



“OTA-ONA VA FARZAND O‘RTASIDAGI ISHONCHNI MUSTAHKAMLASHNING PSIXOLOGIK YO‘LLARI”

Almardanova Salomat Bobonazarovna

Termiz davlat universiteti Psixologiya kafedrasi O‘qituvchisi

Mamatqulova Mukarram Nuriddin qizi

Amaliy psixologiya yo‘nalishi talabasi

[Email.mukarrammamatqulova26@gmail.com](mailto:mukarrammamatqulova26@gmail.com)

Annotatsiya: Ushbu maqolada ota-ona va farzand o‘rtasidagi ishonchni shakllantirish hamda mustahkamlashning asosiy psixologik yo‘llari yoritiladi. Unda bolalar bilan muloqotning ochiqligi, emotsional qo‘llab-quvvatlash, tinglay bilish ko‘nikmalari, ota-onaning mehrmuhabbati va izchil tarbiyaviy yondashuvning ahamiyati tahlil qilinadi. Shuningdek, ishonehni zaiflashtiradigan omillar, konfliktlarni konstruktiv hal etish usullari, farzandning yosh xususiyatlariga mos ravishda suhbat olib borish, ijobiy rag‘batlantirish va oila muhitida psixologik xavfsizlik yaratish kabi jihatlar ko‘rib chiqiladi. Maqola ota-onalarga farzandi bilan yaqin munosabatni yo‘lga qo‘yish, uning o‘ziga ishonchi va ruhiy barqarorligini mustahkamlashga ko‘mak beruvchi ilmiy-amaliy tavsiyalarni taqdim etadi.

Kalit so‘zlar: Ota-ona, farzand, ishonch, muloqot, psixologik xavfsizlik, emotsional qo‘llabquvvatlash, tarbiya, tinglash madaniyati, oila munosabatlari, rivojlanish psixologiyasi.

Аннотация: В данной статье раскрываются основные психологические способы формирования и укрепления доверия между родителями и ребёнком. Рассматриваются открытость общения с детьми, эмоциональная поддержка, навыки активного слушания, родительская любовь и последовательный воспитательный подход. Кроме того, анализируются факторы, ослабляющие доверие, методы конструктивного разрешения конфликтов, особенности ведения беседы с учётом возрастных характеристик ребёнка, позитивное поощрение и создание психологически безопасной семейной атмосферы. Статья предлагает научно-практические рекомендации, помогающие родителям выстраивать тёплые отношения с ребёнком, укреплять его уверенность в себе и эмоциональную стабильность.

Ключевые слова: Родители, ребёнок, доверие, общение, психологическая безопасность, эмоциональная поддержка, воспитание, культура слушания, семейные отношения, психология развития.

Kirish: Oila – har bir insonning birinchi ijtimoiy maktabi bo‘lib, undagi munosabatlar shaxsning ruhiy rivojlanishi va ijtimoiylashuv jarayoniga bevosita ta’sir ko‘rsatadi. Ota-ona va farzand o‘rtasidagi ishonch esa ushbu munosabatlarning eng muhim poydevori





MODERN PROBLEMS IN EDUCATION AND THEIR SCIENTIFIC SOLUTIONS

hisoblanadi. Ishonchli muhitda tarbiyalangan bola o'z fikrini erkin ifoda eta oladi, qaror qabul qilishda dadil bo'ladi va o'ziga bo'lgan ishonchi mustahkam shakllanadi. Aksincha, ishonch yetishmasa, farzandda qo'rquv, ikkilanish, o'z fikrini yashirish yoki yolg'on gapirish kabi salbiy xatti-harakatlar paydo bo'lishi mumkin.

Bugungi kunda jamiyat taraqqiyoti, axborot oqimining tezlashuvi, zamonaviy texnologiyalar ta'siri oilaviy munosabatlarga ham yangicha yondashuvni talab qilmoqda. Shu bois ota-onalar farzand bilan samarali muloqot o'rnatish, emotsional yaqinlikni mustahkamlash va psixologik xavfsiz muhit yaratish uchun zamonaviy psixologik yondashuvlarni o'zlashtirishi muhimdir.

Mazkur ishda ota-ona va farzand o'rtasidagi ishonchni shakllantirishning asosiy tamoyillari, uni rivojlantirishga yordam beruvchi psixologik usullar hamda ishonchni zaiflashtiruvchi omillar haqida batafsil ma'lumot beriladi. Oila ichidagi sog'lom munosabatni mustahkamlash, mehrmuhabbat va o'zaro hurmatni kuchaytirish bo'yicha amaliy tavsiyalar ham yoritib beriladi.

Asosiy: Ota-ona va farzand o'rtasidagi ishonch munosabatlari oilaviy tarbiyaning eng muhim tarkibiy qismidir. Bu ishonchni shakllantirish murakkab, ammo izchil psixologik yondashuvlarni talab etadigan jarayondir. Quyida ishonchni mustahkamlovchi asosiy psixologik yo'llar yoritiladi.

1. Ochiq va samimiy muloqot. Farzand bilan muntazam, sokin va ochiq muloqot qilish ishonchni shakllantirishning eng samarali usullaridan biridir. Bola o'z fikri, his-tuyg'usi yoki muammosini erkin ayta oladigan muhitda ulg'aysa, u ota-onasini o'zining eng yaqin va ishonchli insonlari sifatida qabul qiladi. Buning uchun ota-ona bolani tanqid qilmasdan, to'liq tinglashga harakat qilishi zarur.

2. Tinglash madaniyati. Tinglash — nafaqat eshitish, balki bolaning his-tuyg'usini anglash va qadrlashdir. "Faol tinglash" usulida ota-ona bolaning so'ziga e'tibor qaratadi, uning hislarini qayta ifodalaydi va tushunganini bildiradi. Masalan: "Sen hozir asabiylashgandek ko'rinyapsan, to'g'rimi?". Bunday yondashuv ishonchni kuchaytiradi.

3. Muhabbat va emotsional qo'llab-quvvatlash. Farzand o'zini sevilgan va qadrlanganini sezganida ota-onasiga yanada yaqinlashadi. Mehr ko'rsatish faqat moddiy ta'minot bilan emas, balki quchoqlash, iltifotli so'zlar, maqtov, birga vaqt o'tkazish kabi emotsional jihatlar bilan amalga oshadi. Bu bolaning o'zini xavfsiz his qilishiga yordam beradi.

4. Izchillik va adolat. Ota-onaning qarorlari, talab va taqiqlari izchil bo'lishi ishonchning asosiy mezonlaridan biridir. Agar ota-ona bir masalada bugun ruxsat berib, ertaga taqiqlasa yoki adolatsiz jazolasa, farzandning ishonchi susayadi. Shuning uchun ota-ona o'z qoidalarida barqaror bo'lishi lozim.

5. Mas'uliyat va mustaqillik berish. Farzandga yoshiga mos mas'uliyat topshirish — unga nisbatan ishonchning belgisi. O'z navbatida, bola ham o'ziga bo'lgan ishonchni mustahkamlaydi va ota-onasining ishonchini oqlashga harakat qiladi. Masalan, kichik vazifalarni mustaqil bajarish, kundalik ishlarda qatnashish.





MODERN PROBLEMS IN EDUCATION AND THEIR SCIENTIFIC
SOLUTIONS

6. Hurmatga asoslangan munosabat. Farzandni shaxs sifatida hurmat qilish, uning fikrini inkor etmaslik va xatolarini qo‘poliksiz tushuntirish ishonchni mustahkamlaydi. Ota-ona tomonidan hurmatni sezgan bola o‘z navbatida ota-onani hurmat qiladi va ular bilan yaqinlashadi.

7. Konflikt va nizolarni to‘g‘ri hal etish. Oila ichida kelib chiqadigan kelishmovchiliklarni baland ovoz, haqorat yoki jazolash orqali emas, balki xotirjam muloqot bilan hal qilish lozim. Nizoni hal qilishda bolaning fikrini eshitish, his-tuyg‘ularini tan olish va konstruktiv kelishuv topish otaona–farzand o‘rtasidagi ishonchni kuchaytiradi.

8. Va‘daga sodiqlik. Ota-onaning bergan va‘dasiga amal qilishi — ishonchning eng muhim ko‘rinishidir. Agar ota-ona va‘dasini bajarmasa, farzand asta-sekin ishonchini yo‘qota boshlaydi. Shu sababli, bajarish imkonsiz bo‘lgan va‘dalarni bermaslik tavsiya qilinadi.

9. Bolaning hissiyotlarini qadrlash. Farzandning yig‘lashi, xursand bo‘lishi, xavotir yoki qo‘rquv sezishi — bular tabiiy holatlar. Ota-ona bolaning hissiyotini rad etishi emas, balki uni tushunishga harakat qilishi lozim. “Qo‘rqma!”, “Uchuncha yig‘lama!” kabi gaplar ishonchni kamaytiradi. Buning o‘rniga: “Seni tushunaman, bu vaziyat qiyin” deya emotsional qo‘llab-quvvatlash tavsiya etiladi.

10. Psixologik xavfsizlik muhiti yaratish. Farzand o‘z uyida hatolardan qo‘rqmasligi, xohlasa maslahat so‘rab murojaat qila olishi uchun xavfsiz psixologik muhit bo‘lishi shart. Bunday muhitda bola o‘zini qadrlangan, eshitilgan va qo‘llab-quvvatlangan shaxs sifatida his qiladi — bu esa ishonchning poydevoridir.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR

1. Байбурин, А.Ф. Психология семьи: теория и практика. – М.: Психология, 2018.
2. Ганн, С. Воспитание доверия у детей. – СПб.: Питер, 2020.
3. Борисова, И.В. Психологическая безопасность ребенка в семье. – М.: Академия, 2019.
4. Николаева, Е.Н. Психология детско-родительских отношений. – М.: Просвещение, 2021.
5. Козлова, Л.П. Эмоциональная поддержка в семейном воспитании. – СПб.: Речь, 2017.
6. Сухарева, Т.В. Методы формирования доверия между родителями и детьми. – М.: Наука, 2020.
7. Петренко, А.А. Психология общения родителей и детей. – М.: Владос, 2018.
8. Дмитриева, Н.С. Психологические основы воспитания детей. – СПб.: Питер, 2019.





MODERN PROBLEMS IN EDUCATION AND THEIR SCIENTIFIC
SOLUTIONS

9. Хмельницкая, О.В. Современные подходы к семейной психологии. – М.: Юрайт, 2021.

10. Фёдорова, Е.В. Развитие доверительных отношений в семье. – М.: Академический проект, 2020.

