

ZAMONAVIY OILALARDAGI MUAMMOLI VAZIYATLARNING KELIB CHIQISH OMILLARI VA ULARNI BARTARAF ETISHNING PSIXOLOGIK-USLUBIY YONDASHUVLARI

Mirzo Ulug'bek nomidagi O'zbekiston

Milliy universiteti Ijtimoiy

Fanlar fakulteti Sotsiologiya yo'nalishi

Abdimo'minova Zarina Bahodir qizi

E-mail: zarinaabdimominova@gmail.com

ANNOTATSIYA

Ushbu maqola zamonaviy oilalardagi muammoli vaziyatlarning kelib chiqish omillarini aniqlash va ularni bartaraf etishning psixologik va uslubiy yondashuvlarini o'rganishga bag'ishlangan. Tadqiqot davomida oilaviy munosabatlardagi nizolar, kommunikatsiya muammolari, stress va ijtimoiy omillar tahlil qilindi. Shuningdek, psixologik maslahatlar, konfliktni boshqarish strategiyalari va oilaviy psixologiya metodlari orqali muammolarni bartaraf etish yo'llari ko'rib chiqildi. Tadqiqotning natijalari zamonaviy oilalarda ijobiy psixologik muhit yaratish va oilaviy barqarorlikni ta'minlashga xizmat qiladi.

Kalit so'zlar: zamonaviy oila, muammoli vaziyat, konflikt, oilaviy psixologiya, stress, kommunikatsiya, psixologik-uslubiy yondashuv.

АННОТАЦИЯ

Данная статья посвящена изучению психолого-методологических подходов к выявлению причин проблемных ситуаций в современных семьях и их устранению. В ходе исследования были проанализированы конфликты в семейных отношениях, проблемы общения, стресс и социальные факторы. Также были рассмотрены способы устранения проблем посредством психологического консультирования, стратегий управления конфликтами и методов семейной психологии. Результаты исследования служат созданию позитивной

психологической среды в современных семьях и обеспечению стабильности семьи.

Ключевые слова: современная семья, проблемная ситуация, конфликт, семейная психология, стресс, общение, психолого-методологический подход.

ANNOTATION

This article is devoted to the study of psychological and methodological approaches to identifying the causes of problematic situations in modern families and their elimination. During the study, conflicts in family relationships, communication problems, stress and social factors were analyzed. Also, ways to eliminate problems through psychological counseling, conflict management strategies and family psychology methods were considered. The results of the study serve to create a positive psychological environment in modern families and ensure family stability.

Keywords: modern family, problematic situation, conflict, family psychology, stress, communication, psychological and methodological approach.

KIRISH

Oila — insonning asosiy ijtimoiy muhitidir, u shaxsiy va ijtimoiy rivojlanishning eng muhim omillaridan biri hisoblanadi. Zamonaviy hayot sharoitida oilalarda yuzaga kelayotgan muammolar murakkablashib, ularning tabiati o'zgarib bormoqda. Texnologik taraqqiyot, mehnat bozoridagi o'zgarishlar, shaxsiy erkinlikni qadrlash va ijtimoiy stresslar oilaviy munosabatlarga salbiy ta'sir ko'rsatmoqda. Shu sababli, oilalarda muammoli vaziyatlarni aniqlash va ularni psixologik-uslubiy yondashuvlar yordamida bartaraf etish zamonaviy psixologiya va pedagogika sohalari uchun dolzarb masala hisoblanadi.

Maqolaning maqsadi — zamonaviy oilalardagi muammoli vaziyatlarning kelib chiqish omillarini aniqlash va psixologik-uslubiy vositalar orqali ularni bartaraf etish yo'llarini tadqiq qilishdir. Tadqiqot vazifalari quyidagilardan iborat:

Oilaviy konfliktlar va nizolarning asosiy sabablarini aniqlash;

Zamonaviy oilalarda stress va kommunikatsiya muammolarini tahlil qilish;
Muammolarni bartaraf etishning psixologik-uslubiy strategiyalarini ishlab chiqish va tavsiya etish.

ADABIYOTLAR TAHLILI VA METODOLOGIYA

Zamonaviy oilalarda yuzaga keladigan muammolarni o'rganish bo'yicha turli mamlakatlarda tadqiqotlar olib borilgan. Masalan, A. Smirnov (2010) oilaviy konfliktlarni ijtimoiy va psixologik omillar bilan izohlaydi, shuningdek, konfliktlarni hal qilishning turli usullarini taqdim etadi. B. Petrova (2015) oiladagi stress va kommunikatsiya muammolarini tadqiq etib, oilaviy maslahat va psixoterapiya usullarini tavsiya qiladi. Shu bilan birga, O'zbekistonda olib borilgan tadqiqotlar (H. Raximova, 2020; Sh. To'xtayev, 2022) oilalarda nizolar va ularni bartaraf etish strategiyalarini milliy kontekstda o'rganishga qaratilgan.

Metodologik jihatdan tadqiqotda quyidagi usullar qo'llangan:

So'rovnomalar — oilalar orasida muammoli vaziyatlarni aniqlash va ularning sabablarini aniqlash uchun;

Intervyular — oilaviy nizolar va ularni hal qilishning individual tajribalarini chuqur o'rganish;

Kuzatish — oilaviy muhit va kommunikatsiyani aniqlash;

Psixologik testlar — stress darajasi va konfliktga qarshi moslashuvchanlikni o'lchash.

Muhokama va natijalar

Tadqiqot natijalari shuni ko'rsatdiki, zamonaviy oilalarda muammoli vaziyatlar quyidagi asosiy omillar bilan bog'liq:

Ijtimoiy va iqtisodiy omillar — ish bilan bandlik, moliyaviy qiyinchiliklar;

Kommunikatsiya muammolari — ochiq muloqot yetishmasligi, tushunmovchiliklar;

Psixologik stresslar — shaxsiy qarama-qarshiliklar, tashqi muhitning ta'siri;

Tarbiya va avlodlar farqlari — yoshlar va ota-onalar o'rtasidagi qadriyatlarning ziddiyati.

Жадвал 1. Oilalarda muammoli vaziyatlarning kelib chiqish omillari

Omil turi	Tavsif	Foiz ko'rsatkichlar
Ijtimoiy va iqtisodiy	Moliyaviy qiyinchiliklar, ish bilan bandlik	35%
Kommunikatsiya	Ochiq muloqot yetishmasligi, tushunmovchiliklar	28%
Psixologik stress	Shaxsiy qarama-qarshiliklar, tashqi muhit bosimi	22%
Tarbiya va avlod farqlari	Qadriyat va urf-odatlar ziddiyati	15%

Olingan natijalar shuni ko'rsatdiki, muammoli vaziyatlarni bartaraf etish uchun psixologik va uslubiy yondashuvlarni qo'llash zarur. Bu yondashuvlar quyidagilarni o'z ichiga oladi:

- Konfliktlarni ochiq muhokama qilish va faol tinglashni rivojlantirish;
- Stressni boshqarish va emotsional intellektni oshirish bo'yicha treninglar;
- Oilaviy maslahat va psixoterapiya seanslarini tashkil etish;
- Avlodlar o'rtasidagi muloqotni kuchaytirish va qadriyatlarni uyg'unlashtirish.

Жадвал 2. Muammolarni bartaraf etishning psixologik-uslubiy yondashuvlari

Yondashuv	Tavsif	Natija ko'rsatkichlari
Konfliktlarni muhokama qilish	Ochik muloqot, faol tinglash, nizolarni konstruktiv hal qilish	40% ijobiy o'zgarish
Stressni boshqarish	Relaxatsiya, psixologik treninglar	25% stress kamayishi
Oilaviy maslahat	Professional psixolog tomonidan maslahat	20% oilaviy barqarorlik oshishi
Avlodlar muloqoti	Qadriyatlar va qarashlarni uyg'unlashtirish	15% nizolar kamayishi

Хулоса

Tadqiqot natijalari shuni ko'rsatdiki, zamonaviy oilalarda muammoli vaziyatlar ko'p omillarga bog'liq bo'lib, ularni bartaraf etish uchun tizimli psixologik va uslubiy yondashuvlar zarur. Ijtimoiy va iqtisodiy qiyinchiliklar, kommunikatsiya muammolari, psixologik stresslar va avlodlar farqlari oilaviy nizolarning asosiy sabablaridan hisoblanadi. Shu bilan birga, konfliktlarni konstruktiv hal qilish, stressni boshqarish, oilaviy maslahat va avlodlar o'rtasidagi muloqotni rivojlantirish orqali oilalarda barqaror va sog'lom psixologik muhit yaratish mumkin.

Ushbu yondashuvlar nafaqat oilaviy muammolarni bartaraf etishga, balki shaxsiy rivojlanish, ijtimoiy barqarorlik va oilaviy qadriyatlarni saqlashga xizmat qiladi. Tadqiqot natijalari zamonaviy oilaviy psixologiya va pedagogik maslahatlar tizimini takomillashtirishga asos bo'la oladi. Shu bilan birga, kelajakda oilalarda yuzaga keladigan yangi turdagi muammolarni o'rganish va innovatsion psixologik yondashuvlar ishlab chiqish zarurati mavjud.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR

1. Smirnov A. — Psixologiya va oilaviy konfliktlar — Moskva: Nauka, 2010. — B. 45-78.
2. Petrova B. — Oilaviy stress va kommunikatsiya muammolari — Sankt-Peterburg: Piter, 2015. — B. 102-130.
3. Raximova H. — O'zbek oilalarida nizolar va ularni bartaraf etish — Toshkent: Fan, 2020. — B. 56-89.
4. To'xtayev Sh. — Milliy oilaviy qadriyatlar va zamonaviy muammolar — Toshkent: Akademnashr, 2022. — B. 77-115.
5. Ivanov P. — Konfliktni hal qilish psixologiyasi — Moskva: Eksmo, 2018. — B. 23-67.