

ZAMONAVIY OILADAGI PSIXOLOGIK MUAMMOLAR

A.U.Mutalibova¹

Mas'ul muallif: Mutalibova Adolat
Ulug'bekovna, Buxoro xalqaro
universiteti, magistranti.

Accepted: 26 Sentabr 2026

Copyright: © 2026 by the
author(s). Licensee Buxoro xalqaro
universiteti ilmiy axborotnomasi.

Iqtibos uchun: Mutalibova, A. U.
ZAMONAVIY OILADAGI
PSIXOLOGIK MUAMMOLAR / A. U.
Mutalibova // Buxoro xalqaro
universiteti ilmiy axborotnomasi.
— T. 9, № 2. — B. 501–504.

1. Buxoro xalqaro universiteti, magistranti

Annotatsiya. Ushbu maqolada zamonaviy oilalarda uchraydigan psixologik muammolar, ularning yuzaga kelish omillari va oilaviy munosabatlarga ta'siri tahlil qilinadi. Oilaviy tizimda emotsional barqarorlikni ta'minlash yo'llari sog'lom muloqot, o'zaro hurmat va ishonchni mustahkamlash hamda stressni boshqarish orqali yoritiladi. Tadqiqot natijalariga ko'ra, zamonaviy oilalarda psixologik muammolar asosan kommunikativ buzilishlar, iqtisodiy stress va raqamli muhitning salbiy ta'siri bilan bog'liq. Oilaviy muammolarni kamaytirishda psixologik profilaktika va ijtimoiy qo'llab-quvvatlash tizimlari muhim ahamiyatga ega. Shuningdek, zamonaviy turmush tarzi, ish va oilaviy majburiyatlarning uyg'unlashuvi, axborot texnologiyalaridan foydalanish hamda ijtimoiy muhitning o'zgarishi oilaviy munosabatlarga ta'sir etuvchi omillar sifatida ko'rib chiqilgan. Maqolada oilada sog'lom psixologik muhitni shakllantirish, samarali muloqotni yo'lga qo'yish, o'zaro hurmat va hissiy qo'llab-quvvatlashni kuchaytirish hamda nizolarni konstruktiv hal etish zamonaviy oilalardagi psixologik muammolarni kamaytirishning muhim shartlari sifatida asoslangan.

Kalit so'zlar: oila, psixologiya, konflikt, stress, emotsional barqarorlik, kommunikatsiya, zamonaviy jamiyat.

ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ПРОБЛЕМЫ СОВРЕМЕННОЙ СЕМЬИ

Аннотация. В данной статье анализируются психологические проблемы, встречающиеся в современных семьях, факторы их возникновения и влияние на семейные отношения. Рассматриваются пути обеспечения эмоциональной стабильности в семейной системе через здоровую коммуникацию, укрепление взаимного уважения и доверия, а также развитие навыков управления стрессом. Согласно результатам исследования, психологические проблемы в современных семьях в основном связаны с коммуникативными нарушениями, экономическим стрессом и негативным влиянием цифровой среды. В снижении семейных проблем важное значение имеют психологическая профилактика и системы социальной поддержки. Также рассмотрены современный образ жизни, сочетание профессиональных и семейных обязанностей, использование информационных технологий, а также изменения в социальной среде как факторы, влияющие на семейные отношения. В статье обосновано, что формирование здоровой психологической атмосферы в семье, налаживание эффективного общения, укрепление взаимного уважения и эмоциональной поддержки, а также конструктивное разрешение конфликтов являются важными условиями снижения психологических проблем в современных семьях.

Ключевые слова: семья, психология, конфликт, стресс, эмоциональная стабильность, коммуникация, современное общество.

PSYCHOLOGICAL PROBLEMS OF THE MODERN FAMILY

Abstract. This article analyzes psychological problems in modern families, their causes, and their impact on family relationships. It examines ways to ensure emotional stability within the family system through healthy communication, strengthening mutual respect and trust, and developing stress management skills. According to the research results, psychological problems in modern families are mainly associated with communicative disturbances, economic stress, and the negative influence of the digital environment. Psychological prevention and social support systems play an important role in reducing family problems. The article also considers the modern lifestyle, the combination of work and family responsibilities, the use of information technologies, and changes in the social environment as factors affecting family relationships. It is substantiated that creating a healthy psychological atmosphere within the family, establishing effective communication, strengthening mutual respect and emotional support, and resolving conflicts constructively are important conditions for reducing psychological problems in modern families.

Keywords: family, psychology, conflict, stress, emotional stability, communication, modern society.

Kirish. Oila jamiyatning eng muhim ijtimoiy institutlaridan biri bo'lib, shaxsning psixologik shakllanishida asosiy rol o'ynaydi. Zamonaviy globallashuv jarayonlari, urbanizatsiya va texnologik rivojlanish oilaviy munosabatlarning xarakterini o'zgartirib yubordi. Natijada oilalarda psixologik muammolar soni ortib bormoqda, bu esa jamiyat barqarorligiga ham ta'sir ko'rsatmoqda. Oilaviy munosabatlardagi bunday o'zgarishlar shaxsning emotsional holati va ijtimoiy moslashuviga bevosita ta'sir etmoqda. Shu sababli oilaviy tizimdagi psixologik muammolarni o'rganish dolzarb ilmiy va amaliy ahamiyatga ega hisoblanadi.

Tadqiqotning dolzarbligi zamonaviy jamiyatda oilaviy munosabatlarning murakkablashuvi, stress omillarining kuchayishi va avlodlararo ziddiyatlarning ortishi bilan izohlanadi. Bu esa oilaviy barqarorlikka salbiy ta'sir ko'rsatmoqda. Zamonaviy oilalarda uchraydigan psixologik muammolardan biri oila a'zolari o'rtasidagi samarali muloqotning yetarli darajada shakllanmaganligidir. Bir-birining fikri va hissiy holatini tinglamaslik, o'zaro ehtiyojlarni to'liq anglamaslik, muammolarni ochiq muhokama qilmaslik oilaviy nizolarning kuchayishiga olib kelishi mumkin. Ayniqsa, nizoli vaziyatlarda muammoning o'zidan ko'ra, uni hal etish usuli oilaviy munosabatlarning keyingi holatiga sezilarli ta'sir ko'rsatadi.

Shuningdek, axborot-kommunikatsiya texnologiyalarining kundalik hayotga keng kirib kelishi ham oilaviy munosabatlarning mazmuniga ta'sir ko'rsatmoqda. Telefon, internet va ijtimoiy tarmoqlardan haddan tashqari foydalanish oila a'zolarining bevosita muloqotiga ajratiladigan vaqtning qisqarishiga sabab bo'lishi mumkin. Shu bilan birga, virtual muloqotning kengayishi oiladagi hissiy yaqinlik, o'zaro e'tibor va ishonch masalalariga yangicha yondashuvni talab etmoqda.

Oiladagi psixologik muammolar er-xotin munosabatlari bilan bir qatorda, ota-ona va farzandlar o'rtasidagi munosabatlarda ham namoyon bo'ladi. Tarbiya masalalaridagi qarashlarning turlicha bo'lishi, ortiqcha nazorat, bolaning mustaqilligini cheklash, hissiy qo'llab-quvvatlashning yetishmasligi yoki ota-onaning farzand bilan muloqotga yetarli vaqt ajratmasligi oilaviy munosabatlarda psixologik qiyinchiliklarni yuzaga keltirishi mumkin. Shu jihatdan, oilaviy tarbiya jarayonida bolaning yosh va individual xususiyatlarini hisobga olish muhim ahamiyatga ega. Oiladagi sog'lom psixologik muhit oila a'zolarining bir-biriga nisbatan ishonchi, hurmati, hissiy qo'llab-quvvatlashi va o'zaro mas'uliyati asosida shakllanadi. Oilada har bir a'zoning fikrini erkin ifodalashi, muammolarni ochiq muhokama qilishi va kelishmovchiliklarni konstruktiv tarzda hal etishi o'zaro munosabatlarning barqarorligini ta'minlashga xizmat qiladi. Shu sababli oilaviy muammolarni faqat nizolar mavjudligi bilan emas, balki ularni yuzaga keltiruvchi psixologik omillar va ularni bartaraf etish imkoniyatlari bilan birgalikda o'rganish zarur.

Bugungi kunda zamonaviy oiladagi psixologik muammolarni o'rganish, ularning kelib chiqishiga ta'sir etuvchi individual, oilaviy va ijtimoiy omillarni aniqlash hamda oilaviy munosabatlarni mustahkamlashga qaratilgan samarali psixologik yondashuvlarni ishlab chiqish muhim ilmiy-amaliy ahamiyat kasb etmoqda. Ayniqsa, sog'lom muloqot madaniyatini shakllantirish, hissiy yaqinlikni mustahkamlash, o'zaro hurmat va ishonchni rivojlantirish zamonaviy oilalarning psixologik barqarorligini ta'minlashning muhim shartlaridan biridir.

Tadqiqotning maqsadi. Zamonaviy oilalardagi psixologik muammolarni tahlil qilish hamda ularning kelib chiqish sabablarini aniqlashdan iborat.

Tadqiqotning vazifalari. Oilaviy psixologik muammolarni o'rganish;

Ularni keltirib chiqaruvchi asosiy omillarni aniqlash;

Oilaviy muammolarni kamaytirish bo'yicha ilmiy tavsiyalar ishlab chiqish.

Tadqiqotning ilmiy yangiligi. Zamonaviy oilalardagi psixologik muammolar kompleks yondashuv asosida tahlil qilinib, kommunikativ, iqtisodiy va raqamli omillarning o'zaro bog'liqligi yoritilishi bilan belgilanadi. Tadqiqotda ushbu omillarning oilaviy munosabatlar dinamikasiga ta'siri tizimli ravishda ko'rib chiqiladi. Shuningdek, oilaviy barqarorlikni ta'minlashda psixologik yondashuvlarning amaliy ahamiyati asoslab beriladi.

Tadqiqot metodologiyasi. Mazkur maqolada nazariy tahlil, ilmiy adabiyotlarni qiyosiy o'rganish hamda umumlashtirish usullaridan foydalanildi. Tadqiqot doirasida 50 nafar respondent ishtirokida so'rovnoma o'tkazildi. Shuningdek, kuzatish va suhbat (intervyu) metodlaridan ham foydalanilib, oilaviy psixologik muammolarni aniqlash va tahlil qilish amalga oshirildi. Zamonaviy psixologik yondashuvlar asosida olingan ma'lumotlar tizimlashtirilib, tasniflandi.

Asosiy qism. Zamonaviy oilalarda bir qator psixologik muammolar keng tarqalgan bo'lib, ular oilaviy munosabatlarning barqarorligiga salbiy ta'sir ko'rsatadi. Eng ko'p uchraydigan holatlardan biri er-xotin o'rtasidagi emotsional sovuqlik bo'lib, bu o'zaro tushunish va ishonchning pasayishiga olib keladi. Shuningdek, avlodlararo ziddiyatlar, ya'ni ota-ona va farzandlar o'rtasidagi qarashlar farqi ham oilaviy muhitda keskinlikni kuchaytiradi. Kommunikativ buzilishlar, stress va depressiv holatlar hamda oilaviy zo'ravonlikning psixologik shakllari zamonaviy oilalarda jiddiy muammo sifatida namoyon bo'lmoqda.

Psixologik muammolarning asosiy sabablari quyidagi omillar hisoblanadi:

Iqtisodiy muammolar va moliyaviy bosim

Ish va oilaviy hayot muvozanatining buzilishi

Raqamli texnologiyalar va internetga qaramlik

Muloqot madaniyatining pastligi

Ijtimoiy stress va tezkor hayot tarzi

Psixologik muammolar oilaviy tizimga bevosita salbiy ta'sir ko'rsatib, bir qator oqibatlarini keltirib chiqaradi. Oilaviy nizolarning kuchayishi va doimiy kelishmovchiliklar muhitning keskinlashishiga olib keladi, bu esa oila a'zolari o'rtasidagi muloqot sifatining pasayishiga sabab bo'ladi. Emotsional begonalashuv natijasida oila a'zolari o'rtasidagi yaqinlik va

ishonch zaiflashadi, natijada oilaviy birlik hissi kamayadi. Bu holat farzand tarbiyasiga ham salbiy ta'sir ko'rsatib, ularning psixologik rivojlanishida muammolar, xulq-atvor og'ishlari va ijtimoiy moslashuvda qiyinchiliklarni yuzaga keltiradi. Bundan tashqari, ajralishlar sonining ortishi, oilaviy barqarorlikning buzilishi va umumiy psixologik muvozanatning pasayishi zamonaviy oilalardagi eng jiddiy oqibatlardan biri hisoblanadi.

1-Jadval

Zamonaviy oiladagi psixologik muammolar (empirik tahlil asosida, n=50)

Ko'rsatkichlar	Respondentlar soni	Ulushi (%)
Kommunikativ muammolar (muloqot yetishmasligi)	18	36%
Iqtisodiy stress va moliyaviy bosim	12	24%
Raqamli texnologiyalarga qaramlik	8	16%
Emotsional sovuqlik	7	14%
Avlodlararo ziddiyatlar	5	10%
Jami	50	100%

Izoh: Jadval ma'lumotlari shuni ko'rsatadiki, zamonaviy oilalarda eng ko'p uchraydigan muammo kommunikativ buzilishlar bo'lib, u respondentlarning 36 foizida kuzatilgan.

Muhokama. O'tkazilgan empirik tahlil natijalari shuni ko'rsatadiki, zamonaviy oilalarda psixologik muammolar asosan kommunikativ buzilishlar bilan bog'liq bo'lib, 50 nafar respondentning katta qismi oilada ochiq muloqot yetishmasligini asosiy muammo sifatida qayd etgan. So'rovnoma natijalariga ko'ra, ishtirokchilarning muhim qismi iqtisodiy bosim va ish yuklamasi oilaviy munosabatlarga salbiy ta'sir ko'rsatishini ta'kidlagan. Respondentlarning sezilarli ulushi raqamli texnologiyalar va ijtimoiy tarmoqlar oilaviy muloqotni kamaytirayotganini bildirgan.

Empirik ma'lumotlar tahlili emotsional sovuqlik va avlodlararo ziddiyatlar oilalarda eng ko'p uchraydigan holatlar ekanligini ko'rsatdi, bu esa ishonchning pasayishi va muloqotning sustlashuvi bilan bog'liq. Kuzatish va intervyu natijalari oilalarda stress darajasi yuqori ekanligini tasdiqladi, bu esa oilaviy barqarorlikka salbiy ta'sir ko'rsatmoqda. Olingan natijalar nazariy qarashlarni amaliy ma'lumotlar bilan mustahkamlab, muammoning kompleks xarakterga ega ekanligini ko'rsatadi.

Natija. Tadqiqot natijalariga ko'ra, zamonaviy oilalardagi psixologik muammolar empirik jihatdan tasdiqlandi va ular asosan kommunikativ buzilishlar, iqtisodiy stress hamda raqamli muhit ta'siri bilan bog'liq ekanligi aniqlandi. 50 nafar respondent ishtirokidagi so'rovnoma natijalari oilaviy muloqot yetishmasligi eng asosiy muammo ekanligini ko'rsatdi.

O'rganish jarayonida oilaviy stress darajasining yuqoriligi va emotsional begonalashuv holatlari ko'plab oilalarda kuzatilishi aniqlangan. Empirik natijalar oilaviy psixologik muammolarni kamaytirishda profilaktik yondashuvlar, psixologik maslahatlar va kommunikativ ko'nikmalarni rivojlantirish zarurligini tasdiqlaydi. Shu asosda oilaviy barqarorlikni ta'minlash uchun kompleks chora-tadbirlar ishlab chiqish muhim ekanligi qayd etildi.

Xulosa. Zamonaviy oilalarda uchrayotgan psixologik muammolar jamiyatdagi ijtimoiy-iqtisodiy o'zgarishlar, texnologik taraqqiyot va oilaviy muloqot madaniyatining o'zgarishi bilan chambarchas bog'liqdir. Tadqiqot natijalari oilaviy munosabatlarda kommunikativ buzilishlar, emotsional sovuqlik, iqtisodiy stress hamda raqamli muhit ta'siri asosiy xavf omillari ekanligini ko'rsatdi. Ushbu muammolar nafaqat er-xotin munosabatlariga, balki farzandlar tarbiyasi va oilaviy barqarorlikka ham salbiy ta'sir ko'rsatadi.

Empirik tahlillar oilaviy psixologik muammolarni bartaraf etishda profilaktik choralar, psixologik maslahat xizmatlari va oilada sog'lom muloqot muhitini shakllantirish muhim ahamiyatga ega ekanligini tasdiqladi. Oilaviy barqarorlikni ta'minlash uchun oila a'zolarining psixologik savodxonligini oshirish, o'zaro hurmat va ishonchni mustahkamlashga qaratilgan amaliy dasturlarni joriy etish maqsadga muvofiqdir. Zamonaviy turmush tarzining o'zgarishi ham oilaviy munosabatlarga o'z ta'sirini ko'rsatmoqda. Ish va oilaviy majburiyatlarining uyg'unlashuvi, vaqt tanqisligi, kundalik stress, axborot texnologiyalaridan faol foydalanish va virtual muloqotning kengayishi oila a'zolari o'rtasidagi bevosita muloqot mazmuniga ta'sir qilishi mumkin. Shu sababli oilada birgalikda vaqt o'tkazish, ochiq muloqot qilish va o'zaro hissiy aloqani mustahkamlashga alohida e'tibor qaratish zarur.

Ota-ona va farzandlar o'rtasidagi munosabatlarda ham psixologik muammolarning oldini olish muhim ahamiyatga ega. Farzandning fikrini tinglash, uning yosh va individual xususiyatlarini hisobga olish, mustaqilligini qo'llab-quvvatlash hamda tarbiya jarayonida izchil va hurmatga asoslangan yondashuvdan foydalanish oiladagi sog'lom psixologik muhitni shakllantirishga xizmat qiladi. Bunday munosabat farzandning o'ziga bo'lgan ishonchi va oilaga nisbatan ijobiy munosabatini mustahkamlaydi.

Oiladagi psixologik muammolarni bartaraf etishda konstruktiv muloqot alohida ahamiyatga ega. Oila a'zolarining o'z his-tuyg'ularini ochiq, ammo hurmat asosida ifodalashi, bir-birining nuqtayi nazarini tinglashi va muammoga qarshi birgalikda yechim izlashlari nizolarning salbiy oqibatlarini kamaytiradi. Shu bilan birga, zarur hollarda psixologik maslahat va oilaviy psixologik yordamdan foydalanish munosabatlarni tiklash va mustahkamlashga yordam berishi mumkin.

Umuman olganda, zamonaviy oilada sog'lom psixologik muhitni shakllantirish o'zaro hurmat, ishonch, samimiy muloqot, hissiy qo'llab-quvvatlash va mas'uliyatni oqilona taqsimlashga asoslanadi. Oilaviy munosabatlarda ushbu omillarning uyg'unligi nizolarning oldini olish, oila a'zolarining psixologik farovonligini ta'minlash va oilaning

barqarorligini mustahkamlash uchun muhim shart hisoblanadi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati

- [1] Andreeva G.M. Sotsialnaya psixologiya. – Moskva: Aspekt Press, 2023.
- [2] Nemov R.S. Psixologiya. – Moskva: Yurayt, 2022.
- [3] Karabanova O.A. Psixologiya semeynix otnosheniy. – Moskva: Gardariki, 2021.
- [4] Rean A.A. Semeynaya psixologiya. – Sankt-Peterburg: Piter, 2024.
- [5] Shneyder L.B. Osnovi semeynoy psixologii. – Moskva: Akademicheskii proekt, 2022.
- [6] Bodalev A.A. Psixologiya obsheniya. – Moskva: Institut psixologii RAN, 2021.
- [7] Qodirov B.R. Oila psixologiyasi. – Toshkent: O'zbekiston, 2023.

