ISBN 978-9943-7792-0-4

D.T. ISMATOVA

OILA PSIXOTERAPIYASI NAZARIYALARI

O'q'uv qo'llanma

O'ZBEKISTON RESPUBLIKASI
OLIY VA O'RTA MAXSUS TA'LIM VAZIRLIGI
BUXORO DAVLAT UNIVERSITETI

D.T. ISMATOVA

OILA PSIXOTERAPIYASI NAZARIYALARI

Oliy o'quv yurtlarining 5210204 - Psixologiya (oila psixologiyasi) bakalavriat ta'lim yo'nalishi talabalari uchun o q'uv qo'llanma sifatida tavsiya etilgan

"Durdona" nashriyoti
Buxoro - 2021

UO'K 616.8-085.851(075.8)
53.57ya73
I-81
Ismatova, D.T.
Oila psixoterapiyasi nazariyalari [Matn] : o q‘uv qo‘llanma / D.T. Ismatova. - Buxoro : "Sadriddin Salim Buxoriy" Durdona, 2021. – 320 b.

KBK 53.57ya73

Mazkur o‘quv qo‘llanma 5210204- Psixologiya (oila psixologiyasi) bakalavriat ta’lim yo‘nalishining o‘quv rejasidagi “Oila psixoterapiyasi nazariyalari” nomli fan dasturi asosida yaratilgan bo‘lib, oilaviy munosabatlar, psixoterapiya, psixoterapiyaning analitik usullari, psixoterapiya texnikasi va usullari, oilaviy psixoterapiya, psixologik ta’sir tizimi, psixoterapiyaning nazariy tushunchalari, tabiatshunoslik paradigmasi, individual terapiya psixologik testlar, psixologiyaning sohalari to‘g‘risidagi materiallarni o‘zida mujassamlashtirgan.

Данное учебное пособие создано на основе предметной программы учебного плана бакалавриата направления 5210204-психология (семейная психология) “теории семейной психотерапии” и содержит материалы о семейных отношениях, психотерапии, аналитических методах психотерапии, методах и методах психотерапии, семейной психотерапии, системе психологического воздействия, теоретических концепциях психотерапии, естественнонаучной парадигме, индивидуальной терапии, психологических тестах, областях психологии.

This study guide 5210204 - Psychology (family psychology) the direction of undergraduate education, the curriculum “Family theories of psychotherapy called” science program is created on the basis of family relationships, psychotherapy, psychotherapy analytical methods, techniques and methods of psychotherapy, family psychotherapy, psychological effects system of psychotherapy theoretical concept of paradigm tabiatshunoslik, individual therapy, psychological testing, a psychologist at the materials on the mission field represents.

Taqrizchilar:

Sh.R.Barotov – Buxoro davlat universiteti professori, psixologiya fanlari doktori.

E.Z.Halimov – Buxoro muhandislik texnologiya instituti akademik litseyi direktori, psixologiya fanlari nomzodi, dotsent.

O’zbekiston Respublikasi Oliy va o’rta maxsus ta’lim vazirligining 2021-yil 18-avgustdagi 356-sonli buyrug’iga asosan nashr etishga ruxsat berildi. Ro’yxatga olish raqami 356-059.

ISBN 978-9943-7792-0-4

KIRISH

Bugungi kunda yurtimizda amalga oshirilayotgan yoshlarga oid davlat siyosati esa qadimdan ota-bobolarimiz tomonlaridan shakllanib kelgan asl milliy va diniy qadriyatlarimizni bugungi kundagi ahamiyati nechog‘lik muhim ekanligini ko‘rsatib bermoqda. Zero, hayotimizni mukammal ahloq tamoyillari asosida barpo qilish va albatta, ta’lim-tarbiya berib kelayotgan ertamiz ishonchi bo‘lmish yosh avlodlarimizga bog‘liqdir. Zotan mustaqil davlatimiz istiqboli uchun ma’naviyati yuksak, barkamol insonlar zarurdir.

Ota-bobolarimiz ta’lim-tarbiyaning asosini oiladan boshlaganlar. Oila tarbiya maskanidir. Oilada barkamol farzand tarbiyasi uning jismonan baquvvat, ruhan tetik, ma’nan yetuk, aqlan va axloqan go‘zal bo‘lib yetishi bilan belgilanadi.

Yurtboshimiz Shavkat Mirziyoyev yoshlar tarbiyasi butun millat oldidagi ulkan mas’uliyatli vazifa ekanligini ta’kidlab: *“Agar farzandimizga to‘g‘ri tarbiya bermasak, har kuni, har daqiqada uning yurish-turishi, kayfiyatidan ogoh bo‘lib turmasak, ularni ilmu hunarga o‘rgatmasak, munosib ish topib bermasak, bu omonatni boy berib qo‘yishimiz hech gap emas. Eng katta baxt, men buni ming marta qaytarishdan charchamayman, oilamiz tinch bo‘lsin! Oila kichik vatan, oila tinch bo‘lsa, baxtli bo‘lsa, vatan tinch bo‘ladi. O‘sha baxtli kunlarni, vatanimizning, yoshlarimizning kamolini hozir niyat qilayotganimiz kabi ko‘rish hammamizga nasib etsin!”*, deya takidlaydilar.

Ushbu sohaning taniqli mutaxassislari, shifokor va psixolog E.G.Eidemiller va V.V.Yustitskiy tomonidan yozilgan *«Oilaviy psixoterapiya»* kitobining nashr etilishi tibbiyot va sog‘liqni saqlashda psixoterapiyaning rivojlanishi va tobora ko‘payib borayotgan in’ikosidir.

Bizning adabiyotimizda birinchi marotaba ko‘p yillik tadqiqotlar jarayoni, oilaviy terapiya mexanizmlarining neyro-psixiatrik kasalliklarda davolash usullari va terapevtik ta’siri bo‘yicha alohida monografiya tajribasida umumlashtirildi.

Kitobning asosiy maqsadi o‘quvchini xorijiy psixoterapevtik adabiyotlarda ommalashgan ko‘plab oilaviy psixoterapiya tushunchalari va usullari bilan tanishtirish emas, balki oilani doimiy

MUNDARIJA

Kirish ... 3
I bob. Psixologik xizmat tizimida oilaviy psixoterapiyaning o'rni ... 5
1.1. XX asrda psixoterapiyaning asosiy yo'nalishlari klassifikatsiyasi ... 5
1.2. Psixoterapiya turlari (individual, guruhiy, oilaviy) ... 7
II bob. Tizimli nazariya- oilaviy psixoterapiyaning metodologik asosi sifatida ... 34
2.1. Umumiy tizimli nazariyaning asosiy tushunchalari (tizim, yaxlitlik, tizimning ierarxik va mantiqiy darajasi, qayta aloqa, morfostatik va morfogenetik mexanizmlar, oilaviy tizimning sirkulyatsion jarayonlari). ... 34
2.2. O'zgarishlarning tizimli nazariyasi ... 46
2.3. Birlamchi, ikkilamchi va uchlamchi o'zgarishlarning o'ziga xosligi ... 51
2.4. Muammoni tavsiflash va terapevtik farazni ilgari surishda Oudtshoornning tizimli ko'pdarajali modeli ... 54
III bob. Oilaviy tizim muammolari va uning tizimli tavsifi ... 58
3.1. Oilaviy tizimning asosiy parametrlari (oilaviy tizimning ichki va tashqi chegaralari, egiluvchanlik, bosqichma-bosqichlilik, uyushqoqlik) ... 58
3.2. Olsonning sirkulyar modeli ... 62
3.3. Oilaviy tizimni baholashda uchburchak yagona birlik sifatida. Oilaviy uchburchaklar va ularning turlari ... 65
3.4. Uchburchak tizimining ishlash mexanizmlari ... 69
3.5. Tizimli oilaviy disfunksiya tipining klassifikatsiyasi ... 71
3.6. Oila ustalik bilan harakat qilish tizimi sifatida ... 77
3.7. Geringning "Oilaviy tizimli test" metodi ... 82
3.8. Tizimli oilaviy nazariyaga asoslangan oilaviy tizimli terapiyaning maqsadi. Oila terapiyasining maqsadi va vazifalari ... 85
IV bob. Oila muloqot tizimi sifatida ... 89
4.1. Kommunikatsiya va metakommunikatsiya ... 89
4.2. Kommunikativ paradoks va ikkilamchi bo'g'ish fenomeni. ... 97
4.3. O'zaro hatti-harakat qoidalari. O'zaro ta'sir qilishning davomiyligi va holatlarining muammolari va patologi ... 103
4.4. Simmetrik va qo'shimcha o'zaro ta'sir ko'rsatish ... 106
4.5. Oilaviy baholashda doiraviy yo'nalganlikning o'rni va roli ... 110
4.6. Illatli doira (oilaviy kasallik doirasi) ... 115
4.7. Disfunksional oiladagi asoratli holatlarniig o'ziga xosligi. Disfunksional oila hodisasining nazariy jihatlari ... 119
V bob. Oilaning hayotiy sikli ... 127
5. 1. Oilaviy hayotiy siklning bosqichlari ... 127
5. 2. Bosqichlardagi o'tish davrlarining o'ziga xosligi: oila tizimini qayta qurish zarurati va uning asosiy qoidalari ... 136
5. 3. Oilaviy murojaatlar o'tish davrining o'ziga xos murakkab jarayoni sifatida ... 149
VI bob. Oilaviy tarix. o'zaro munosabatlarda xulq patternlariniig o'tish mexanizmi sifatida ... 151
6. 1. Oila tarixi tahlilining parametrlari ... 151
6. 2. Bolalar dunyoga kelishidagi yosh va jins tartibi ... 156
Farzandlarni tarbiyalash bo'yicha oilaga maslahat berish. ... 160
6. 3. Muhim hayotiy voqelikka tizimli yondashuv ... 169
6. 4. Oilaviy senariylar va ularning qaytarilishi ... 174
6. 5. Psixoterapevtik amaliyotga oid misollar ... 179
6. 6. Oila tarixini o'rganish metodlari ... 187
6. 7. Genogramma va «vaqt chizig'i» ... 193
VII bob. Oilaviy tizim va terapiyada simptomatik xulq funksiyalari ... 197
7. 1. Psixoanalizda psixik simptomlarni anglash ... 197
7. 2. Kommunikativ nazariya va tizimli nazariya rivojlanishida simptomlarning roli va o'rni ... 203
7. 3. Simptomatik xulq kommunikativ metafora va oilaviy tizimni stabillashtirish usuli sifatida ... 206
7. 4. Oilaviy psixoterapiya amaliyotiga oid voqeliklar tahlili ... 218
VIII bob. Tizimli oilaviy terapiyaning tashkiliy asoslari ... 225
8. 1. Oila a'zolari bilan ishlashda individual va umumiy uslub ... 225
8. 2. Oila bilan ishlashda individual va guruhiy uslubning o'ziga xosligi hamda uning tashkiliy masalalari ... 238
8. 3. Oilaviy psixolog terapevtning kasbiy yondashuvi ... 245
8. 4. Oilaga yordam berayotgan mutaxassisning o'ziga xos xatoliklari 249
IX bob. Oilaviy psixoterapiya texnikasi va strategiyasi ... 254
9. 1. Oilaviy psixoterapevtning kontseptual va ijrochilik ko'nikmalari 254
9. 2. O'zlashtirish tamoyillarini qo'llash ... 257
9. 3. O'zaro ishonchli xulq (hatti-harakat)ni orttirish ... 259
9. 4. O'zaro ishonchli muloqotmandlik ko'nikmalarini orttirish ... 263
9. 5. "Yorliq"larni ijobiy qayta shakllantirish ... 271
9. 6. Tizimli oilaviy terapiyada urf-odat va aqidalarni qo'llash ... 275
X bob. Oila bilan ilk intervyu strukturasi ... 280
10. 1. Oila bilan ilk uchrashuvning terapevtik masalalari. Oila bilan birinchi uchrashuv ... 280

10. 2. Dj. Xeyli bo'yicha birinchi interviyuning ijtimoiy, muammoli va yaкuniy bosqichi 285
10. 3. Oilaviy surishtiruv texniкasi va terapevtiк кontraкtni yaкunlash 287
10. 4. Oilaviy muammolarning tizimli diagnostiкasi va terapevtiк dasturini ishlab chiqish........ 290
Glossariy **302**
Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxari **316**

D.T. ISMATOVA

OILA PSIXOTERAPIYASI NAZARIYALARI

Muharrir: *A. Qalandarov*
Texnik muharrir: *G. Samiyeva*
Musahhih: *Sh. Qahhorov*
Sahifalovchi: *M. Ortiqova*

Nashriyot litsenziyasi AI № 178. 08.12.2010. Original-maketdan bosishga ruxsat etildi: 27.12.2021. Bichimi 60x84. Kegli 16 shponli. «Times New Roman» garn. Ofset bosma usulida bosildi. Ofset bosma qog`ozi. Bosma tobog`i 20,0. Adadi 100. Buyurtma №472.

"Sadriddin Salim Buxoriy" MCHJ
"Durdona" nashriyoti: Buxoro shahri Muhammad Iqbol ko`chasi, 11-uy.
Bahosi kelishilgan narxda.

"Sadriddin Salim Buxoriy" MCHJ bosmaxonasida chop etildi.
Buxoro shahri Muhammad Iqbol ko`chasi, 11-uy. Tel.: 0(365) 221-26-45