslubi va o‘zaro qo‘llab-quvvatlash darajasiga bog‘liq. Bu jarayonda oilaning tarbiyaviy imkoniyatlaridan tizimli foydalanish yoshlarning nafaqat ruhiy barqarorligini, balki ularning ijtimoiy faolligi va shaxsiy mas’uliyatini ham rivojlantirishga xizmat qiladi.

XULOSA

Oilaviy munosabatlarning yoshlar psixologik immuniteti shakllanishidagi o‘rnini nazariy jihatdan tahlil qilish asosida quyidagi xulosalarga kelindi.

Birinchidan, oila yoshlar psixologik immunitetining shakllanishida asosiy ijtimoiy-psixologik muhitlardan biri hisoblanadi. Oiladagi sog‘lom munosabatlar yoshlarning ruhiy barqarorligi, o‘ziga ishonchi va ijtimoiy moslashuviga ijobiy ta’sir ko‘rsatadi.

Ikkinchidan, ota-ona va farzand o‘rtasidagi ishonchli, samimiy va ochiq muloqot yoshlarning emotsional muvozanatini saqlash, o‘z fikrini erkin ifodalash va muammolarini mustaqil hal etish qobiliyatini rivojlantiradi.

Uchinchidan, oilada mehr-muhabbat, o‘zaro hurmat, ishonch va emotsional qo‘llab-quvvatlashning mavjudligi yoshlarning psixologik xavfsizlik hissini mustahkamlaydi. Aksincha, doimiy nizolar, befarqlik va zo‘ravonlik holatlari ularning ruhiy barqarorligiga salbiy ta’sir ko‘rsatishi mumkin.

To‘rtinchidan, demokratik va hamkorlikka asoslangan tarbiya uslubi yoshlarning mustaqil fikrlashi, mas’uliyatni his qilishi, o‘z xatti-harakatlarini boshqarishi va muammoli vaziyatlarda oqilona qaror qabul qilish imkoniyatlarini kengaytiradi.

Beshinchidan, ota-onalarning psixologik savodxonligi va tarbiyaviy kompetensiyasi yoshlar psixologik immunitetini mustahkamlashning muhim shartlaridan biridir. Shu sababli ota-onalarning farzandlar psixologik xususiyatlari, yosh davrlariga xos o‘zgarishlar va samarali muloqot usullari bo‘yicha bilimlarini oshirish zarur.

Oltinchidan, yoshlar psixologik immunitetini rivojlantirishda oila, ta’lim muassasasi, mahalla va psixologik xizmat tizimining o‘zaro hamkorligi muhim ahamiyat kasb etadi.

Umuman olganda, oilaviy munosabatlar yoshlar psixologik immunitetini shakllantiruvchi muhim omillardan biri bo‘lib, sog‘lom oilaviy muhit, o‘zaro ishonch, mehr-muhabbat va psixologik qo‘llab-quvvatlash barkamol, ruhiy jihatdan barqaror hamda ijtimoiy faol avlodni tarbiyalashning muhim shartidir. Yoshlarning psixologik immunitetini mustahkamlash oilaviy tarbiyaning mazmuni va sifatini takomillashtirish, ota-onalarning psixologik madaniyatini rivojlantirish hamda sog‘lom oilaviy munosabatlarni qaror toptirish bilan chambarchas bog‘liq.

Foydalanilgan adabiyotlar:

1. Bowlby J. A Secure Base: Parent-Child Attachment and Healthy Human Development. – New York: Basic Books, 1988.

2. Bronfenbrenner U. The Ecology of Human Development: Experiments by Nature and Design. – Cambridge, MA: Harvard University Press, 1979.

3. Minuchin S. Families and Family Therapy. – Cambridge, MA: Harvard University Press, 1974.

4. Masten A. S. Ordinary Magic: Resilience Processes in Development // American Psychologist. – 2001. – Vol. 56, No. 3. – P. 227–238.

5. Walsh F. Strengthening Family Resilience. – 3rd ed. – New York: Guilford Press, 2016.

6. Zhang S., Cai X., Deng X., Zhao X. The Relationship Between Family Functioning and Psychological Resilience of Adolescents: A Moderated Mediation Model // Studies of Psychology and Behavior. – 2022. – Vol. 20, No. 2. – P. 204–211.

7. Zhang Y. The Relationship Between Family Communication and Family Resilience in Chinese Parents of Depressed Adolescents: A Serial Multiple Mediation of Social Support and Psychological Resilience // BMC Psychology. – 2024. – Vol. 12. – Article 33.

8. Associations between family functioning, psychological resilience, and emotional competence among primary and secondary school students in Chengdu, Sichuan Province: An exploratory study using structural equation modeling // BMC Public Health. – 2025. – Vol. 25. – Article 3278.