

## **Ecological psychology: the relationship between people and the environment**

**Berdikulova Mukhayyo Toshtemirovna**

Teacher at Karshi State University. Uzbekistan

**Toshtemirova Zilola**

Student of the National Pedagogical University of Uzbekistan

***Annotation:** This article discusses the essence of ecological psychology and its importance in studying the relationship between the population and the environment. The psychological, social and behavioral connection of the population with the natural and social environment is analyzed. The article broadly covers the concepts of ecological consciousness, ecological culture and ecological responsibility, and justifies their role in the life of society. It also analyzes the impact of urbanization, industrialization and global environmental problems on the human psyche. The importance of ecological education and upbringing and the importance of developing ecological culture among the population are highlighted.*

***Keywords:** environment, population, ecological psychology, urbanization, industrialization, ecological education, landscape, city.*

## **Ekologik psixologiya: aholi va atrof-muhit o'rtasidagi munosabatlar**

**Berdiqulova Muxayyo Toshtemirovna**

**Qarshi davlat universiteti o'qituvchisi. O'zbekiston**

**Toshtemirova Zilola Mirtemir qizi**

**O'zbekiston Milliy pedagogika universiteti talabasi**

***Annotatsiya:** Mazkur maqolada ekologik psixologiyaning mazmun-mohiyati hamda uning aholi va atrof-muhit o'rtasidagi o'zaro munosabatlarni o'rganishdagi ahamiyati yoritilgan. Aholining tabiiy va sotsial muhit bilan psixologik, ijtimoiy va xulq-atvor jihatidan bog'liqligi tahlil qilinadi. Maqolada ekologik ong, ekologik madaniyat*

*va ekologik mas'uliyat tushunchalari keng yoritilib, ularning jamiyat hayotidagi o'rni asoslab beriladi. Shuningdek, urbanizatsiya, sanoatlashuv va global ekologik muammolarning inson ruhiy holatiga ta'siri tahlil etiladi. Ekologik ta'lim va tarbiyaning ahamiyati hamda aholi o'rtasida ekologik madaniyatni rivojlantirish muhim ekanligi ko'rsatib o'tiladi.*

*Kalit so'zlar: atrof-muhit, aholi, ekologik psixologiya, urbanizatsiya, sanoatlashuv, ekologik ta'lim, landshaft, shahar.*

Bugungi kunda ekologik muammolar, urbanizatsiya va texnologik taraqqiyot inson hayot tarzini tubdan o'zgartirmoqda. Bunday sharoitda aholi va atrof-muhit o'rtasidagi munosabatlarni chuqur o'rganish zarurati vujudga keldi. XX asrning ikkinchi yarmidan boshlab inson va atrof-muhit o'rtasidagi munosabatlar masalasi nafaqat tabiiy fanlar, balki ijtimoiy-gumanitar yo'nalishlarda ham dolzarb mavzuga aylandi. Ayniqsa, ekologik inqirozlar, urbanizatsiya, sanoatlashtirish va texnologik taraqqiyotning tezlashuvi inson ruhiyati va xulq-atvoriga atrof-muhit qanday ta'sir ko'rsatishini chuqur o'rganishni talab qildi. Shu ehtiyoj natijasida psixologiya fanining yangi yo'nalishi - ekologik psixologiya shakllandi.

Ekologik psixologiya insonning tabiiy va sun'iy muhit bilan o'zaro ta'siri, atrof-muhitni idrok etishi, unga moslashuvi va ekologik xulq-atvorini o'rganadigan fan sohasidir. Ekologik psixologiya mustaqil fan sifatida XX asrning 1960–1970-yillarida shakllandi. Uning nazariy ildizlari bir qator mashhur olimlar faoliyati bilan bog'liq. 1960–1970-yillarda AQSh va Yevropada urbanizatsiya kuchayishi, shovqin, aholi zichligi, stress va ekologik muammolar ortishi natijasida ekologik psixologiyaga bo'lgan ehtiyoj keskin oshdi. Shu davrda universitetlarda maxsus ilmiy markazlar tashkil etildi va yangi tadqiqot yo'nalishlari shakllandi. Aholi zichligi, transport tirbandligi, shovqin va ekologik ifloslanish insonda asabiylik va charchoqni kuchaytirishi tahlil qilindi. Ekologik psixologlar qulay, insonparvar shahar muhitini

yaratish bo'yicha tavsiyalar ishlab chiqmoqdalar. Global iqlim o'zgarishi inson ruhiyatiga ham ta'sir qilmoqda. "Ekologik xavotir" tushunchasi paydo bo'lib, kelajak uchun qo'rquv va tashvish hissi kuchaygani kuzatilmoqda. Ekologik psixologlar bu holatni kamaytirish va ijobiy ekologik xulqni rag'batlantirish yo'llarini o'rganmoqda.

Zamonaviy dunyoda aholining atrof-muhit bilan munosabatlari tobora murakkablashib bormoqda. Shaharlarning kengayishi, sanoat faoliyati va ekologik muammolar insonning psixologik holatiga bevosita ta'sir qilmoqda. Shu boisdan ekologik psixologiya ilmiy soha sifatida paydo bo'ldi. Ekologik psixologiya – bu inson va uning yashash muhitining o'zaro ta'sirini o'rganadigan psixologiyaning yangi yo'nalishi (Gifford, 2014). U insonning atrof-muhitga bo'lgan munosabati, xulq-atvori va hissiy reaksiyalarini tadqiq qiladi.

Ekologik psixologiyaning asosiy maqsadi – insonning atrof-muhit bilan munosabatini tushunish va uni yaxshilash yo'llarini izlashdir (Bell, Greene, Fisher, Baum, 2001). Bu soha insonning tabiiy va sotsial muhitdagi xatti-harakatlarini, stressga chidamliligini, ijodkorlik va e'tiboriga bo'lgan ta'sirini o'rganadi. Masalan, shahar shovqini, havo ifloslanishi yoki yashil hududlarning yetishmasligi odamning ruhiy salomatligiga salbiy ta'sir ko'rsatadi (Kaplan, 1989). Shu sababli, ekologik psixologiya insonni atrof-muhit bilan uyg'unlashtirishga yordam beradigan strategiyalar ishlab chiqadi.

Ekologik psixologiya aholi va atrof-muhit o'rtasidagi o'zaro ta'sirni ikki asosiy yo'nalishda o'rganadi:

- Tabiiy muhitning ta'siri: Tabiiy landshaft, yashil maydonlar, shovqin va havo sifati insonning ruhiy holatiga bevosita ta'sir qiladi (Stokols, Altman, 1987). Tabiat bilan muntazam aloqada bo'lish stressni kamaytiradi va ijodiy fikrlashni rivojlantiradi.

- Insonning tabiiy muhitga ta'siri: Inson o'z xatti-harakati va qarorlari bilan atrof-muhitni o'zgartiradi. Masalan, chiqindilarni noto'g'ri boshqarish yoki tabiatni yo'q

qilish nafaqat ekologik, balki psixologik muammolarga ham olib keladi (Veitch & Arkkelin, 2012).

Ekologik psixologiya tadqiqotlari orqali shaharsozlik, maktab va ish joylari uchun inson salomatligiga qulay muhit yaratish mumkin (Gifford, 2014). Shu bilan birga, u atrof-muhitni himoya qilish bo'yicha psixologik strategiyalarni ishlab chiqishga yordam beradi. Masalan:

- Shahar hududida ko'proq yashil maydonlar tashkil etish,
- Ijodiy va dam olish joylarini inson salomatligi uchun qulay qilish,
- Ekologik xabardorlikni oshirish va odamlarda tabiatni saqlashga bo'lgan mas'uliyatni kuchaytirish (Kaplan, 1989).

Bularning barchasi insonning ruhiy salomatligini mustahkamlash va atrof-muhit bilan uyg'un hayot kechirishga yordam beradi.

Ekologik psixologiya – bu insonning ruhiy va hissiy holati bilan atrof-muhit o'rtasidagi murakkab munosabatlarni o'rganadigan zamonaviy ilmiy soha. U inson va tabiatni uyg'unlashtirishga, stressni kamaytirishga va yashash sifatini yaxshilashga xizmat qiladi. Kelajakda ekologik psixologiya tadqiqotlari orqali shaharsozlik va atrof-muhitni boshqarish siyosatida yangi yondashuvlar ishlab chiqilishi kutilmoqda. Shu bilan birga, bu soha har bir insonning tabiat bilan bo'lgan munosabatini yanada ongli va mas'uliyatli qilishga yordam beradi (Bell et al., 2001; Veitch, Arkkelin, 2012).

Fan taraqqiyoti shuni ko'rsatmoqdaki, ekologik muammolarni hal etishda faqat texnologik yoki iqtisodiy choralar yetarli emas. Inson ongini, qadriyatlarini va xulq-atvorini o'zgartirish ham muhimdir. Shu jihatdan ekologik psixologiya XXI asrning eng dolzarb ilmiy yo'nalishlaridan biri hisoblanadi. Kelajakda bu fan yanada rivojlanib, ekologik madaniyatni shakllantirish, sog'lom va barqaror jamiyat shakllanishida muhim nazariy hamda amaliy asos bo'lib xizmat qiladi.

Ekologik-psixologik bilim - bu bolalarda **tabiatga ongli munosabat, ekologik mas'uliyat, atrof-muhitni his qilish va qadrlash**, hamda **ekologik xulq-atvor ko'nikmalarini shakllantirish** jarayonidir. Bunday bilimlar yoshlikdan boshlab bosqichma-bosqich va tizimli ravishda berilishi zarur. Maktabgacha bo'lgan davrda bola tabiatni hissiy-emotsional asosda qabul qiladi. Shuning uchun asosiy e'tibor **mehrmuhabbat, qiziqish va ijobiy munosabatni shakllantirishga** qaratilishi kerak. Bola tabiatni nafaqat ko'rishi, balki his qilishi kerak - bargni ushlab, tuproq hidini sezish, qush sayrashini tinglash orqali unda ekologik sezgirlik rivojlanadi. Oddiy ekologik ko'nikmalar (suvni tejash, chiqindini axlat qutisiga tashlash, o'simlikni sindirmaslik, hayvonlarga zarar yetkazmaslik kabilar) ni shakllantirish lozim.

Maktab yoshidagi bolalarda mantiqiy tafakkur va sabab-oqibat bog'lanishlarini tushunish rivojlanadi. Shuning uchun ekologik bilimlar yanada tizimli va ongli shaklda berilishi kerak. Bu davrda aholi va tabiiy muhit o'rtasidagi bog'liqlikni tushuntirish, iqlim o'zgarishi, ifloslanish kabi muammolar haqida yoshga mos ma'lumot berish, tabiatni muhofaza qilishning ahamiyatini anglatish muhim hisoblanadi. Agar bolada erta yoshdan tabiatga mehr, mas'uliyat va ongli munosabat shakllansa, kelajakda ekologik muammolarni kamaytirishga qodir, ekologik madaniyatli shaxs voyaga yetadi.

#### **Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati**

1. Gifford, R. (2014). *Environmental Psychology: Principles and Practice*. Optimal Books.
2. Kaplan, S., Kaplan, R. (1989). *The Experience of Nature: A Psychological Perspective*. Cambridge University Press.
3. Bell, P. A., Greene, T. C., Fisher, J. D., Baum, A. (2001). *Environmental Psychology* (5th Edition). Harcourt College Publishers.
4. Veitch, J., Arkkelin, D. (2012). *Environmental Psychology for Design*. Fairchild Books.
5. Berdiqulova M.T. Toshtemirova Z.M. Psixologik bilimlar rivojlanishining geografik jihatlari //Экономика и социум. –№2(141) 2026– С.