

IKKI MILLATLI OILALARDA PSIXOLOGIK MOSLASHUVNI RIVOJLANTIRISHNING NAZARIY VA AMALIY ASOSLARI

Roziqova Malika Olim qizi
Namangan davlat pedagogika instituti

DOI: <https://doi.org/10.5281/zenodo.21898608>

Аннотация. Ushbu maqolada ikki millatli oilalarda psixologik moslashuvni rivojlantirishning nazariy va amaliy asoslari tahlil qilinadi. Ikki millatli oilalarda psixologik moslashuvga ta'sir qiluvchi omillar, madaniy qadriyatlar farqi, kommunikativ kompetensiya, empatiya, oilaviy rollarni kelishish va hissiy yaqinlik tahlil qilinadi. Maqolada madaniyatlararo muloqot ko'nikmalarini oshirish, empatiyani rivojlantirish, oilaviy rollarni muvofiqlashtirish va umumiy qadriyatlarni shakllantirishga yo'naltirilgan kompleks psixologik yondashuv tavsiya etiladi.

Калит so'zlar: ikki millatli oila, moslashuv, akkulturratsiya, madaniyatlararo muloqot, tolerantlik, empatiya, nikoh barqarorligi, hissiy yaqinlik.

Аннотация. В данной статье анализируются теоретические и практические основы развития психологической адаптации в биэтнических семьях. Рассматриваются факторы, влияющие на психологическую адаптацию в биэтнических семьях, различия в культурных ценностях, коммуникативная компетентность, эмпатия, координация семейных ролей и эмоциональная близость. В статье рекомендуется комплексный психологический подход, направленный на улучшение навыков межкультурной коммуникации, развитие эмпатии, координацию семейных ролей и формирование общих ценностей.

Ключевые слова: биэтническая семья, адаптация, аккультурация, межкультурная коммуникация, толерантность, эмпатия, стабильность брака, эмоциональная близость.

Abstract. This article analyzes the theoretical and practical foundations of the development of psychological adaptation in biethnic families. Factors affecting psychological adaptation in biethnic families, differences in cultural values, communicative competence, empathy, coordination of family roles, and emotional closeness are analyzed. The article recommends a comprehensive psychological approach aimed at improving intercultural communication skills, developing empathy, coordinating family roles, and forming common values.

Keywords: biethnic family, adaptation, acculturation, intercultural communication, tolerance, empathy, marital stability, emotional closeness.

Hozirgi kunda jahonda madaniyatlararo aloqalar va millatlararo munosabatlar ijtimoiy amaliyotda keng tarqalgan bo'lib, buning natijasida etnik aralash nikohlar soni ortib bormoqda. Ijtimoiy tarmoqlarning rivojlanishi, migratsiya oqimining kuchayishi hamda, ayniqsa, yoshlar ta'limi uchun dunyo eshiklarining ochiqligi nafaqat jahonda, balki mamlakatimizda ham millatlararo nikohlarning ortib borayotganini kuzatishimiz mumkin [9].

Psixologik moslashuv — bu er-xotinning o'zaro tushunishi, hissiy yaqinligi va oilaviy barqarorligini ta'minlashga xizmat qiluvchi ko'p qirrali, murakkab psixologik jarayon [1; 2]. Ikki millatli oilalarda ushbu jarayon bir millatli oilalarga nisbatan yanada murakkab tus oladi, chunki u nafaqat shaxslararo moslashuvni, balki, o'zgacha madaniyat, urf-odatlar va so'zlashuv tilining farq qilinishi sabab ham oila a'zolarining moslashuv jarayonida madaniyatlararo muloqot, qadriyatlar uyg'unligi va rolli kutilmalar muvofiqligini ham qamrab oladi.

Psixologik moslashuvning nazariy asoslari bir qator fundamental ilmiy konsepsiyalarga tayanadi. Bu borada bir qator nazariyala ishlab chiqilgan bo'lib, ulardan biri sifatida J. Berryning akkulturratsiya nazariyasini keltirishimiz mumkin. Ushbu nazariyada J. Berry yangi madaniy muhitga moslashish to'rtta strategiya — integratsiya, assimilyatsiya, separatsiya va marginalizatsiya — orqali amalga oshirilishini asoslaydi [1]. Birinchi strategiya integratsiyada shaxs o'z madaniyatini saqlab qolish bilan birga boshqa madaniyatni ham o'zida mujassamlashtiradi. Assimilyatsiya strategiyasida esa, shaxs o'z madaniyatidan voz kechib o'zga madaniyatga singib ketadi va bora bora ichki nizolarni keltirib chiqaradi. Separatsiyada esa o'z madaniyatini saqlab qolish maqsadida o'zga madaniyatni qabul qilmaydi, ya'ni cheklaydi. To'rtinchi strategiyada marginalizatsiyada esa shaxs na o'zini madaniyatini saqlab qoladi, na boshqa madaniyatni qabul qiladi. Natijada esa moslashuvda qiyinchiliklarga duch keladi. Ushbu nazariyaga ko'ra,

moslashuvning interatsiya strategiyasi eng samarali va eng maqbul usul hisoblanadi, sababi u har ikki madaniyatning ijobiy jihatlarini o‘zida mujassam etadi va psixologik salomatlikni saqlashga yordam beradi.

M. Bennett madaniyatlararo sezgirlik modeli shaxsning etnosentrik qarashlardan etnorelativ qarashlarga bosqichma-bosqich o‘tishi muvaffaqiyatli moslashuvning asosiy psixologik sharti ekanligini ta’kidlaydi [3]. Ushbu model etnosentrizm (inkor etish, mudofaa, minimizatsiya) va etnorelativizm (tan olish, moslashish, integratsiya) bosqichlari orqali moslashish jarayonini tavsiflaydi. Ikki millatli oilalarda sheriklar madaniyatlararo sezgirlikning qanchalik yuqori darajasiga ega bo‘lsa, o‘zaro tushunish va moslashish imkoniyatlari shunchalik keng bo‘ladi.

M. Bowen oila tizimlar nazariyasida oilani yagona tizim sifatida talqin etib, oiladagi har qanday o‘zgarish barcha a‘zolariga ta’sir qilishini ko‘rsatadi [4]. Ushbu yondashuv ikki millatli oilalardagi psixologik moslashuvni faqat individual darajada emas, balki tizimli — er-xotin, farzandlar va keng oila a‘zolari munosabatlari majmuasi sifatida o‘rganish zarurligini asoslaydi. R.S. Lazarus va S. Folkman stressga moslashish nazariyasida esa shaxsning stressorlarni kognitiv baholashi va ularga nisbatan tanlagan munosabat strategiyalari moslashuv natijasini belgilashini ko‘rsatadi [2], bu ikki millatli oilalarda yuzaga keladigan madaniy ziddiyatlarni boshqarishda amaliy ahamiyat kasb etadi.

Ilmiy adabiyotlar tahlili ikki millatli oilalarda psixologik moslashuvga ta’sir qiluvchi omillarni bir necha guruhga ajratish mumkinligini ko‘rsatadi. C.J. Falicov ko‘p madaniyatli oila terapiyasi konsepsiyasida oilaviy rollarni kelishish, madaniy qadriyatlar uyg‘unligi, kommunikativ kompetensiya va empatiyaning psixologik moslashuvdagi markaziy o‘rnini ta’kidlaydi [5]. Shuningdek, qarindoshlar bilan munosabat va farzand tarbiyasidagi yondashuv farqlari ikki millatli oilalarda muhim psixologik tarangliklar manbai bo‘lib xizmat qilishi mumkin.

F. Walsh oila barqarorligi (resilience) konsepsiyasida qiyinchiliklar yengish jarayonida oilaviy aloqadorlik, umumiy e’tiqod tizimi va moslashuvchan muloqot tizimining muhimligini asoslaydi [6]. Ikki millatli oilalarda barqarorlik omiliga madaniy xilma-xillikni boylik sifatida qabul qilish, har ikki madaniyatning ijobiy jihatlarini oilaviy hayotga tatbiq etish va madaniy farqlarni nizoga emas, boyitishga yo‘naltirish kiradi. J. Gottman tadqiqotlari esa nikoh barqarorligini ta’minlashda konstruktiv muloqot, o‘zaro hurmat va hissiy qo‘llab-quvvatlashning hal qiluvchi rol o‘ynashini empirik jihatdan tasdiqlaydi [7].

Ikki millatli oilalarda psixologik moslashuvni rivojlantirish bo‘yicha amaliy yondashuvlar majmuasini ishlab chiqish bir qator psixologik yo‘nalishlar va metodlarga asoslanadi. K. Rodgers shaxs markazli terapiya konsepsiyasida empatiya, shartsiz ijobiy munosabat va autentiklikning psixologik o‘rish va moslashuvdagi o‘rnini ko‘rsatadi [8]. Ushbu tamoyillar ikki millatli oilalar uchun mo‘ljallangan psixologik yordam dasturlarining metodologik asosini tashkil etadi.

Psixologik moslashuvni rivojlantirishga yo‘naltirilgan trening dasturlari quyidagi asosiy yo‘nalishlarni o‘z ichiga olishi maqsadga muvofiq:

- madaniyatlararo muloqot ko‘nikmalarini rivojlantirish turli madaniy kontekstlarda samarali muloqot qilish, noto‘g‘ri tushunishlarning oldini olish va madaniy farqlarni muloqotda hisobga olish;
- empatiya va hissiy intellektni oshirish sherik madaniyatining his-tuyg‘ular ifodasini, hissiy ehtiyojlarini va munosabat uslubini tushunish hamda qabul qilish;
- oilaviy rollarni muvofiqlashtirish uy xo‘jaligi, ota-onalik, moliyaviy va ijtimoiy rollarda o‘zaro kutilmalar va da’volarni ochiq muhokama qilish va kelishish;
- nizolarni konstruktiv hal qilish madaniy farqlardan kelib chiqadigan kelishmovchiliklarni muloqot va murosaga yo‘naltirish;
- hissiy yaqinlikni mustahkamlash sheriklar o‘rtasida ishonch, o‘zaro qo‘llab-quvvatlash va psixologik xavfsizlik muhitini yaratish;
- umumiy oilaviy qadriyatlarni shakllantirishchi har ikki madaniyatning musbat jihatlarini sintez qilish orqali oilaga xos yagona qadriyatlar tizimini yaratish.

Ushbu yo‘nalishlarni kompleks tarzda amalga oshirish ikki millatli oilalarda sog‘lom psixologik muhitni shakllantirishga, madaniy farqlarni boylik sifatida qabul qilishga va oilaviy munosabatlarning barqarorligini ta’minlashga xizmat qiladi.

Shunday qilib, ikki millatli oilalarda psixologik moslashuv — bu shaxsiy, oilaviy va madaniy omillarning o‘zaro ta’siri natijasida shakllanadigan ko‘p qirrali jarayon. Uning nazariy asoslari J. Berry, M. Bennett, M. Bowen va R.S. Lazarus kabi olimlarning akkultratsiya, madaniyatlararo sezgirlik, oila tizimlar va stressga moslashish nazariyalarida mustahkam ilmiy zamin topgan. Amaliy asos sifatida esa madaniyatlararo muloqot, empatiya, rolli muvofiqlik, hissiy yaqinlik va umumiy qadriyatlarni rivojlantirishga yo‘naltirilgan kompleks psixologik trening dasturlari maqsadga muvofiq hisoblanadi.

Ushbu yondashuv ikki millatli oilalarda psixologik moslashuvni muvaffaqiyatli rivojlantirishning asosiy shartidir.

Foydalanilgan adabiyotlar

1. Berry, J. W. (1997). Immigration, acculturation, and adaptation. *Applied psychology*, 46(1), 5-34.
2. Folkman, S. (2020). Stress: appraisal and coping. In *Encyclopedia of behavioral medicine* (pp. 2177-2179). Cham: Springer International Publishing.
3. Bennett M.J. Basic Concepts of Intercultural Communication: Paradigms, Principles, and Practices. Boston: Intercultural Press, 2013. 296 p.
4. Bowen, M. (1993). *Family therapy in clinical practice*. Bloomsbury Publishing PLC.
5. Falicov C.J. Multicultural Perspectives in Family Therapy. New York: Guilford Press, 2014. 402 p.
6. Walsh F. Strengthening Family Resilience. 3rd ed. New York: Guilford Press, 2016. 422 p.
7. Gottman J.M., Silver N. The Seven Principles for Making Marriage Work. New York: Harmony Books, 2015. 320 p.
8. Rogers C.R. On Becoming a Person: A Therapist's View of Psychotherapy. Boston: Houghton Mifflin, 1961. 420 p.
9. Roziqova, M. (2025). Millatlararo oilalarda voyaga yetayotgan bolalarning ijtimoiylashuvi va etnik identifikatsiya jarayonining psixologik xususiyatlari. *Maktabgacha va Maktab Ta'limi Jurnal*, 675094.
10. Roziqova, M. O. Q. (2026). RAQAMLI TRANSFORMATSIYANING MILLATLARARO NIKOHLARNING SHAKLLANISHIGA TA'SIRI. *Mahalliy va xalqaro konferensiyalar platformasi*, (4), 52-54.