

## OILAVIY AJRIMLARNI OLDINI OLISH

**Turgunova Manzura Tojivayevna**

**Annotatsiya:** *Oilaviy mojrolar va ajrim - jamiyat uchun og'riqli va murakkab muammo. Ular nafaqat er-xotinning hayotiga, balki ularning farzandlari, qarindoshlari va butun jamiyatga salbiy ta'sir ko'rsatadi.*

**Kalit soʻzlar:** *jamiyat, oila, farovonlik, farzand, tarbiya, er-xotin, ta'sir, hurmat, munosabat.*

Oilaviy ajrimlarni oldini olish - bu murakkab va ko'p qirrali masala bo'lib, jamiyat, oila va har bir shaxsning o'ziga bog'liq bo'lgan bir qator omillarni o'z ichiga oladi. Ajrimlar nafaqat er-xotinning hayotiga, balki ularning farzandlari, qarindoshlari va butun jamiyatga salbiy ta'sir ko'rsatadi. Shuning uchun oilaviy ajrimlarni oldini olishga qaratilgan chora-tadbirlar har doim dolzarb hisoblanadi.

Oilaviy ajrimlarning sabablari:

Oilaviy ajrimlarning sabablari juda xilma-xil bo'lishi mumkin, lekin eng keng tarqalganlari quyidagilar:

- O'zaro tushunmovchilik va muloqotning yetishmasligi: Er-xotinning bir-birini tinglashga, tushunishga va muammolarni birgalikda hal qilishga tayyor emasligi.

- Moliyaviy qiyinchiliklar: Ishsizlik, past daromad va moliyaviy stress oilada keskinlikni keltirib chiqarishi mumkin.

- Xiyonat: Er yoki xotinning xiyonati oilaning buzilishiga olib keladigan eng og'ir sabablardan biri hisoblanadi.

- Zo'ravonlik: Oilada jismoniy, ruhiy yoki iqtisodiy zo'ravonlik bo'lishi mumkin emas.

- Aralashuvchi qarindoshlar: Er-xotinning hayotiga qarindoshlarning haddan tashqari aralashuvi oilaviy munosabatlarni buzishi mumkin.

- Zararli odatlar: Spirtli ichimliklarni suiiste'mol qilish, giyohvandlik yoki qimor o'yinlari oilani buzishi mumkin.

- Shaxsiy o'sish va qiziqishlardagi farqlar: Vaqt o'tishi bilan er-xotinning qiziqishlari, maqsadlari va hayotga bo'lgan qarashlari o'zgarishi mumkin, bu esa o'zaro tushunmovchilik va ajralishga olib kelishi mumkin.

- Yoshlikdagi nikohlar: Yosh juftliklar hayot tajribasiga ega bo'lmagani sababli, oilaviy hayotning qiyinchiliklariga bardosh berishlari qiyin bo'lishi mumkin.

- Oilaviy mas'uliyatni taqsimlashda tengsizlik: Uy ishlari, bolalarni tarbiyalash va moliyaviy mas'uliyatning adolatli taqsimlanmasligi oilada norozilikni keltirib chiqarishi mumkin.

Oilaviy ajrimlarni oldini olish choralari:

- Nikohgacha maslahat: Nikohdan oldin juftliklar oilaviy hayotga tayyorlanish uchun maslahatchi bilan suhbatlashishlari tavsiya etiladi. Bu ularga bir-birining umidlari, qadriyatlari va kelajak rejalarini yaxshiroq tushunishga yordam beradi.
- Muloqot ko'nikmalarini rivojlantirish: Er-xotin o'z fikrlarini to'g'ri ifoda etishni, bir-birini tinglashni va tushunishni o'rganishlari kerak. Muloqot ko'nikmalari oiladagi muammolarni hal qilishda muhim rol o'ynaydi.
- Oilaviy maslahat: Agar oilada muammolar yuzaga kelsa, professional maslahatchiga murojaat qilish tavsiya etiladi. Maslahatchi oiladagi munosabatlarni yaxshilash, muammolarni hal qilish va kelishuvga erishishga yordam beradi.
- Moliyaviy rejalashtirish: Oilaning moliyaviy ahvolini barqarorlashtirish uchun er-xotin birgalikda byudjet tuzishlari va moliyaviy maqsadlarni belgilashlari kerak.
- Birgalikda vaqt o'tkazish: Birgalikda vaqt o'tkazish, dam olish va qiziqarli mashg'ulotlar bilan shug'ullanish oilaviy munosabatlarni mustahkamlaydi.
- Bir-birini qo'llab-quvvatlash: Er-xotin bir-birining orzularini, maqsadlarini va shaxsiy o'sishini qo'llab-quvvatlashlari kerak.
- Kechirishni o'rganish: Oilaviy hayotda xatolar va noto'g'ri tushunmovchiliklar bo'lishi tabiiy. Er-xotin bir-birini kechirishni o'rganishlari va o'tmishdagi xafagarchiliklarni unutishlari kerak.
- Qarindoshlar bilan munosabatlarni tartibga solish: Er-xotin o'z oilasining a'zolari bilan sog'lom munosabatlarni saqlashlari va ularning hayotiga haddan tashqari aralashuviga yo'l qo'ymasliklari kerak.
- Zararli odatlardan voz kechish: Spirtli ichimliklarni suiiste'mol qilish, giyohvandlik va qimor o'yinlari oilani buzishi mumkin. Er-xotin bu kabi zararli odatlardan voz kechishlari kerak.
- Yosh oilalarni qo'llab-quvvatlash: Yosh oilalarga moliyaviy, psixologik va ijtimoiy yordam ko'rsatish ularning barqarorligini ta'minlashga yordam beradi.
- Jamiyatning roli: Jamiyat oilaviy qadriyatlarni targ'ib qilishi, oilaviy munosabatlarga hurmat bilan qarashni o'rgatishi va oilaviy muammolarga duch kelganlarga yordam berishi kerak.

### XULOSA

Oilaviy ajrimlarni oldini olish - bu er-xotinning o'z munosabatlariga doimiy e'tibor berishini, bir-birini tushunishga harakat qilishini, muammolarni hal qilishga tayyor bo'lishini va birgalikda hayot qurishga intilishini talab qiladigan uzoq va murakkab jarayondir.