



ISSN: 3060-4613



MAKTABGACHA
VA MAKTAB
TA'LIMI VAZIRLIGI



O'zbekiston
Milliy Pedagogika
Universiteti



№3(2)
2026

- 13.00.00 Pedagogika fanlari
- 13.00.01 Pedagogika nazariyasi. Pedagogik ta'limotlar tarixi
- 13.00.02 Ta'lim va tarbiya nazariyasi va metodikasi (sohalar bo'yicha)
- 13.00.03 Maxsus pedagogika
- 13.00.04 Jismoniy tarbiya va sport mashg'ulotlari nazariyasi va metodikasi
- 13.00.05 Kasb-hunar ta'limi nazariyasi va metodikasi
- 13.00.06 Elektron ta'lim nazariyasi va metodikasi (ta'lim sohaları va bosqichlari bo'yicha)
- 13.00.07 Ta'limda menejment
- 13.00.08 Maktabgacha ta'lim va tarbiya nazariyasi va metodikasi
- 13.00.09 Ijtimoiy pedagogika
- 07.00.00 Tarix fanlari
- 19.00.00 Psixologiya fanlari
- 01.00.00 Fizika-matematika fanlari
- 02.00.00 Kimyo fanlari
- 03.00.00 Biologiya fanlari
- 09.00.00 Falsafa fanlari
- 10.00.00 Filologiya fanlari
- 11.00.00 Geografiya fanlari

M

AKTABGACHA VA AKTAB TA'LIMI

Pedagogika, psixologiya fanlariga ixtisoslashgan ilmiy jurnal



MAKTABGACHA VA MAKTAB TA'LIMI



Elektron nashr. 230 sahifa,
16-mart, 2026-yil.

BOSH MUHARRIR:

Karimova E'zoza Gapijranovna – O'zbekiston Respublikasi Maktabgacha va maktab ta'limi vaziri

BOSH MUHARRIR O'RINBOSARI:

Ibragimova Gulsanam Ne'matovna – Pedagogika fanlari doktori, professor

TAHRIRIYAT KENGASHI A'ZOLARI

Ibragimov X.I. – pedagogika fanlari doktori, akademik
Shoumarov G'.B. – psixologiya fanlari doktori, akademik
Qirg'izboyev A.K. – Tarix fanlari doktori, professor
Jamoldinova O.R. – pedagogika fanlari doktori, professor
Sharipov Sh.S. – pedagogika fanlari doktori, professor
Shermuhhammadov B.Sh. – pedagogika fanlari doktori, professor
Ma'murov B.B. – pedagogika fanlari doktori, professor
Madraximova F.R. – pedagogika fanlari doktori, professor
Kalonov M.B. – iqtisodiyot fanlari doktori, professor
Nabiyev D.X. – iqtisodiyot fanlari doktori, professor
Qo'ldoshev Q. M. – iqtisodiyot fanlari doktori, professor
Ikramxanova F.I. – filologiya fanlari doktori, professor
Ismagilova F.S. – psixologiya fanlari doktori, professor (Rossiya)
Stoyuxina N.Yu. – psixologiya fanlari nomzodi, dotsent (Rossiya)
Magauova A.S. – pedagogika fanlari doktori, professor (Qozog'iston)
Rejep O'zyurek – psixologiya fanlari doktori, professor (Turkiya)
Woogyu Cha – Koreya milliy ta'lim universiteti rektori (Koreya)
Polonnikov A.A. – psixologiya fanlari nomzodi, dotsent (Belarus)
Mizayeva F. O. – Pedagogika fanlari doktori, dotsent
Baybayeva M.X. – pedagogika fanlari doktori, professor
Muxsiyeva A.T. – pedagogika fanlari doktori, professor
Aliyev B. – falsafa fanlari doktori, professor
Abdullayeva N. Sh. – Pedagogika fanlari doktori (DSc), professor
G'afurov D. O. – falsafa fanlari doktori (Phd)
Shomurodov R.T. – iqtisodiyot fanlari nomzodi (PhD), dotsent
Mirzayeva F. O. – pedagogika fanlari doktori (DSc), dotsent
Jalilova S.X. – psixologiya fanlari nomzodi (PhD), dotsent
Bafayev M.M. – psixologiya fanlari bo'yicha falsafa doktori (PhD), dotsent
Usmonova D.I. – Samarqand iqtisodiyot va servis institute dotsenti
Saifnazarov I. – falsafa fanlari doktori, professor
Nematov Sh.E. – pedagogika fanlari nomzodi (PhD)
Tillashayxova X.A. – psixologiya fanlari nomzodi (PhD), dotsent
Yuldasheva F.I. – pedagogika fanlari bo'yicha falsafa doktori (PhD), dotsent
Doniyorov S. M. – "Yangi O'zbekiston" va "Pravda Vostoka" gazetalar tahririyati DM bosh muharriri, O'zbekiston Respublikasida xizmat ko'rsatgan jurnalist, filologiya fanlari nomzodi (PhD)
Yuldasheva D.B. – filologiya fanlari bo'yicha falsafa (PhD) doktori, dotsent
Tangriyev A. T. – Toshkent davlat iqtisodiyot universiteti kafedra professori
Ashurov R. R. – psixologiya fanlari bo'yicha falsafa doktori (PhD), dotsent
Panjiyev M. A. – Qashqadaryo viloyati Maktabgacha va maktab ta'limi boshqarmasi boshlig'ining birinchi o'rinbosari
Xudayberganov N. A. – Xorazm Ma'mun akademiyasi Tabiiy fanlar bo'limining katta ilmiy xodimi, biologiya fanlari bo'yicha falsafa doktori (PhD)
Vaxobov Anvar Abdusattor o'g'li – Pedagogika fanlari bo'yicha falsafa doktori, dotsent

Muassis: "Tadbirkor va ishbilarmon" MChJ

Hamkorlarimiz: O'zbekiston Respublikasi Maktabgacha va maktab ta'limi vazirligi, O'zbekiston milliy pedagogika universiteti

EDITOR-IN-CHIEF:

Karimova E'zoza Gapirzhanovna – Minister of Perschool and School Education of the Republic of Uzbekistan

DEPUTY EDITOR-IN-CHIEF:

Ibragimova Gulsanam Ne'matovna – Doctor of Pedagogical Sciences, Professor

EDITORIAL BOARD MEMBERS:

Ibragimov X.I. – Doctor of Pedagogical Sciences, Academician

Shoumarov G. B. – Doctor of Psychological Sciences, Academician

Qirg'izboyev A. K. – Doctor of Historical Sciences, Professor

Jamoldinova O.R. – Doctor of Pedagogical Sciences, Professor

Sharipov Sh.S. – Doctor of Pedagogical Sciences, Professor

Shermuhhammadov B.Sh. – Doctor of Pedagogical Sciences, Professor

Ma'murov B.B. – Doctor of Pedagogical Sciences, Professor

Madraximova F.R. – Doctor of Pedagogical Sciences, Professor

Kalonov M.B. – Doctor of Economic Sciences, Professor

Nabiyev D.X. – Doctor of Economic Sciences, Professor

Koldoshev K. M. – Doctor of Economic Sciences, Professor

Ikramxanova F.I. – Doctor of Philological Sciences, Professor

Ismagilova F.S. – Doctor of Psychological Sciences, Professor (Russia)

Stoyuxina N.Yu. – Candidate of Psychological Sciences (PhD), Associate Professor (Russia)

Magauova A.S. – Doctor of Pedagogical Sciences, Professor (Kazakhstan)

Rejep O'zyurek – Doctor of Psychological Sciences, Professor (Turkey)

Wookyu Cha – President of the National University of Education, Korea (South Korea)

Polonnikov A.A. – Candidate of Psychological Sciences (PhD), Associate Professor (Belarus)

Mizayeva F. O. – Doctor of Pedagogical Sciences, Professor

Baybayeva M.X. – Doctor of Pedagogical Sciences, Professor

Muxsiyeva A.T. – Doctor of Pedagogical Sciences, Professor

Aliyev B. – Doctor of philosophy, professor

Abdullayeva N. Sh. – Doctor of Pedagogical Sciences (DSc), Professor

Gafurov D. O. – Doctor of Philosophy (PhD)

Shomurodov R.T. – Candidate of Economic Sciences (PhD), Associate Professor

Mirzayeva F. O. – Doctor of Pedagogical Sciences (DSc), Associate Professor

Jalilova S.X. – Candidate of Psychological Sciences (PhD), Associate Professor

Bafayev M.M. – Doctor of Philosophy in Psychological Sciences (PhD), Associate Professor

Usmonova D.I. – Associate Professor, Samarkand Institute of Economics and Service

Saifnazarov I. – Doctor of philosophy, professor

Nematov Sh.E. – Candidate of Pedagogical Sciences (PhD)

Tillashayxova X.A. – Candidate of Psychological Sciences (PhD), Associate Professor

Yuldasheva F.I. – Doctor of Philosophy in Pedagogical Sciences (PhD), Associate Professor

Doniyorov S. M. – Editor-in-Chief of the Editorial Board of the newspapers "Yangi Uzbekiston" and "Pravda Vostoka", Honored Journalist of the Republic of Uzbekistan, Candidate of Philological Sciences (PhD)

Yuldasheva D.B. – Doctor of Philosophy (PhD) in Philological Sciences, Associate Professor

Tangriyev A.T. – is a professor of Tashkent State University of Economics

Ashurov R. R. – Doctor of Philosophy (PhD) in Psychology, Associate Professor

Panjiyev M. A. – First Deputy Head of the Department of Preschool and School Education of the Kashkadarya Region

Khudaiberganov N. A. – Senior Researcher of the Department of Natural Sciences of the Khorezm Mamun

Academy, Doctor of Philosophy (PhD) in Biological Sciences

Vakhobov Anvar Abdusattor oglu – Doctor of Philosophy in Pedagogical Sciences, Associate Professor

“Maktabgacha va maktab ta’limi” jurnali O‘zbekiston Respublikasi Oliy attestatsiya komissiyasining quyidagi qarorlariga asosan pedagogika va psixologiya fanlari bo‘yicha falsafa doktori (PhD) hamda fan doktori (DSc) ilmiy darajasiga talabgorlarning dissertatsiyalaridagi asosiy ilmiy natijalarni chop etish uchun milliy ilmiy nashrlar ro‘yxatiga kiritilgan:

Pedagogika fanlari bo‘yicha: OAK Kengashi tavsiyasi (26.08.2024-y., №11-05-4381/01) asosida:

- Ekspert kengashi (29.10.2024-y., №10)
- Rayosat qarori (31.10.2024-y., №363/5)

Psixologiya fanlari bo‘yicha: Toshkent davlat pedagogika universiteti murojaatiga asosan OAK tavsiyasi (24.04.2025-y., №11-05-2566/01):

- Ekspert kengashi (25.05.2025-y., №10)
- Rayosat qarori (08.05.2025-y., №370/5)

“Maktabgacha va maktab ta’limi”
jurnali

26.09.2023-yildan

O‘zbekiston Respublikasi Prezidenti
Administratsiyasi huzuridagi Axborot
va ommaviy kommunikatsiyalar
agentligi tomonidan **№C-5669363**
reyestr raqami tartibi bo‘yicha
ro‘yxatdan o‘tkazilgan.

Litsenziya raqami: **№136361**



MUNDARIJA

Katta guruh tarbiyalanuvchilarida kasb haqidagi dastlabki tasavvurlarni shakllantirish metodikasini innovatsion ekotizim sharoitida takomillashtirish	18
Uralova Fotima Baxtiyor qizi	
Malakali sportchilarning kommunikativ qobiliyatlarini takomillashtirishda sotsiologik yondashuv (gandbolchilar misolida).....	23
G. A. Valiyeva	
Maktabgacha ta'lim tashkilotlarida motor alaiyalari bolalarni ruhiy va nutqiy rivojlantirish usullari	27
Suyunova Surayyo Ulash qizi	
Sog'lom bola ekotizimining asoslari: ovqatlanish, immunitet va rivojlanish	31
Israilova Xusnida Adilovna	
Mobil ilovalar yordamida mustaqil o'qishni rivojlantirish	37
Raximova Feruza Najmiddinovna	
Biologiya darslarida muammoli ta'lim texnologiyasini qo'llash orqali mantiqiy fikrlashni rivojlantirish	42
Dauekeeva Gulistan Orinbaevna	
Talabalarga ingliz tilidagi matnlarni kommunikativ metod yordamida o'qish texnikasini takomillashtirish usullari	46
Mo'minova Mahliyo Axrorjonovna	
Velosiped haydashning afzalliklari.....	49
Raxmonova Go'zal Bobir qizi	
Компетентностный подход как стратегическая основа модернизации образования и его реализация в преподавании русского языка как иностранного в Узбекистане	54
Мирзакбарова Севда Вахиддиновна	
Umumta'lim maktablarida texnologiya fani mashg'ulotlarini tashkil etishning zamonaviy yondashuvlari va metodlari.....	58
Ziyamova Gulbaxor Tulabayevna	
Типы аббревиации в русском и узбекском языках: сравнительно-типологический анализ.....	62
Рахмонова Бахтигул Пайзиллоевна	
Maktabgacha ta'limda nutqni rivojlantirish jarayonida didaktik o'yinlardan foydalanish metodikasi	65
Abidjonova Mushtariybonu Qobiljon qizi	
Tarbiyaviy tadbirlarni samarali tashkil etishda maktabgacha ta'lim tashkiloti va ota-onalarning o'zaro hamkorlik masalalari.....	71
Sanayeva Surayyo Bobonazarovna, Jabborova Shaxina G'affor qizi	
Qadriyatli yondashuv asosida talabalarni ma'naviy-axloqiy tarbiyalash mexanizmlarini takomillashtirish ..	76
G'aybullayev Quvonchbek G'olibovich	
Maktab o'quvchilarida stressga barqarorlik namoyon bo'lishining psixologik tahlili	83
Ismoilova N. Z.	
Yoshlar ma'naviyatini shakllantirishda milliy qadriyatlarning o'rni.....	87
Karshiyev Jaxongir Abdirayimovich	
Funksional savodxonlikni rivojlantirishda o'qish savodxonligining o'rni va ahamiyati	91
Xatamova Munisa Mamadulla qizi	
Transformatsiyalash tizimi asosida o'quvchilarning loyihalash kompetensiyalarini rivojlantirish samaradorligi	95
Jurayeva Zulayxo Islomovna	
Zamonaviy boshqaruv nazariyalarida rahbar muloqoti (transformatsion, kommunikativ va ishtirokchi boshqaruv yondashuvlari asosida).....	102
Islamova Dिल्фуза Dilshodovna	



Bo'lajak boshlang'ich sinf o'qituvchilarida pedagogik kompetentlikni tabaqalashgan yondashuv asosida rivojlantirish mazmuni	107
Begmatova Nasiba Mengnarovna	
Bo'lajak maxsus pedagoglarni inklyuziv ta'limda subyektlar faoliyatini o'rgatish metodikasi	112
Dilshodov Abrorjon Dilshodjon o'g'li	
Pre-Reading Activities to Enhance Foreign Language Reading Comprehension: Reading "The Adventures of Tom Sawyer" in 10–11 Grades	118
Djumaniyazova Zulfiya Kaliyevna	
Nutq aktlarini o'rgatishda autentik materiallardan foydalanishning metodik imkoniyatlari (filologik yo'nalish talabalari misolida)	122
Fayzulloeva Chevar G'ayrat qizi	
Yangi O'zbekistonda talaba-yoshlarni milliy yuksaltirishda jadid-marifatparvarlari ilgari surgan g'oyalarning o'rni va roli	125
Mamadaliyev Abduvoxid Maxsitaliyevich	
Gimnastikaning O'zbekistonga kirib kelish va rivojlanish tarixi	128
N. Q. Mamasidova	
Uglevodorodlar tarkibini aniqlashda massa ulushiga asoslangan reflektiv yondashuv (7-9-sinflar misolida)	131
Maxamadiyev Sharofiddin Jumaboyevich, Smanova Zulayxo Asanalievna	
Screencasting materiallarini yaratish va ularni o'quv jarayonida qo'llash	134
Maxmudova Dilfuza Meliyevna, Ergashov Niyozxon Ilyozxon o'g'li	
Maktabgacha yoshdagi bolalarda so'z shakllanishini psixolingvistik asoslari	137
Moxirabonu G'aniyeva Adxam qizi	
Maktabgacha ta'limdagi muammolar va yechimlar: o'zbekiston respublikasi tajribasi	140
N. Sh. Miryusupova	
Interaktiv kartografik resurslar va ularning ta'lim jarayonida qo'llanilishining didaktik, kognitiv hamda metodik asoslari	143
Olimova Aziza Abdullayevna	
Mentorlik tizimining tarixiy ildizlari va rivojlanish bosqichlari	147
Oxunova Dilnoza Qaxxorjonovna, Abdumannonova Durdonaxon Shuxratjon qizi	
Talabalarning psixologik holati va stress omillarining prokrastinatsiyaga ta'siri hamda mustaqil ta'lim faoliyatini qo'llab-quvvatlash usullari	150
Razakov Farxod Kuvondikovich, Rajabov Hikmat Toshevich	
Talabalarni stulda o'tirgan qiyofachi portreti ranglavhasini ishlashga o'rgatish metodikasi	154
Sadatov Chori Xolmuradovich	
Organik kimyo fanini o'qitishda teskari ta'lim va texnologiyalarning ahamiyati	158
Umrbekova Maftuna Ulug'bek qizi, Babanazarova Ayzada Omirbaevna, Abdulkakimova Gulziyba Ziyatdinovna	
Duduqlanishni bartaraf etishda kompleks metodlarini qo'llashning samaradorligi	162
Xasanova Barnoxon Abdusattor qizi	
Shaxsga yo'naltirilgan yondashuv asosida bo'lajak o'qituvchilarning pedagogik kompetentligini takomillashtirish	165
Xolbozorova Nasiba Xolbozar qizi	
Проектирование персонализированных образовательных сценариев в дошкольном образовании средствами генеративного искусственного интеллекта	168
Пак Диана Александровна	
Bo'lajak pedagoglarni tayyorlashda STEAM yondashuvining roli	170
Atenov Jandarbek Dayrabay o'g'li	
Innovatsion ta'lim muhitida talabalarning kasbiy muloqot kompetensiyalarini rivojlantirishning pedagogik asoslari	173
Bo'ltakov Sanjarbek Xazratqul o'g'li	
Alohida ta'lim ehtiyojlari mavjud bo'lgan bolalar uchun inklyuziv ta'lim tizimining ahamiyati	176
Mehmonova Nodiraxon Yusufxon qizi	



MUNDARIJA СОДЕРЖАНИЕ CONTENTS

Duduqlanish nutq kamchiligini korreksiyalashning maxsus va integratsiyalashgan texnologiyalarini rivojlantirish.....	180
Boxodirova Gulasalxon Ibrohimovna	
Эссе как инструмент формирования и диагностики компетенций в системе высшего образования .	184
Шейхмамбетов Сервер Рефикович	
Matallar va folklor hikoyalari: maktabgacha ta'lim tashkilotlarida interaktiv dars texnologiyalari.....	188
Azimova Nodira Hikmatovna	
Maktabgacha yoshdagi bolalarda jismoniy sifatlarni rivojlantirish va ularni sportga yo'naltirishning pedagogik asoslari.....	191
Norboyev Komiljon Jurakulovich, Rustamova Kamola Xayrulla qizi	
Oliy ta'lim muassasalarida ijtimoiy-gumanitar fanlarning o'qitilishining ahamiyati.....	194
Burkhanova Sabo Tulanovna	
Oliy ta'lim muassasalarida O'zbekistonning eng yangi tarixini o'qitishning metodologik asoslari va muammolari	197
Norbutayeva Guzal Abdig'ofurovna	
Ta'lim tashkilotlarida sifatni boshqarish jarayonlarini tizimli rejalashtirishning nazariy va amaliy asoslari.....	200
Abdurashit Karimovich Avliyakulov	
Tarbiya darslari samaradorligini oshirishda abdulla avloniy pedagogik hikmatlaridan foydalanishni metodik tashkil etish.....	204
Daliyeva Eliza Zokir qizi	
Badiiy-tarixiy meros asosida bo'lajak pedagoglarning reflektiv tafakkuri va kasbiy identifikatsiyasini rivojlantirish	207
Qodirova Mavluda Maxodir qizi	
Adabiyot darslarida lirik asarlarni vizual yondashuvlar asosida o'qitish usullari.....	210
Sobitova Mahmudaxon Shuxratbek qizi	
ESG tamoyillarini ta'lim tizimiga joriy etish orqali talabalarda ekologik, ijtimoiy va boshqaruv ko'nikmalarini shakllantirish	216
Tursunova Shahzoda Baxromovna	
Социально-психологические факторы нарушения психологического здоровья в семье	219
Гулру Тургунова	



СОЦИАЛЬНО- ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ФАКТОРЫ НАРУШЕНИЯ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО ЗДОРОВЬЯ В СЕМЬЕ

Гулру Тургунова

Доцент, PhD, Кафедра психологии и педагогики, факультет социальных наук, ISFT, Ташкент, 100140, Республика Узбекистан

Аннотация: Аннотация представляет собой обзор современных представлений о совокупности социально-психологических факторов, влияющих на нарушение психологического здоровья в семейной среде. В её рамках подчеркивается многоаспектность и детерминированность воздействия окружающих условий, таких как социальное окружение, экономическая ситуация, культурные и гендерные нормы, а также особенности внутрисемейных взаимоотношений. Особое внимание уделяется анализу роли социального окружения и сообществ в формировании поддержки и развитии ресурсных возможностей у членов семьи, что позволяет снижать риск психологических отклонений. Раскрывается влияние экономического стресса, ведущего к возникновению конфликтов и дестабилизации межличностных отношений, а также аспект социальной изоляции, которая может усугублять психологические проблемы. Важным аспектом являются культурные нормы и ценности, формирующие модели поведения и восприятия семейных ролей, а также гендерные стереотипы, которые могут оказывать искажённое влияние на динамику взаимоотношений.

Анализ внутренних факторов включает особенности личности родителей и детей, их темперамент, а также характер внутрисемейных конфликтов и стиль воспитания, что непосредственно влияет на эмоциональную атмосферу, уровень доверия и привязанности. В рамках обзора также рассматриваются модели передачи риска и механизмы формирования устойчивости, а также значение генетических и биопсихологических аспектов. Подчеркивается важность использования разнообразных методологических подходов, включая количественные и качественные исследования, для комплексного анализа состояния семейного психологического здоровья и разработки эффективных профилактических и коррекционных программ.

Ключевые слова: стресс, конфликт, изоляция, нормы, поддержка.

Аннотация: Mazkur annotatsiyada oilaviy muhitda psixologik salomatlikning buzilishiga ta'sir ko'rsatuvchi ijtimoiy-psixologik omillar majmuasi bo'yicha zamonaviy ilmiy qarashlar sharhi keltiriladi. Unda ijtimoiy muhit, iqtisodiy holat, madaniy va gender me'yorlari, shuningdek, oila ichidagi munosabatlar xususiyatlari kabi tashqi sharoitlarning ko'p qirrali va determinatsiyalangan ta'siri yoritiladi. Ijtimoiy muhit va jamoalarning oila a'zolarida qo'llab-quvvatlovchi resurslar hamda ijtimoiy tayanch tizimini shakllantirishdagi roli alohida tahlil qilinadi, bu esa psixologik og'ishlar xavfini kamaytirishga xizmat qiladi. Shuningdek, iqtisodiy stressning oilaviy nizolar paydo bo'lishiga hamda shaxslararo munosabatlar barqarorligining izdan chiqishiga olib keluvchi ta'siri, ijtimoiy izolyatsiyaning esa psixologik muammolarni kuchaytirishi mumkinligi ko'rsatib beriladi.

Tadqiqotda madaniy me'yorlar va qadriyatlarining oilaviy rollarni idrok etish hamda xulq-atvor modellarini shakllantirishdagi o'rni, shuningdek, gender stereotiplarining oila ichidagi munosabatlar dinamikasiga ta'siri ochib beriladi. Ichki omillar tahlilida ota-onalar va bolalarning shaxsiy xususiyatlari, temperamentlari, oilaviy nizolar xarakteri hamda tarbiya uslublari ko'rib chiqiladi, chunki ular oiladagi emotsional muhit, ishonch darajasi va o'zaro bog'liqlikni bevosita belgilaydi. Shuningdek, xavf omillarining avlodlararo uzatilishi modellari, psixologik barqarorlikni shakllantirish mexanizmlari hamda genetik va biopsixologik omillarning ahamiyati yoritiladi. Oilaviy psixologik salomatlik holatini kompleks tahlil qilish hamda samarali profilaktik va korreksion dasturlar ishlab chiqishda miqdoriy va sifat tadqiqot metodlaridan foydalanish muhimligi ta'kidlanadi.

Калит so'zlar: stress, konflikt, izolyatsiya, me'yorlar, qo'llab-quvvatlash.

Abstract: This abstract provides an overview of contemporary scientific perspectives on the complex of socio-psychological factors influencing the disruption of psychological health within the family environment. It highlights the multifaceted and determined impact of external conditions such as the social environment, economic situation, cultural and gender norms, as well as the characteristics of intra-family relationships. Particular attention is given to the role of social communities and networks in developing support systems and social resources among family members, which helps reduce the risk of psychological deviations. The study also reveals the influence of economic stress, which can lead to conflicts and destabilization of interpersonal relations, and the effect of social isolation that may intensify psychological difficulties. The analysis further considers the role of cultural norms and values in shaping behavioral patterns and perceptions of family roles, as well as gender stereotypes that may distort the dynamics of family relationships.

Internal factors are examined through the personal characteristics and temperament of parents and children, the nature of intra-family conflicts, and parenting styles, which directly influence the emotional climate, level of trust, and attachment within the family. The review also addresses models of risk transmission, mechanisms of psychological resilience formation, and the significance of genetic and biopsychological aspects. It emphasizes the importance of applying both quantitative and qualitative research approaches to comprehensively analyze family psychological health and to develop effective preventive and corrective programs.

Key words: stress, conflict, isolation, norms, support.

ВВЕДЕНИЕ

Современное общество характеризуется быстрыми социальными изменениями, что оказывает значительное воздействие на внутрисемейные отношения и эмоциональную атмосферу. Нарушения психологического здоровья в семейной среде могут быть связаны с множеством факторов, включая влияние социально-психологических условий, таких как уровень социальной поддержки, культурные нормы и экономический статус. Исследование данных аспектов позволяет лучше понять механизмы формирования семейных кризисов, а также выявить потенциальные зоны риска и разработать эффективные стратегии профилактики и коррекции. Важным аспектом является индивидуально-личностный фактор, поскольку личностные особенности родителей и детей существенно влияют на качество взаимоотношений и уровень эмоционального комфорта. Кроме того, в условиях современного развития социальной среды актуально рассматривать роль социального окружения, его поддержки или, наоборот, дезадаптивных влияний.

Введение подчёркивает необходимость комплексного анализа социально-психологических факторов, способствующих либо препятствующих сохранению психологического здоровья в семейной системе, а также акцентирует внимание на междисциплинарном подходе к исследованию данной проблемы. Разработка методологических основ, внедрение количественных и качественных методик оценки позволяют не только выявлять причины нарушений, но и разрабатывать меры профилактики, направленные на укрепление психологического благополучия внутри семьи.

ОБЗОР ЛИТЕРАТУРЫ ПО ТЕМЕ

Теоретические основы семейной психологии формируют фундамент понимания внутренней структуры и динамики семейных отношений. Основные концепции этого направления включают рассмотрение семьи как сложной системы, где взаимодействия между членами оказывают существенное влияние на психологическое здоровье каждого индивида. Семейная система характеризуется определёнными межличностными связями, ролями и функциями, которые определяют её функционирование и устойчивость. Важной предпосылкой является концепция взаимозависимости, подразумевающая, что любое изменение внутри семьи оказывает влияние на её остальных участников. Это особенно актуально при изучении факторов, способствующих развитию или, напротив, нарушениям психологического состояния семейной единицы. В рамках семейной психологии особое внимание уделяется моделям коммуникации, стилям воспитания, а также ролям и ожиданиям, которые формируются в процессе социализации. Понимание этих аспектов даёт возможность выявлять потенциальные источники конфликтов и стрессовых ситуаций внутри семьи.

Также важной составляющей является изучение внутрисемейных ресурсов и механизмов их реализации, позволяющих повышать стрессоустойчивость и поддерживать психологическую устойчивость семьи в сложных условиях. Методы исследования в этой области включают как количественные, так и качественные подходы, что позволяет получить комплексную картину семейных процессов. Высокий уровень теоретического базиса способствует разработке программ профилактики и коррекции психологических нарушений, возникающих под воздействием как внутренних, так и внешних факторов. В целом теоретические основы семейной психологии служат важной основой для понимания механизмов



формирования и развития психологического здоровья или дезадаптации в семейных отношениях. Понятие семейной системы и роли в ней индивида. Понятие семейной системы предполагает рассмотрение семьи как сложной динамической структуры, в которой каждый участник играет определённую роль, а взаимодействия между ними формируют уникальный внутрисемейный климат. В рамках этой системы выделяются роли родителей, детей и других членов семьи, каждый из которых вносит вклад в поддержание стабильности или, напротив, способствует возникновению конфликтных ситуаций.

Эти роли закреплены не только культурно-нормативными ожиданиями, но и обусловлены индивидуальными личностными особенностями, такими как темперамент, ценности и убеждения. Важным аспектом является баланс между автономией и взаимозависимостью участников, который влияет на эмоциональную атмосферу и качество взаимодействий внутри семьи. Индивид в рамках семейной системы занимает не только функцию родственника, но и выполняет социально-психологическую роль, определяемую его возрастными особенностями, личностными характеристиками и текущими потребностями. Каждая роль связана с определёнными ожиданиями и статусами, которые формируют поведенческие паттерны, способствующие или, наоборот, усложняющие психологическое здоровье. Нарушение баланса ролей, конфликтные ситуации или периоды кризиса могут приводить к развитию стресса, психологических нарушений и ухудшению качества семейных взаимоотношений. Кроме того, понимание роли индивида в семейной системе помогает выявить внутренние механизмы передачи стресса и резилентности, а также определить пути их укрепления. Важной задачей является формирование и поддержание здорового семейного климата, где присутствуют доверие, эмоциональная поддержка и открытость, что способствует профилактике психологических нарушений. Обеспечение позитивной роли семьи в жизни каждого её члена является залогом не только гармоничного развития, но и устойчивого психического здоровья всей семьи в целом.

Социально-психологические факторы: определение и классификация. Социально-психологические факторы представляют собой совокупность условий, воздействий и характеристик, непосредственно влияющих на психологическое состояние членов семьи и её стабильность. Они обуславливают динамику межличностных отношений, формируют эмоциональный климат и определяют степень адаптивности семейной системы в условиях социальной среды. В рамках данной категории выделяют несколько основных видов факторов, каждый из которых оказывает своё уникальное влияние на психическое здоровье семьи. Классификация социально-психологических факторов включает такие группы, как социальное окружение, уровень экономического благополучия, степень социальной поддержки, культурно-гендерные нормы, а также внутрисемейные отношения. Во-первых, влияние социального окружения проявляется через качество межличностных связей, степень интеграции в сообщества и социальную активность. Нестабильные условия, конфликтные ситуации внутри сообщества или давление со стороны окружающих могут усиливать стрессовые состояния у членов семьи, ухудшая их психологическое здоровье.

Во-вторых, экономический стресс – фактор, способный вызвать повышение уровня тревожности, снижение уровня жизненного комфорта и усугубление конфликтов внутри семьи. Финансовые трудности склонны создавать напряжённость, снижая уровень доверия и взаимопонимания между супругами и детьми. Третий аспект – социальная изоляция и поддержка. Недостаток поддержки со стороны сообщества и слабая социальная сеть увеличивают риск возникновения психологических проблем, особенно в периоды кризисных ситуаций или при наличии хронических заболеваний у членов семьи. Четвёртая группа факторов связана с культурными и гендерными нормами, которые нередко формируют стереотипы и ожидания, создающие дополнительные нагрузки, особенно на женщин и родителей. Диспуты относительно ролей и поведения в семье могут формировать напряжённость и способствовать развитию психологических нарушений. Все перечисленные социально-психологические факторы взаимосвязаны и способны оказывать комплексное воздействие на семейное здоровье. Их влияние проявляется не только через внешние обстоятельства, но и через внутренние реакции, поведение и эмоциональное состояние участников семейных отношений. Понимание и классификация данных факторов позволяют выявлять риски, разрабатывать профилактические меры, а также создавать условия для формирования устойчивых и гармоничных семейных структур, способных противостоять внешним и внутренним вызовам.

МЕТОДОЛОГИЯ ИССЛЕДОВАНИЯ

Влияние социального окружения на семейное здоровье. Социальное окружение оказывает значительное влияние на психологическое здоровье членов семьи, формируя условия, в которых развивается семейная динамика и внутриличностные установки. Важным аспектом является степень социальной поддержки, которую семья получает от окружающего сообщества, а также уровень социальной инте-

грации. Недостаток поддержки или высокий уровень социального отчуждения способствует развитию стрессовых состояний, депрессивных настроений и конфликтных ситуаций внутри семьи. Социальная изоляция, особенно в условиях урбанизированных и мобильных обществ, уменьшает возможности для эмоциональной разгрузки, обмена опытом и получения советов, что негативно сказывается на психологическом климате в семье. Обратная сторона – наличие устойчивых и позитивных связей с соседями, друзьями и членами местного сообщества – способствует укреплению эмоциональной устойчивости и созданию благоприятной атмосферы для воспитания детей и поддержания партнерских отношений. Социально-психологические факторы включают также влияние групповой идентичности, культурных ценностей и традиций, которые могут как укреплять, так и, наоборот, разрушать семейные связи. В социальном окружении формируются нормы поведения, ожидания и модели взаимодействия, что оказывает воздействие на внутренние отношения в семье и уровень психологического благополучия её членов.

Особое значение имеет поддержка со стороны социальных институтов, таких как школа, здравоохранение и социальные службы, способствующая раннему выявлению и корректировке психоэмоциональных проблем. При этом негативные факторы, такие как дискриминация, предвзятое отношение и социальная отчуждённость, увеличивают риски возникновения конфликтов, стрессов и нарушений психологического здоровья в семейной системе. В целом состояние социальной среды оказывает всестороннее и мощное воздействие на механизм формирования и поддержания психологического здоровья в семье, определяя качество межличностных отношений и психологического комфорта каждого её члена.

Экономический стресс и семейные динамики. Экономический стресс является одним из наиболее значимых факторов, оказывающих влияние на внутреннюю динамику семейных отношений. Финансовая нестабильность, повышение стоимости жизни, сокращение доходов и безработица создают дополнительные нагрузки на супругов и детей, что зачастую приводит к ухудшению эмоционального климата в семье. Постоянное ощущение нехватки средств способствует возникновению конфликтов, усилению напряжённости и снижению уровня взаимопонимания между членами семейной системы. В условиях экономического давления могут обостряться внутрисемейные противоречия, ухудшаться качество коммуникации, появляться чувства отчаяния и безысходности, что напрямую негативно сказывается на психическом здоровье всех участников. Механизмы влияния экономического стресса проявляются и через изменения в поведенческих паттернах – увеличивается уровень агрессии, снижается толерантность к конфликтам, возрастает склонность к изоляции. Семьи, сталкивающиеся с хроническими финансовыми трудностями, зачастую испытывают снижение социальной поддержки извне, что усугубляет их положение и повышает уязвимость к психологическим нарушениям. Воспринимаемый экономический кризис способствует формированию опасных психологических установок, таких как ощущение утраты контроля и безысходности, что, в свою очередь, влияет на укрепление или, наоборот, ослабление семейных связей.

Социальные и экономические факторы неразрывно связаны с ролями в семье, поскольку каждая роль требует определённых ресурсов, а их дефицит порождает внутренние конфликты. В результате финансовое давление становится фактором, усугубляющим внутрисемейные напряжения и усиливающим риски развития эмоциональных и поведенческих нарушений. Взаимное влияние экономического напряжения и семейных процессов подчёркивает необходимость комплексного подхода к профилактике и поддержке психологического здоровья в условиях финансовых сложностей. Социальная изоляция и поддержка со стороны сообщества выступают важными факторами, негативно влияющими на психологическое здоровье членов семьи. В условиях отсутствия социального взаимодействия люди зачастую испытывают чувство одиночества, что снижает уровень эмоциональной устойчивости и увеличивает риск развития различных психосоматических и психических заболеваний. Изоляция может быть, как следствием внешних обстоятельств, таких как переезд в незнакомое место, так и внутренней структуры семейных отношений, характеризующейся отсутствием доверия и поддержки между членами семьи или окружающим сообществом.

Недостаток социальной поддержки уменьшает возможности для эмоциональной разрядки, обмена опытом и получения советов по преодолению жизненных трудностей. В результате индивиды и семьи оказываются без резервной системы для справления со стрессовыми ситуациями, что ведёт к усугублению психологического напряжения и может стать источником формирования чувства отчуждения и недоверия. В условиях социальной изоляции возрастает риск возникновения депрессивных расстройств, тревожных состояний и конфликтных ситуаций внутри семьи. Одновременно наличие активных и поддерживающих социальных связей способно значительно повысить уровень психологического благополучия и укрепить семейные отношения. Поддержка со стороны сообщества обеспечивает не только обмен необходимой информацией и ресурсами, но и служит формой эмоционального подтверждения, что особенно важно во время кризисных ситуаций или при столкновении с личностными трудностями. Социальные сети, общественные организации, религиозные общины и соседское взаимо-



действие создают условия для формирования чувства сопричастности и личностного роста. Недостаток социальной поддержки зачастую связан с социально-культурными особенностями, такими как стигма вокруг обращения за помощью или неправильное восприятие роли семьи в обществе. В результате члены семей, испытывающие изоляцию, оказываются уязвимыми к развитию психологических проблем, что требует своевременного вмешательства и формирования систем поддержки. Важным аспектом профилактики и коррекции является создание условий для укрепления социальных связей и развития общественного участия, что позволит снизить уровень социальной изоляции и повысить устойчивость семейных систем перед различными стресс-факторами.

Культурные и гендерные нормы. Культурные и гендерные нормы оказывают значительное влияние на формирование семейных отношений и психоэмоциональное состояние участников семейной системы. В рамках данных норм закреплены устоявшиеся представления о роли мужчин и женщин, ожидаемых образцах поведения, а также приоритетах внутри семьи. Так, традиционные взгляды часто связаны с закреплением патриархальных моделей, что может вести к установлению неравноправных взаимоотношений, ограничению личностной свободы и развитию психологического давления. Ожидания, связанные с выполнением гендерных ролей, могут порождать внутренние конфликты и затруднять эмоциональное самовыражение членов семьи, особенно женщин, что негативно сказывается на общем психическом состоянии. Особенно трудно адаптироваться к современным изменениям общества, когда нормативные установки противоречат личным ценностям или потребностям. При этом строгие нормы могут усиливать конфликты внутри семьи, создавать атмосферу постоянного давления и снижения самооценки.

В ситуации несоответствия между личными убеждениями и принятыми образцами поведения возрастает риск развития стрессовых состояний и психосоматических расстройств. В то же время гибкое восприятие культурных и гендерных стандартов, ориентированное на толерантность и понимание индивидуальных особенностей, способствует укреплению эмоциональной привязанности и психологической устойчивости. Важным аспектом является возможность обновления общественных ценностей в целях формирования более гуманистического и поддерживающего внутрисемейного пространства, где каждый член чувствует себя принятым и уважаемым. Таким образом, баланс между соблюдением культурных традиций и развитием личностной свободы является ключевым фактором профилактики нарушений психологического здоровья в семейной среде. Влияние внутрисемейных факторов на психическое здоровье. Внутрисемейные факторы оказывают значительное влияние на психическое здоровье членов семьи, формируя либо позитивные, либо деструктивные эмоциональные и поведенческие модели. Особое значение имеют личностные особенности родителей, такие как уровень эмоциональной зрелости, умение управлять стрессом, а также темперамент и особенности характера детей. Родители, обладающие высоким уровнем эмоциональной стабильности, склонны создавать благоприятный психологический климат, способствующий развитию доверия и привязанности у детей.

В противоположность этому наличие личностных конфликтов, неустойчивое эмоциональное состояние родителей или их недостаток эмоциональной поддержки могут привести к развитию у детей тревожных расстройств, снижению уровня саморегуляции и появлению различных форм психосоматических нарушений. Стиль воспитания также оказывает существенное влияние на формирование психического здоровья ребёнка. Авторитарные методы, чрезмерная критика, отсутствие поддержки и понимания могут привести к формированию у детей низкой самооценки, трудностям в установлении доверительных отношений и развитию тревожно-депрессивных состояний. В то же время авторитетный стиль, основанный на уважении, поддержке и здоровых границах, способствует развитию у детей устойчивых механизмов адаптации, объективной оценки своих возможностей и способности к конструктивному разрешению конфликтных ситуаций. Конфликты внутри семьи, насилие и стилевые особенности воспитания могут значительно ухудшить эмоциональную атмосферу, негативно сказываясь как на психическом здоровье взрослых, так и на психологическом состоянии детей. Постоянное напряжение, несправедливые обвинения и отсутствие доверия создают стрессовую среду, которая подрывает внутреннюю гармонию семьи, способствует развитию у детей чувства опасности и тревоги, формирует у них негативные модели поведения и снижает их резилиентность. Внутрисемейные конфликты также могут стать причиной длительных эмоциональных потрясений, которые отрицательно отражаются на общем состоянии здоровья, вызывая различные соматические и психологические нарушения.

Важную роль играет эмоциональная атмосфера и степень привязанности, определяющие уровень доверия и взаимомощи в семье. Положительные модели взаимодействия и поддержка способствуют формированию устойчивых механизмов психологической защиты, укрепляя здоровье как у взрослых, так и у детей. Негативные же отношения, базирующиеся на недоверии и отчуждении, нередко приводят к развитию депрессивных состояний, склонности к соматизации и межличностным трудностям. Таким образом, внутрисемейные отношения являются ключевым фактором формирования психического здоровья, подчёркивая необходимость гармонии, поддержки и конструктивного диалога внутри семейной

системы. Личностные особенности родителей и темперамент детей. Личностные особенности родителей и темперамент детей являются важными факторами, оказывающими существенное влияние на психологическую атмосферу в семье и, следовательно, на психическое здоровье всех её членов. Стойкие личностные характеристики родителей, такие как уровень эмоциональной стабильности, открытость, ответственность, а также наличие личных конфликтов и особенностей характера, могут способствовать формированию благоприятных или напряжённых условий для воспитания и общения. Например, родители с высоким уровнем тревожности или склонные к раздражительности чаще создают атмосферу стрессовых взаимодействий, что негативно сказывается на психологическом состоянии детей. В свою очередь, те, кто демонстрируют уверенность, терпение и способность к эмпатии, способствуют укреплению доверия и внутренней гармонии в семье.

Темперамент детей также играет ключевую роль в межличностных отношениях и процессе социализации. Различия в темпераменте, такие как уровень активности, эмоциональная реактивность и чувствительность, могут вызывать как гармоничные, так и конфликтные ситуации в семье. Например, гипертимные дети, проявляющие повышенную активность и импульсивность, требуют особого подхода и терпения со стороны родителей, что при недостаточной гибкости в стиле воспитания может привести к возникновению конфликтов и ухудшению психологического климата. Следовательно, понимание и учёт индивидуальных особенностей личности каждого члена семьи позволяют своевременно устранять возможные источники напряжения и реализовывать меры профилактики психологических нарушений. Сочетание личностных характеристик родителей и темперамента детей создаёт уникальную динамику семейных взаимоотношений. Гармоничное взаимодействие возможно при осознанном подходе к воспитанию, эмоциональной поддержке и развитию позитивных стратегий коммуникации. Важным аспектом является формирование у детей позитивных моделей поведения и адаптивных способов реагирования на стрессовые ситуации. Поэтому развитие личностных качеств у родителей, а также умение адаптировать воспитательные подходы к индивидуальным особенностям ребёнка существенно повышают устойчивость семьи к социально-психологическим нагрузкам и способствуют сохранению психологического здоровья всех её участников.

Конфликты, насилие и стиль воспитания являются одними из ключевых факторов, оказывающих негативное воздействие на психологическое здоровье в семейной системе. Конфликты в семье могут выступать результатом несовпадения интересов, ценностей или ожиданий членов семьи, что при отсутствии адекватных стратегий разрешения приводит к усилению эмоционального напряжения и дестабилизации взаимосвязей. Постоянное переживание конфликтных ситуаций способствует развитию у членов семьи хронического стресса, что негативно сказывается на их психическом благополучии и формирует предпосылки для возникновения или усугубления психологических нарушений. Насилие в семейных отношениях – особенно тяжёлый фактор, который характеризуется физическим, эмоциональным или психологическим воздействием. В условиях постоянного насилия у пострадавших могут развиваться синдромы тревожности, депрессии и формироваться низкая самооценка. Важно отметить, что насилие зачастую укореняется в культурных и социальных нормах, что создаёт барьеры для его своевременного выявления и устранения. В семейной практике стиль воспитания также играет значительную роль, поскольку чрезмерно авторитарные или, наоборот, чрезмерно либеральные подходы могут привести к формированию у детей склонности к агрессии или низкой социальной адаптации.

Особенности стиля воспитания, такие как жёсткость, недосмотр или отсутствие чётких границ, влияют на формирование у детей психологической уязвимости или, напротив, устойчивости. Авторитарный стиль, характеризующийся чрезмерным контролем и ограничениями, нередко вызывает у детей негативные эмоциональные реакции, формирует чувство тревоги и недоверия. С другой стороны, чрезмерная свобода без должного руководства способствует формированию у ребёнка неустойчивых моделей поведения и затрудняет развитие социальной компетентности. Эмоциональная атмосфера внутри семьи, доверие и привязанность создают фундамент для формирования адекватных механизмов психологической защиты у всех её членов. Конфликты и насилие разрушают эти основы, нарушая ощущение безопасности, необходимое для полноценного развития личности. Негативный стиль воспитания, основанный на принуждении и критике, зачастую усугубляет ситуацию, способствуя развитию у детей комплекса неполноценности, низкой самооценки и социальной заторможенности. Таким образом, устойчивое нарушение психологического здоровья в семье часто связано с наличием межличностных конфликтов, жёстких стилей воспитания и случаев насилия, что требует своевременного вмешательства и внедрения здоровых моделей взаимодействия.

Эмоциональная атмосфера, привязанность и доверие в семейных отношениях выступают ключевыми компонентами, определяющими психологическое здоровье членов семьи. Неблагоприятные эмоциональные условия, такие как частые конфликты, холодность, недоверие или отсутствие поддержки, способствуют развитию стрессовых состояний и психологической дезадаптации. В условиях недо-



статка эмоционального тепла и уверенности у детей формируются трудности в установлении доверительных связей вне семейного круга, что увеличивает риск возникновения психологических нарушений. Взрослые, воспитывавшиеся в атмосфере недоверия или эмоциональной отстранённости, зачастую проявляют сложности в коммуникации, испытывают трудности с выражением своих чувств и поддержанием близости. Привязанность, сформированная в ранние годы, оказывает значительное влияние на дальнейшее качество межличностных отношений. Без стабильной и положительной привязанности у индивидов развивается склонность к внутренней тревоге, недоверию и избегающему поведению, что негативно сказывается на психологическом здоровье всей семьи. Внутрисемейное доверие способствует созданию безопасной среды, стимулирующей развитие эмпатии и эмоциональной поддержки. Его наличие укрепляет способность членов семьи преодолевать кризисные ситуации, способствует формированию устойчивых межличностных связей и повышает уровень общего благополучия.

Недостаток доверия или эмоционального тепла в семье может стать основой для развития конфликтов, формирования внутриличностных проблем и даже психосоматических заболеваний. В противовес этому доверительные отношения и эмоциональная открытость способствуют снижению уровня стресса, укрепляют внутренние ресурсы и создают условия для позитивной адаптации. Важным аспектом является развитие у детей навыков доверия и эмоциональной регуляции, что достигается посредством чувствительной коммуникации и поддержки со стороны родителей. В целом создание благоприятной эмоциональной атмосферы, основанной на доверии и привязанности, является фундаментом для профилактики психологических нарушений и формирования гармоничной семейной среды.

АНАЛИЗ И РЕЗУЛЬТАТЫ

Модели передачи риска и резилиентности в семье представляют собой комплексные концептуальные схемы, отражающие механизмы формирования и распространения как негативных, так и позитивных элементов внутри семейной системы. Эти модели основываются на идее, что семейные традиции, стили воспитания, эмоциональный климат и межличностные взаимодействия служат важными факторами, определяющими предрасположенность к психологическим нарушениям или, наоборот, к развитию устойчивости к стрессам. Передача риска реализуется через паттерны поведения, установки и травматические переживания, закрепляющиеся в семейной системе и передающиеся из поколения в поколение. В этом контексте особое значение приобретает роль наследственных факторов, таких как генетическая предрасположенность и биопсихологические основы, а также влияние внутрисемейных конфликтов и дисфункций.

Одновременно с этим существуют механизмы формирования и укрепления резилиентности – способности семьи противостоять стрессовым воздействиям и восстанавливаться после кризисов. Эти механизмы включают поддержку и доверие внутри семейных отношений, положительный воспитательный климат, развитие гибкости в адаптации и наличие систем поддержки со стороны внешнего окружения. В рамках моделирования этих процессов выявляются такие компоненты, как эмоциональная привязанность, стиль коммуникации и ценностные ориентиры, способствующие укреплению внутренних ресурсов семьи. Значительно важную роль играют динамики, связанные с личностными особенностями членов семьи, уровнем их эмпатии и способностью к совместному решению проблем. Рассматриваемые модели позволяют не только объяснить механизмы передачи риска, но и определить ключевые точки воздействия для профилактики и коррекции нарушений. На эти модели опираются методологические подходы в диагностике семейного благополучия, что способствует разработке эффективных программ и мероприятий по укреплению психологического здоровья семьи. В результате интеграции этих моделей формируется системное понимание того, как внутренние и внешние факторы взаимодействуют, создавая риски или способствуя формированию резилиентности на внутрисемейном уровне.

Генетические и биопсихологические аспекты. Генетические и биопсихологические аспекты играют важную роль в формировании психического здоровья в семейной системе. Генетическая предрасположенность к определённым психологическим расстройствам может передаваться от родителей к детям, увеличивая риск развития инфантильных, тревожных или депрессивных состояний. Нарушения генофонда или наличие наследственных заболеваний повышают уязвимость индивида к стрессовым ситуациям, что непосредственно отражается на межличностных взаимоотношениях внутри семьи. Помимо генетической компоненты, биопсихологические факторы включают особенности нервной системы, гормональный фон и индивидуальные механизмы регуляции тревожности и агрессии. Особое значение имеет влияние гормональных и нейрохимических процессов, связанных с развитием и функционированием центральной нервной системы. Например, баланс серотонина, дофамина и кортизола существенно определяет эмоциональное состояние индивида и его способность к стрессоустойчивости. Нарушения в этих системах могут приводить к возникновению психологических дисфункций, которые

негативно сказываются на семейных отношениях, создавая дополнительные источники конфликтов и тревоги.

Ключевым аспектом является воспитательный климат, внутри которого формируются не только личностные качества у детей, но и их эмоциональные реакции, уровни стрессоустойчивости и адаптивных возможностей. Биопсихологические особенности родителей, такие как особенности темперамента, уровень тревожности и способность к саморегуляции, могут усиливать или снижать риск возникновения конфликтных ситуаций в семье. Важным элементом является комплексное взаимодействие генетических, нейрофизиологических и психологических факторов, определяющих модель семейной адаптационной стратегии и механизмы передачи семейных сценариев, что делает невозможным рассматривать их отдельно от социально-психологических влияний. Понимание взаимосвязи между биологическими аспектами и психологическими механизмами способствует более целенаправленной профилактике и коррекции нарушений семейного психологического здоровья. Роль воспитательного климата и позитивной адаптации. Роль воспитательного климата и позитивной адаптации в формировании психологического здоровья семьи является важной составляющей, обуславливающей устойчивость семейных отношений и благополучие каждого её члена. Воспитательный климат определяется уровнем эмоциональной поддержки, доверия, гибкости в межличностных взаимодействиях, а также созданием атмосферы безопасности, в которой дети и взрослые чувствуют себя принятыми и уважаемыми. Такой климат способствует формированию позитивных моделей поведения, развитию у детей уверенности в себе и способности справляться с жизненными трудностями. Позитивная адаптация семьи предполагает умение эффективно реагировать на внешние и внутренние вызовы, поддерживать баланс между требованиями социальной среды и внутренними потребностями. Семьи с благоприятным воспитательным климатом предоставляют своим членам необходимую поддержку в преодолении стрессовых ситуаций, что способствует снижению уровня тревожности и профилактике психических расстройств. Важным аспектом является установление доверительных отношений, в которых каждый чувствует свою значимость и поддержку со стороны близких.

Эффективная коммуникация и ясные границы взаимодействия формируют устойчивую семейную динамику, способствуют развитию эмоциональной устойчивости и способности к позитивной адаптации. Влияние таких факторов проявляется не только на уровне индивидуальных характеристик, но и в межпоколенческой передаче стереотипов и ценностей, укрепляя внутренние механизмы резилентности семьи. В результате воспитательный климат и развитая модель позитивной адаптации создают основу для уменьшения рисков психологических нарушений, способствуют укреплению семейных связей и обеспечивают долгосрочное психологическое здоровье, что особенно важно при наличии внешних стрессовых факторов или внутренних конфликтов. Методологические подходы к исследованию семейного психического здоровья представляют собой систематизированные и взаимодополняющие инструменты, позволяющие всесторонне анализировать состояние семьи и выявлять причины нарушений психологического благополучия. В рамках количественных методов широко применяются стандартизированные опросники, различные шкалы и анкетные методики, направленные на оценку уровня стресса, качества семейных взаимодействий, степени эмоциональной поддержки и уровня конфликтности. Эти инструменты позволяют получать репрезентативные данные для статистического анализа, выявлять закономерности и определять факторы риска.

Качественные подходы охватывают методы наблюдения, интервью, фокус-группы и методики семейной диагностики, позволяющие глубже понять динамику внутрисемейных процессов, особенности коммуникации, степень привязанности и эмоциональной открытости. Они обеспечивают богатую контекстную информацию о структуре семейных отношений, ролях, внутренней культуре и моделях поведения, что особенно важно для выявления скрытых причин нарушений психологического здоровья. В современном исследовании активно используются визуальные методики, такие как генограммные схемы, диаграммы семейных связей и схемы эмоциональных взаимодействий, позволяющие наглядно представить внутренние семейные структуры и динамику изменений. Такой подход способствует более точной интерпретации данных и выявлению межличностных конфликтов или факторов поддержки. Комплексное использование количественных и качественных методов обеспечивает полноту и точность оценки семейного состояния, даёт возможность выявить индивидуальные и системные особенности, а также определить направления профилактической и коррекционной работы. Важно подчеркнуть, что интеграция различных методик позволяет подчеркнуть междисциплинарный характер исследования, обеспечивая баланс между объективностью количественных данных и глубиной понимания качественных аспектов семейной жизни. Численные методики и шкалы оценки состояния семьи.

Численные методики и шкалы оценки состояния семьи представляют собой важнейшие инструменты, позволяющие объективно определить уровень психологического благополучия внутрисемейных отношений и выявить потенциальные источники дисгармонии. Эти методики основаны на стандар-



тизированных опросниках, анкетах и шкалах, разработанных для количественной оценки различных аспектов семейной динамики, таких как степень эмоциональной удовлетворённости, уровень семейной поддержки, конфликтность, степень доверия внутри семьи и другие показатели, характеризующие психологический климат семейной системы.

Практическое применение данных методов включает проведение опросов среди членов семьи, что позволяет получить комплексную картину не только субъективных ощущений каждого индивида, но и взаимосвязанных процессов, происходящих в семье. Среди популярных шкал – опросники для оценки уровня семейного стресса, шкалы для измерения степени конфликтности, уровня доверия и эмоциональной поддержки. Например, шкала семейного конфликта позволяет выявить наличие и интенсивность конфликтных ситуаций, а также определить их роль в формировании психологического дискомфорта.

Использование количественных методов нередко дополняется качественными подходами, что обеспечивает более полное понимание семейных процессов. Важным аспектом является визуализация данных, которая способствует более наглядному представлению структурных особенностей и динамики изменений в семейной системе. Статистические методы анализа позволяют выявить закономерности и связи между различными факторами, что особенно важно для разработки эффективных междисциплинарных профилактических программ и стратегий психологической поддержки. Таким образом, численные методики и шкалы оценки служат надёжным инструментом диагностики, дают возможность сформировать числовые показатели, служащие основанием для планирования последующих интервенций, коррекционных мероприятий и оценки эффективности проводимых мер. Их применение оправдывает себя в широком диапазоне исследовательских и практических задач, связанных с поддержанием и восстановлением психологического здоровья в семье.

Качественные подходы и визуализация семейных процессов. Качественные подходы и визуализация семейных процессов позволяют получить глубокое понимание внутренних динамик и межличностных взаимодействий, влияющих на психологическое здоровье в семье. В отличие от количественных методов, которые основываются на числовых данных и стандартизированных шкалах, качественные исследования фокусируются на интерпретации смыслов, субъективных переживаниях и сложных структурных особенностях семейных взаимоотношений. Этот подход предполагает использование таких методов, как углублённые интервью, фокус-группы, наблюдение и анализ кейсов, что обеспечивает богатый и детализированный материал для анализа. Важным элементом качественного подхода служит визуализация семейных процессов. Она включает создание графических моделей, диаграмм, схем и карт, отображающих взаимосвязи между участниками системы, уровни эмоциональной вовлечённости, роли и уровни поддержки, а также динамику изменений во времени. Визуальные модели позволяют выявить скрытые причины конфликтов, определить зоны напряжённости и обнаружить резонансные триггеры внутри семейной системы. Кроме того, они способствуют более объективной интерпретации сложных межличностных отношений, делая процессы понятными и наглядными как для исследователей, так и для самих участников. Применение визуализации способствует развитию интегративных подходов, соединяющих качественные данные с другими методами исследования. Это помогает выработать более точные и индивидуализированные рекомендации по укреплению психологического здоровья семьи, а также способствует мониторингу изменений и эффективности проводимых интервенций. В целом качественные подходы и визуализация создают мощный инструмент для выявления и устранения факторов, негативно влияющих на семейную устойчивость и психологическое благополучие, что является важной задачей современной семейной психологии.

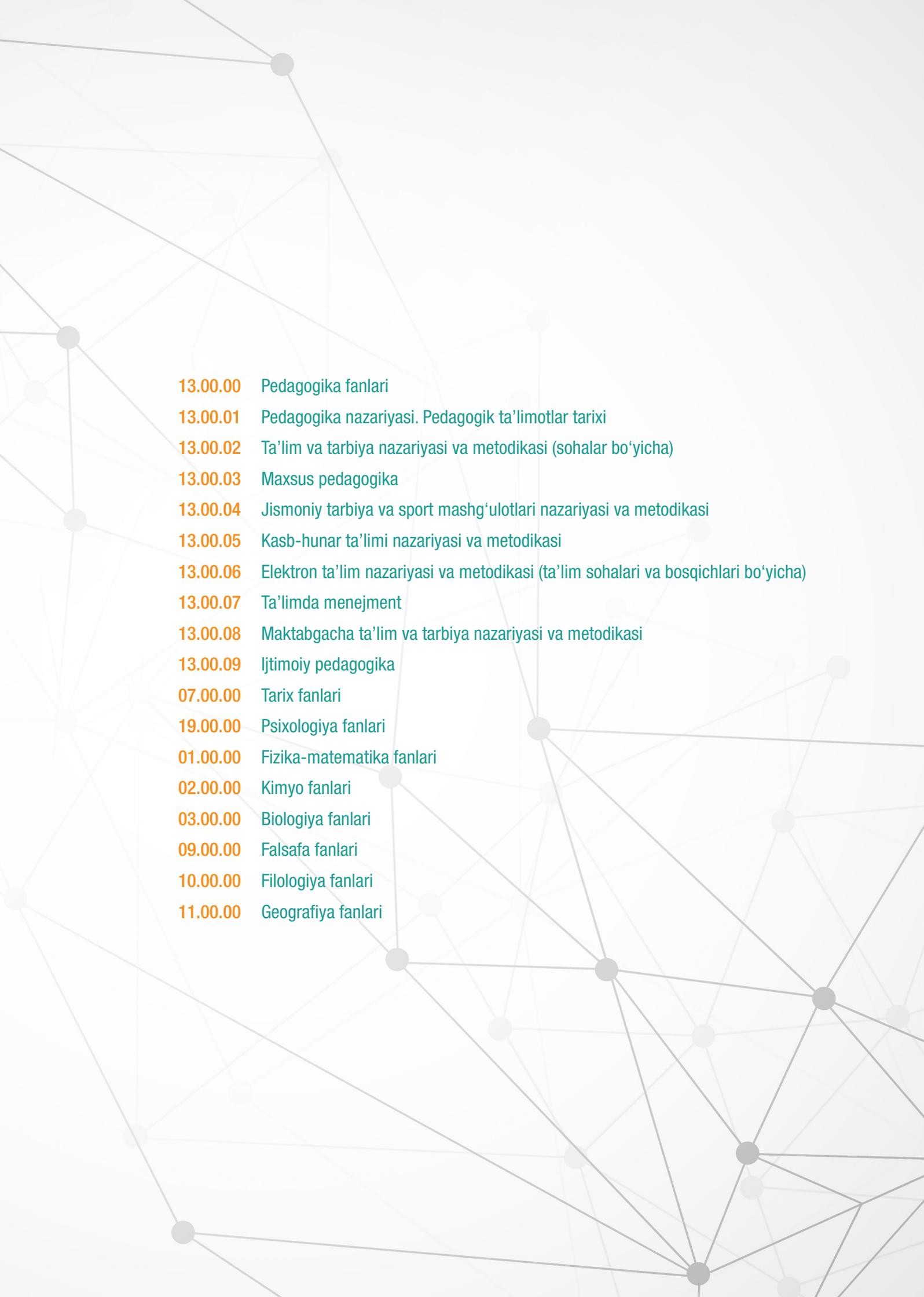
ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Заключение подтверждает, что социально-психологические факторы оказывают существенное влияние на психологическое здоровье семьи и индивидуальных её членов. Анализ позволил выявить многообразие факторов, таких как влияние социального окружения, экономический статус, культурные и гендерные нормы, а также внутрисемейные коммуникационные процессы. Значимость этих факторов обусловлена их способностью формировать эмоциональную атмосферу, уровень доверия, стиль воспитания и степень поддержки внутри семьи. Исследования показывают, что негативные социальные условия, такие как изоляция, стрессовые ситуации и дискриминация, способствуют развитию конфликтов, насилия и нарушений в воспитании, что, в свою очередь, ведёт к ухудшению психического здоровья членов семьи. Важной составляющей является роль личностных характеристик родителей и темперамента детей, поскольку они оказывают дополнительное влияние на стиль взаимодействия и уровень стрессоустойчивости семейной системы.

Модели передачи риска позволяют понять механизмы, посредством которых негативные сценарии закрепляются внутри рода, создавая порочный круг дисфункциональных семейных отношений. В свете этого значимо развитие методов диагностики, основанных на количественных и качественных подходах, включая шкалы оценки состояния семьи и визуализацию внутрисемейных процессов. Совокупность данных методов позволяет провести комплексное исследование, выявить потенциальные риски и разработать стратегии позитивной адаптации. В заключение можно отметить, что профилактика и коррекция социально-психологических факторов требуют системного подхода, включающего работу с социальным окружением, семейным климатом и личностным развитием. Устойчивость и адаптивность семейных систем во многом зависят от их способности интегрировать внутренние ресурсы, преодолевать вызовы и формировать здоровые межличностные отношения, способствующие психическому благополучию всех членов семьи.

Список использованной литература:

1. Deater-Deckard, K., Chary, M., McQuillan, M. E., Staples, A. D., & Bates, J. E. (2021). Mothers' sleep deficits and cognitive performance: Moderation by stress and age. *PLoS ONE*, 16(1), e0241188.
2. Jesus, S. N., Leal, A. R., Viseu, J. N., Valle, P., Matavelli, R. D., Pereira, J., & Greenglass, E. (2016). Coping as a moderator of the influence of economic stressors on psychological health. *Análise Psicológica*, 34(4), 365-376.
3. da Costa Carvalho, A. R. (2018). "Amor, Dinheiro e Cuidado, Não Estão Dissociados": Relação Entre Pressão Económica, Estilos Parentais e (Des)Ajustamento Psicológico dos Filhos (Master's thesis, Universidade de Lisboa, Portugal).
4. Taylor, J. A. N. (2011). Parent-child conflict style: Associations with family stress and vulnerability (Doctoral dissertation, University of North Carolina at Greensboro).
5. Wilson, M. H. (2012). Economic strain and adolescent functioning in at-risk families: The mediating roles of stressful parent-child relationships and stressful life events.
6. Zmyslinski-Seelig, A. N. (2016). "To each their own": Comparing satisfaction, money management, and financial communication across couple types (Doctoral dissertation, The University of Wisconsin-Milwaukee).
7. Borst, J. B. (2015). A systematic review of the effects of family conflict: Focusing on divorce, infidelity, and attachment style.
8. Grobbelaar, C., & Alsemgeest, L. (2016). The relationship between spousal communication and financial arguments and stress between young married couples. *Journal of Social Sciences*, 46(3), 271-281.
9. Odle-Dusseau, H. N., Matthews, R. A., & Wayne, J. H. (2018). Employees' financial insecurity and health: The underlying role of stress and work-family conflict appraisals. *Journal of Occupational and Organizational Psychology*, 91(3), 546-568.
10. Tung, K. T., Wong, R. S., Tsang, H. W., Wong, W. H., Tso, W. W., Yam, J. C., ... & Ip, P. (2022). Family financial pressure in childhood and telomere length in early adolescence: A prospective study. *Genes*, 13(5), 721.
11. Hosany, A. S., & Hamilton, R. W. (2023). Family responses to resource scarcity. *Journal of the Academy of Marketing Science*, 51(6), 1351-1381.
12. Gao, X., Lee, K., Permpoonputtana, K., & Plitponkarnpim, A. (2023). Earning too little and worrying too much: The role of income and financial worries on parents' well-being in Hong Kong and Bangkok. *Journal of Family and Economic Issues*, 44(3), 743-756.

- 
- 13.00.00 Pedagogika fanlari
 - 13.00.01 Pedagogika nazariyasi. Pedagogik ta'limotlar tarixi
 - 13.00.02 Ta'lim va tarbiya nazariyasi va metodikasi (sohalar bo'yicha)
 - 13.00.03 Maxsus pedagogika
 - 13.00.04 Jismoniy tarbiya va sport mashg'ulotlari nazariyasi va metodikasi
 - 13.00.05 Kasb-hunar ta'limi nazariyasi va metodikasi
 - 13.00.06 Elektron ta'lim nazariyasi va metodikasi (ta'lim sohaları va bosqichlari bo'yicha)
 - 13.00.07 Ta'limda menejment
 - 13.00.08 Maktabgacha ta'lim va tarbiya nazariyasi va metodikasi
 - 13.00.09 Ijtimoiy pedagogika
 - 07.00.00 Tarix fanlari
 - 19.00.00 Psixologiya fanlari
 - 01.00.00 Fizika-matematika fanlari
 - 02.00.00 Kimyo fanlari
 - 03.00.00 Biologiya fanlari
 - 09.00.00 Falsafa fanlari
 - 10.00.00 Filologiya fanlari
 - 11.00.00 Geografiya fanlari



MAKTABGACHA VA MAKTAB TA'LIMI

Mas'ul muharrir: Ramzidin Ashurov

Ingliz tili muharriri: Murod Xoliyorov

Musahhih: Alibek Zokirov

Sahifalovchi va dizayner: Iskandar Islomov

2026. №3(2)

© Materiallar ko'chirib bosilganda "Maktabgacha va maktab ta'limi" jurnali manba sifatida ko'rsatilishi shart. Jurnalda bosilgan material va reklamalardagi dalillarning aniqligiga mualliflar ma'sul. Tahririyat fikri har vaqt ham mualliflar fikriga mos kelamasligi mumkin. Tahririyatga yuborilgan materiallar qaytarilmaydi.

"Maktabgacha va maktab ta'limi" jurnali 26.09.2023-yildan O'zbekiston Respublikasi Prezidenti Adminstratsiyasi huzuridagi Axborot va ommaviy kommunikatsiyalar agentligi tomonidan №C-5669363 reyestr raqami tartibi bo'yicha ro'yxatdan o'tkazilgan.
Litsenziya raqami: № 136361.

Manzirimiz: Toshkent shahar, Yunusobod tumani
19-mavze, 17-uy.