2026-yil
7-son

FAN VA TA'LIM YANGILIKLARI

ILMIY - METODIK

JURNALI

saen.uz

FAN VA TA'LIM YANGILIKLARI
JURNALI

2026-yil
7-son

Bosh muharrir:
Shoumarov G‘ayrat Bahromovich, psixologiya fanlari doktori, akademik

Bosh muharrir o‘rinbosari:
Qodirov Umarali Do‘stqobilovich, psixologiya fanlari doktori (DSc), professor

Mas’ul kotib:
Muqimov Alisher

Texnik muharrir:
Qarshiyev Jamshid Murotaliyevich, pedagogika fanlari bo‘yicha falsafa doktori (PhD), dotsent v.b.

TAHRIR HAY’ATI:

01.00.00 – FIZIKA-MATEMATIKA FANLARI
Ayupov Shavkat Abdullayevich, fizika-matematika fanlari doktori, akademik
A’zamov Abdulla, fizika-matematika fanlari doktori, akademik
Zohidov Erkin A’zamovich, fizika-matematika fanlari doktori, professor

02.00.00 – KIMYO FANLARI
Normaxamatov Nodirali Soxobataliyevich, kimyo fanlar doktori, professor
Tojibayev Komiljon Sharobitdinovich, kimyo fanlar doktori, akademik

03.00.00 – BIOLOGIYA FANLARI
Abdurahmonov Ibrohim Yo‘lchiyevich, biologiya fanlari doktori, akademik
Sulaymonov Botirjon Abdushukurovich, biologiya fanlari doktori, akademik

04.00.00 – GEOLOGIYA-MINERALOGIYA FANLARI
Fayziyev Abdulhaq Radjabovich, geologiya-mineralogiya fanlari doktori, professor
Husanov Sultonboy To‘xtayevich, geologiya-mineralogiya fanlari doktori, professor

05.00.00 – TEXNIKA FANLARI
Allayev Qahramon Rahimovich, texnika fanlari doktori, akademik
Majidov Inom Urishevich, texnika fanlari doktori, professor
Turobjonov Sadritdin Maxamatdinovich, texnika fanlari doktori, akademik
Shaumarov Said Sanatovich, texnika fanlari doktori, professor

06.00.00 – QISHLOQ XO‘JALIGI FANLARI
Namozov Shodmon Ergashovich, qishloq xo‘jaligi fanlari doktori, akademik
Shoumarov Hikmat Bahromovich, qishloq xo‘jaligi fanlari nomzodi, professor

07.00.00 – TARIX FANLARI
Ziyo Azamat Hamid o‘g‘li, tarix fanlari doktori, akademik
Sagdullayev Anatoliy Sagdullayevich, tarix fanlari doktori, akademik
Yusupova Diloram Yunusovna, tarix fanlari doktori, akademik

08.00.00 – IQTISODIYOT FANLARI
Abdurahmonov Qalandar Xodjayevich, iqtisod fanlari doktori, akademik
Musayev Behzod Anvarovich, iqtisod fanlari nomzodi
To‘xliyev Nurislom, iqtisod fanlari doktori, akademik
G‘ulomov Saidahror Saidahmedovich, iqtisod fanlari doktori, akademik

09.00.00 – FALSAFA FANLARI
Nazarov Qiyom Normirzayevich, falsafa fanlari doktori, professor
Saifnazarov Ismoil Saifnazarovich, falsafa fanlari doktori, professor

10.00.00 – FILOLOGIYA FANLARI
Mengliyev Baxtiyor Rajabovich, filologiya fanlari doktori, professor
Sirojiddinov Shuhrat Samariddinovich, filologiya fanlari doktori, akademik
Xidirov Rajab Gulmatovich, filologiya fanlari nomzodi, dotsent (Tojikiston)

11.00.00 – GEOGRAFIYA FANLARI
Nigmatov Asqar Nigmatullayevich, geografiya fanlari doktori, professor
Tojiyeva Zulxumor Nazarovna, geografiya fanlari doktori, professor

12.00.00 – YURIDIK FANLAR
Rustamboyev Mirzayusuf Hakimovich, yuridik fanlar doktori, professor
Saidov Akmal Xolmatovich, yuridik fanlar doktori, akademik
Xolmo'minov Jumanazar Toshtemirovich, yuridik fanlar doktori, professor
Qodirov Bobiromon Bekmurodovich, yuridik fanlar doktori, professor

13.00.00 – PEDAGOGIKA FANLARI
Djurayev Risboy Haydarovich, pedagogika fanlari doktori, akademik
Ibraimov Xolboy, pedagogika fanlari doktori, akademik
Musurmonova Oynisa, pedagogika fanlari doktori, professor
Umarov Bahrom Norboyevich, pedagogika fanlari bo'yicha falsafa doktori, dotsent

14.00.00 – TIBBIYOT FANLARI
Akilov Xabibulla Ataullayevich, tibbiyot fanlari doktori, professor
Nazirov Feruz Gafurovich, tibbiyot fanlari doktori, akademik

15.00.00 – FARMATSEVTIKA FANLARI
Abdullabekova Viloyat Nurillabekovna, farmatsevtika fanlari doktori, professor
Tulaganov Abduqodir Abdurahmonovich, farmatsevtika fanlari doktori, professor

16.00.00 – VETERINARIYA FANLARI
Daminov Asadullo Suvonovich, veterinariya fanlari doktori, professor
Jabborov Shuhrat Abdumajidovich, veterinariya fanlari doktori, professor
G'afurov Aktam G'afurovich, veterinariya fanlari doktori, professor

17.00.00 – SAN'ATSHUNOSLIK FANLARI
Ahmedova Nigora Rahimovna, sanatshunoslik fanlari doktori, professor
Hakimov Akbar Abdullayevich, san'atshunoslik fanlari doktori, akademik

18.00.00 – ARXITEKTURA
Nozilov Dodo Avazovich, arxitektura fanlari doktori, professor
Uralov Axtam Sindarovich, arxitektura fanlari doktori, professor

19.00.00 – PSIXOLOGIYA FANLARI
Abdusamatov Hasanboy Usmonjon o'g'li, psixologiya fanlari doktori, professor
Barotov Sharif Ramazonovich, psixologiya fanlari doktori, professor
Karimova Vasila Mamanosirovna, psixologiya fanlari doktori, professor
Halimova Mashraboy Vohidovna, psixologiya fanlari doktori, professor
Lazar Drajeta, psixologiya fanlari doktori, professor, Belgrad, Serbiya
Karpinskiy Konstantin Viktorovich, psixologiya fanlari doktori, professor, Grodno, Belarussiya
Suletbayeva Ella Serikbayevna, psixologiya fanlari doktori, dotsent

22.00.00 – SOTSIOLOGIYA FANLARI
Bekmurodov Mansur Bobomurodovich, sotsiologiya fanlari doktori, professor
Toshmuhamedova Dilorom Gafurdjanovna, sotsiologiya fanlari doktori

23.00.00 – SIYOSIY FANLAR
Fayzullayev Alisher Omonullayevich, siyosiy fanlar doktori, professor
Hasanov Otabek Abdurashidovich, siyosiy fanlar doktori
Paxrutdinov Shukritdin Ilyasovich, siyosiy fanlar doktori, professor
Omonov Baxtiyor Axtamovich, siyosiy fanlar doktori, professor
Quronboyev Qahramon Qo'chqorovich, siyosiy fanlar doktori, professor
Avazov Komil Xolliyevich, siyosiy fanlar bo'yicha falsafa doktori

24.00.00 – ISLOMSHUNOSLIK FANLARI
Ibrohimov Ne'matulla, filologiya fanlari doktori, akademik
Islomov Zohidjon Mahmudovich, filologiya fanlari doktori, professor

FAN VA TA'LIM YANGILIKLARI JURNALI
2026-yil 7-son

UDK 37.018.1:316.36

Сулетбаева Элла Серикбаевна,
доцент кафедры "Педагогика и психология" Каракалпакского государственного университета имени Бердаха, доктор психологических наук (DSc)

СОВРЕМЕННЫЕ ЗАРУБЕЖНЫЕ ПОДХОДЫ К ДОБРАЧНОЙ ПОДГОТОВКЕ МОЛОДЕЖИ И ИХ ПРАКТИЧЕСКАЯ РЕАЛИЗАЦИЯ

Аннотация. В статье проводится теоретический анализ зарубежного опыта подготовки молодежи к семейной жизни в контексте современных социокультурных и технологических трансформаций. Рассматриваются основные модели и подходы к семейному просвещению в различных странах (Германия, Венгрия, Япония, Великобритания, Франция, Швеция и др.), выделяются их содержательные и организационные особенности. Особое внимание уделяется влиянию цифровых технологий и виртуальной среды на формирование семейных установок современной молодежи, анализируются такие феномены, как киберсексуальная зависимость, интернет-измены, нарушение личностных границ и трансформация понятий близости в цифровом измерении.

Ключевые слова: подготовка к семейной жизни, семейное просвещение, зарубежный опыт, молодежь, брачно-семейные отношения, цифровизация, виртуальная среда, эмоциональная зрелость, дифференциация «Я», семейные системы.

YOSHLARNI NIKOHDAN OLDINGI TAYYORGARLIKKA YO‘NALTIRISHNING ZAMONAVIY XORIJIY YONDASHUVLARI VA ULARNI AMALIYOTGA TATBIQ ETISH

Annotatsiya. Ushbu maqolada zamonaviy ijtimoiy-madaniy va texnologik o‘zgarishlar kontekstida yoshlarni oilaviy hayotga tayyorlash bo‘yicha xorijiy tajribaning nazariy tahlili amalga oshiriladi. Turli mamlakatlarda (Germaniya, Vengriya, Yaponiya, Buyuk Britaniya, Fransiya, Shvetsiya va boshqalar) oilaviy ma’rifatning asosiy modellari va yondashuvlari ko‘rib chiqiladi, ularning mazmuniy va tashkiliy xususiyatlari ajratib ko‘rsatiladi. Zamonaviy yoshlarning oilaviy munosabatlarga bo‘lgan qarashlarini shakllantirishda raqamli texnologiyalar va virtual muhitning ta'siriga alohida e’tibor qaratiladi, kiberseksual bog‘liqlik, internet-xiyonatlar, shaxsiy chegaralarning buzilishi va yaqinlik tushunchalarining raqamli o‘lchovdagi o‘zgarishi kabi hodisalar tahlil qilinadi.

Kalit so‘zlar: oilaviy hayotga tayyorlash, oilaviy ma'rifat, xorijiy tajriba, yoshlar, nikoh-oilaviy munosabatlar, raqamlashtirish, virtual muhit, emotsional yetuklik, «Men» differensiatsiyasi, oilaviy tizimlar.

MODERN FOREIGN APPROACHES TO PRE-MARITAL PREPARATION OF YOUTH AND THEIR PRACTICAL IMPLEMENTATION

Annotation. The article provides a theoretical analysis of foreign experience in preparing young people for family life in the context of contemporary socio-cultural and technological transformations. The main models and approaches to family education in various countries (Germany, Hungary, Japan, Great Britain, France, Sweden, etc.) are examined, and their substantive and organizational features are highlighted. Special attention is paid to the influence of digital technologies and the virtual environment on the formation of family attitudes among modern youth. Phenomena such as cybersexual addiction, internet infidelity, violation of personal boundaries, and the transformation of intimacy concepts in the digital dimension are analyzed.

Keywords: preparation for family life, family education, foreign experience, youth, marital and family relations, digitalization, virtual environment, emotional maturity, self-differentiation, family systems.

Институт семьи на протяжении всей истории человечества выступал фундаментальной основой социальной организации общества, обеспечивая воспроизводство населения, социализацию подрастающего поколения, формирование нравственных норм и передачу культурных ценностей от одного поколения к другому. Семья выполняет не только репродуктивную и воспитательную функции, но и обеспечивает эмоциональную поддержку, формирование первичных моделей поведения, развитие коммуникативных навыков и усвоение социальных ролей. Именно в семейной среде закладываются первоначальные представления человека о доверии, ответственности, взаимопомощи, уважении и характере межличностных отношений. Однако в условиях стремительных социокультурных трансформаций XXI века традиционные модели брачно-семейных отношений претерпевают существенные изменения. Цифровизация различных сфер жизнедеятельности, распространение виртуальных форм коммуникации, трансформация гендерных ролей, повышение индивидуализации и изменение ценностных ориентиров формируют принципиально новый контекст становления семейных установок современной молодёжи.

Проблемы подготовки молодёжи к семейной жизни нашли отражение в исследованиях зарубежных авторов, среди которых M. P. Nichols, S. D. Davis, М. Боуэн, Э. Тийтом, А. Тавит, М. Собчак, Харриет Лернер и другие исследователи. В их работах рассматриваются различные аспекты семейных

отношений: психологическая готовность к браку, особенности межличностного взаимодействия, эмоциональная зрелость, семейные роли, конфликтное поведение и механизмы формирования устойчивых отношений между супругами. Существенное значение в формировании представлений о семейных отношениях имеют также научно-популярные труды, в частности книга Харриет Лернер «Танец гнева», в которой раскрываются вопросы эмоционального взаимодействия, личностных границ, самореализации и особенностей поведения человека в близких отношениях. Обращение к подобным исследованиям позволяет рассматривать подготовку молодёжи к семейной жизни не только как усвоение определённого объёма знаний, но и как процесс формирования психологической и эмоциональной готовности к построению долгосрочных отношений.

Зарубежный опыт подготовки молодёжи к семейной жизни отличается разнообразием форм и содержания и во многом определяется национальными, культурными и образовательными особенностями конкретной страны. В одних государствах соответствующая подготовка преимущественно интегрирована в систему школьного образования, в других реализуется через внешкольные программы, деятельность общественных организаций, консультационные службы и межведомственное взаимодействие. Так, в Германии подготовка к семейной жизни осуществляется в рамках широкой системы внешкольной деятельности, направленной на укрепление семьи, развитие ответственного отношения к семейным ценностям и формирование социальных компетенций. В данном процессе взаимодействуют образовательные, социальные, политические и общественные учреждения. В Венгрии соответствующие занятия имеют форму воспитательных мероприятий с участием родителей, врачей и психологов, что позволяет объединять педагогические, медицинские и психологические знания. В Японии элементы подготовки к семейной жизни включаются в образовательный процесс уже на начальном этапе школьного обучения, что отражает ориентацию на последовательное и поэтапное формирование представлений о взаимоотношениях, ответственности и семейных ролях.

Анализ образовательной практики 38 стран показывает, что большинство государств, включая Великобританию, Францию, Германию, Швецию и другие страны, реализуют государственные или региональные программы полового и репродуктивного просвещения с учётом национальных культурных особенностей. При этом содержание программ, возраст начала обучения, продолжительность и используемые методические подходы существенно различаются. В ряде европейских стран, в частности в Австрии, Финляндии, Франции, Чехии и Швеции, половое образование является обязательной частью школьной программы, тогда как в Испании, Польше, Италии и некоторых других странах оно реализуется преимущественно в факультативной форме. Возраст начала соответствующего обучения

варьируется от 5 лет в Португалии до 14 лет в Литве и на Кипре. Основными целями таких программ являются профилактика ранней беременности и инфекций, передающихся половым путём, формирование знаний о сексуальности и репродуктивном здоровье, развитие культуры межличностных отношений, ответственности и способности принимать осознанные решения [4].

Содержание образовательных курсов, как правило, включает анатомо-физиологические аспекты, вопросы контрацепции, половой идентичности, репродуктивных прав и обязанностей. Вместе с тем в отдельных образовательных программах психологические, социальные и этические компоненты отношений представлены недостаточно системно. Между тем именно эти компоненты имеют непосредственное значение для формирования готовности молодого человека к будущей семейной жизни, поскольку позволяют развивать навыки эмоциональной саморегуляции, эмпатии, конструктивного общения, разрешения конфликтов и установления личностных границ. В таких странах, как Бельгия, Швеция и Ирландия, больше внимания уделяется подготовке к семейной жизни, развитию эмоциональной зрелости, ответственности и ценностного отношения к межличностным отношениям.

Таким образом, зарубежный опыт показывает, что эффективная подготовка молодёжи к семейной жизни предполагает сочетание биологических, психологических, социальных, правовых и нравственно-этических компонентов. При этом современные программы постепенно смещают акцент от исключительно информационного просвещения к формированию практических жизненных и коммуникативных компетенций. Особое значение приобретает развитие способности молодёжи осознавать собственные эмоциональные потребности, уважать личностные границы другого человека, ответственно принимать решения и строить отношения на основе доверия, взаимного уважения и равноправного партнёрства. Данный подход представляет особый интерес для адаптации зарубежного опыта к национальным условиям и разработки современных моделей подготовки молодёжи к семейной жизни.

Несмотря на историческую устойчивость института семьи, развитие цивилизации, науки, техники и цифровых технологий, с одной стороны, создаёт более комфортные условия для жизнедеятельности человека, а с другой — порождает новые социально-психологические проблемы, способные влиять на устойчивость семейных отношений. Особенно заметное воздействие оказывает цифровизация, которая трансформирует привычные формы общения, эмоциональной близости и взаимодействия между людьми.

Е. Всяких [3] в монографии «Виртуальный мир будущего: адаптация» рассматривает ключевые психологические механизмы адаптации личности к цифровой реальности, уделяя внимание таким феноменам, как социальная

изоляция, эмоциональное выгорание, потребность в интимности и эмоциональной поддержке в условиях онлайн-коммуникации. Автор подчёркивает, что виртуальная среда становится не только технологическим пространством, но и самостоятельным социальным контекстом формирования новых типов отношений, включая феномен «виртуальной семьи».

Данный подход представляет особую значимость для анализа трансформации семейных установок молодёжи в условиях цифровизации. В частности, он позволяет рассматривать изменения представлений о близости, поддержке, доверии и лояльности, которые всё чаще реализуются посредством дистанционных, но психологически значимых форм взаимодействия. В связи с этим современная система подготовки молодёжи к семейной жизни должна учитывать не только традиционные аспекты брачно-семейных отношений, но и новые вызовы цифровой среды: особенности виртуального общения, соблюдение личностных границ, ответственное поведение в интернете и формирование культуры цифрового взаимодействия.

А. Купер [8] (ред.) в сборнике «Cybersex: The Dark Side of the Force» обобщает результаты клинических и эмпирических исследований киберсексуального поведения. Авторы анализируют такие явления, как виртуальная сексуальная зависимость, интернет-измены, нарушение личностных границ и эмоциональная диссоциация, возникающие в условиях онлайн-интимности. С психологической точки зрения данная работа представляет значительный интерес для изучения рисков цифровой среды, способных влиять на формирование интимных отношений, доверие между партнёрами и эмоциональную устойчивость личности. Представленные материалы могут быть использованы при разработке профилактических программ, направленных на предупреждение деструктивного онлайн-поведения и формирование цифровой этики в процессе подготовки молодёжи к семейной жизни.

D. Delmonico и E. Griffin в пособии «Cybersex Unplugged: Finding Sexual Health in an Electronic World» предлагают практико-ориентированный подход к изучению, диагностике и коррекции проблемного сексуального поведения в интернет-пространстве [9]. Авторы рассматривают киберсекс не только как технологический феномен, но и как психологическую зону риска, связанную с нарушением саморегуляции, зависимым поведением, размыванием границ интимности и трудностями адаптации к реальным межличностным отношениям. Данные положения имеют значение для разработки профилактических программ, ориентированных на формирование здорового поведения, эмоциональной устойчивости и ответственного взаимодействия в цифровой среде, особенно среди подростков и молодёжи.

Книга А. Я. Сарны [6] «Дроны, покемоны и киберсекс: игровые интерфейсы социальной виртуальности» посвящена анализу процессов геймификации и медиапогружения в цифровой среде. Автор рассматривает

влияние иммерсивных технологий, аватаризации и игровых механизмов на трансформацию социальной и интимной коммуникации, уделяя особое внимание изменениям поведенческих и эмоциональных моделей, а также переосмыслению понятий близости и сексуальности в виртуальном пространстве. Работа представляет интерес для изучения перехода от традиционного офлайн-взаимодействия к виртуальным формам контакта, включая романтизированные и эротизированные сценарии, реализуемые посредством VR-чатов, аватарных платформ и метавселенных. Автор отмечает, что в цифровой среде интимность всё чаще приобретает опосредованный и технически сконструированный характер. Данный подход может быть использован при исследовании влияния цифровой культуры на личностную и гендерную социализацию, а также при разработке современных подходов к психологической подготовке молодёжи к семейной жизни.

Современные социокультурные и технологические изменения существенно трансформируют условия подготовки молодёжи к семейной жизни. Как отмечают А. Пиз и Б. Пиз [5], современный человек располагает возможностями, существенно отличающимися от тех, в которых формировались традиционные поведенческие модели. Развитие медицины и репродуктивных технологий позволяет контролировать репродуктивную функцию, использовать методы искусственного оплодотворения, а цифровые платформы и брачные сервисы расширяют возможности выбора партнёра. Одновременно современные технологии позволяют существенно изменять внешний облик человека посредством косметологии и пластической хирургии.

По мнению А. Пиза и Б. Пиза [5, с. 43], развитые когнитивные функции человека позволяют ему осознанно регулировать собственное поведение, в том числе в сфере романтических и семейных отношений. Следовательно, несмотря на влияние биологических и социальных факторов, человек способен критически осмысливать свои чувства, оценивать последствия принимаемых решений и выстраивать отношения с учётом собственных ценностей, жизненного опыта и культурного контекста. Это положение имеет особое значение для подготовки молодёжи к семейной жизни, поскольку предполагает развитие рефлексивных способностей, эмоционального интеллекта, навыков самопонимания и осознания собственных потребностей и ожиданий.

Сочетание указанных психологических компонентов с традиционными этнокультурными ценностями каракалпакского народа может способствовать формированию более целостного и зрелого представления о браке и семье. В этой связи интеграция традиционных представлений о супружестве и семейных обязанностях с современными научными знаниями о психологии любви, выборе партнёра и межличностных отношениях может рассматриваться как одно из условий создания эффективной модели подготовки каракалпакской молодёжи к семейной жизни. Данный подход

приобретает особую актуальность в условиях глобализации и расширения цифрового пространства, поскольку семейные установки молодёжи всё чаще формируются под влиянием разнообразных внешних информационных и культурных факторов.

А. Варга и Г. Будинайте [2] отмечают, что в современной модели супружеских отношений всё большее значение приобретает эмоционально-смысловой обмен между партнёрами. Семья в данном контексте выступает не только как социальный и экономический институт, но и как пространство личностной самореализации, психологической поддержки и эмоционального взаимодействия. Такая трансформация предъявляет повышенные требования к эмоциональной зрелости супругов, их способности к эмпатии, взаимопониманию и конструктивному общению. Поэтому современная подготовка молодёжи к семейной жизни должна включать не только усвоение традиционных семейных ценностей, но и развитие психологической готовности к партнёрскому взаимодействию, понимания собственных эмоциональных потребностей и способности учитывать потребности другого человека. Недостаточная сформированность данных качеств может стать одним из факторов неготовности к браку и возникновения конфликтов на последующих этапах семейной жизни.

С этой точки зрения особого внимания заслуживает концепция М. Боуэна [1], положившая начало теории семейных систем. В соответствии с данным подходом семья рассматривается как целостная эмоциональная система, в которой поведение и эмоциональное состояние каждого члена семьи оказывают влияние на других её участников. Следовательно, процессы, происходящие в браке, не могут рассматриваться исключительно через призму индивидуально-психологических особенностей супругов. Они во многом обусловлены характером внутрисемейных связей, особенностями коммуникации, уровнем эмоциональной взаимозависимости и моделями поведения, сформированными в родительской семье.

Согласно М. Боуэну, вступление в брак не означает полного отделения личности от прежней семейной системы. Напротив, эмоциональные установки, способы разрешения конфликтов, характер привязанности, отношение к ответственности и модели взаимодействия, усвоенные человеком в детстве, в той или иной степени переносятся в собственную семейную жизнь. Именно поэтому подготовка молодёжи к браку должна начинаться не только с формирования представлений о правах и обязанностях супругов, но и с осознания собственного опыта семейных отношений, понимания его позитивных и проблемных сторон и способности конструктивно переосмысливать унаследованные модели поведения.

Одним из центральных понятий теории М. Боуэна является дифференциация «Я», под которой понимается способность личности сохранять эмоциональную автономию, самостоятельность суждений и

внутреннюю устойчивость, одновременно находясь в тесных эмоциональных отношениях с другими людьми. Высокий уровень дифференциации позволяет человеку сохранять собственную позицию, не разрушая эмоциональную связь с партнёром, конструктивно выражать чувства и принимать решения на основе осознанных убеждений. Низкий уровень дифференциации, напротив, может сопровождаться эмоциональной зависимостью, повышенной тревожностью, стремлением к чрезмерному контролю либо избеганием близости.

Особое значение данная концепция приобретает применительно к молодёжи, находящейся на этапе активного личностного становления и формирования жизненных ориентиров. В этот период происходит осмысление собственных ценностей, представлений о любви, ответственности, супружестве и родительстве. Недостаточная сформированность «Я-концепции», неустойчивая самооценка, отсутствие навыков саморефлексии и эмоциональной саморегуляции могут затруднять как осознанный выбор партнёра, так и построение устойчивых взаимоотношений после вступления в брак. В отдельных случаях стремление к эмоциональной близости может приводить к зависимости от партнёра, а страх потери отношений — к подавлению собственных потребностей и неконструктивному поведению.

В связи с этим подготовка молодёжи к семейной жизни должна рассматриваться как комплексный процесс формирования не только знаний о браке и семейных обязанностях, но и внутренней психологической готовности к партнёрским отношениям. В содержание такой подготовки целесообразно включать развитие эмоционального интеллекта, навыков саморефлексии и саморегуляции, способности распознавать и выражать собственные чувства, конструктивно разрешать конфликты, устанавливать личностные границы и вести открытый диалог с партнёром. Не менее важным является формирование навыков осознанного выбора, позволяющих молодому человеку оценивать совместимость ценностей, жизненных целей и ожиданий, а не основывать решение о вступлении в брак исключительно на эмоциональной привязанности.

При этом современная модель подготовки к семейной жизни должна учитывать изменения, происходящие под влиянием цифровой среды. Виртуальные формы коммуникации расширяют возможности знакомства и общения, однако одновременно могут способствовать формированию идеализированных представлений о партнёре, поверхностному восприятию отношений и размыванию личностных границ. Поэтому цифровая культура и ответственное поведение в онлайн-пространстве также должны рассматриваться как элементы современной семейной компетентности. Молодёжь должна быть способна критически оценивать информацию, получаемую через социальные сети и цифровые платформы, различать виртуальный образ и реальные качества человека, а также понимать

психологические последствия чрезмерной зависимости от онлайн-коммуникации.

Таким образом, теория семейных систем М. Боуэна позволяет расширить представление о подготовке молодёжи к семейной жизни, рассматривая её не только как процесс передачи определённых знаний и социальных норм, но и как формирование психологической зрелости личности. Способность осознавать собственные эмоциональные реакции, сохранять внутреннюю устойчивость, уважать автономию другого человека и одновременно поддерживать эмоциональную близость является одним из важных условий построения стабильных семейных отношений.

Обобщение зарубежного опыта подготовки молодёжи к семейной жизни показывает необходимость комплексного, системного и культурно адаптированного подхода к данной проблеме. Эффективная модель подготовки должна объединять традиционные семейные ценности, современные психологические знания, навыки межличностной коммуникации и требования цифровой среды. При этом национально-культурный компонент должен не противопоставляться современным подходам, а интегрироваться с ними с учётом исторического опыта, ценностей и социальных особенностей конкретного общества.

В данном контексте перспективным направлением является разработка программ подготовки молодёжи к семейной жизни, ориентированных на формирование эмоционально-личностной зрелости, осознанного отношения к выбору партнёра, навыков конструктивного взаимодействия, культуры разрешения конфликтов и ответственного родительства. Дополнение таких программ компонентами цифровой гигиены, медиаграмотности и формирования устойчивых семейных установок позволит учитывать новые вызовы, возникающие в условиях цифровизации общества.

Следовательно, подготовка молодёжи к семейной жизни должна рассматриваться как непрерывный педагогико-психологический процесс, направленный на формирование целостной личности, способной осознанно вступать в брак, строить эмоционально устойчивые отношения, принимать совместные решения и нести ответственность за благополучие семьи. Именно сочетание личностной зрелости, семейных ценностей, психологической компетентности и адаптации к современным социокультурным условиям создаёт основу для формирования устойчивой и гармоничной семьи.

Литературы:

1. Боуэн М. Семейная терапия и эмоциональные системы. – 2-е изд., испр. и доп. – СПб.: Речь, 2022. – 432 с.

2. Варга А.Я., Будинайте Г.Р. Психология супружеских отношений. – 6-е изд., испр. и доп. – М.: Юрайт, 2024. – 193 с. – ISBN 978-5-534-16563-0.

3. Всяких Е. Виртуальный мир будущего: адаптация: монография. – М.: Эксмо, 2021. – 320 с.

4. Пиз А., Пиз Б. Язык взаимоотношений: как научиться общаться с противоположным полом без конфликтов / пер. с англ. М.Г. Звонарева. – М.: Бомбора, 2024. – 384 с.

5. Сарна А.Я. Дроны, покемоны и киберсекс: игровые интерфейсы социальной виртуальности. – М.: URSS, 2019. – 256 с.

6. Тийт Э. Об идеале супруга и брака у студентов Тартуского и Хельсинкского университетов // Исследования по качеству брака. – Тарту, 1982. – С. 142.

7. Cooper A., Månsson S.A., Daneback K., Tikkanen R., Ross M.W. Predicting the future of Internet sex: Online sexual activities in Sweden // Sexual and Relationship Therapy. – 2003. – Vol. 18, No. 3. – P. 277–291.

8. Delmonico D., Griffin E. Cybersex Unplugged: Finding Sexual Health in an Electronic World. – USA: Gentle Path Press, 2011. – 312 p.

9. Nichols M.P., Davis S.D. Family Therapy: Concepts and Methods. – 12th ed. – New York: Pearson, 2020. – 528 p.

FAN VA TA'LIM YANGILIKLARI
JURNALI

2026-yil
7-son

Muassis - "FAN VA INNOVATSIYA YANGILIKLARI" MCHJ
Jurnal hamkori - «PROFI UNIVERSITY»

Jurnal O'zbekiston Respublikasi Prezidenti Administratsiyasi huzuridagi axborot va ommaviy kommunikatsiyalar agentligi tomonidan 2024-yil 24-may kuni № 454068-sonli guvohnoma bilan ro'yxatga olingan.

Jurnal 2024-yilda tashkil etilgan, 1 oyda bir marta o'zbek, tojik, qozoq, qirg'iz, qoraqalpoq, rus va ingliz tillarida nashr etiladi.

Tahririyat manzili: 190110, Toshkent shahri Uchtepa tumani, Bog'iston MFY, 14-mavze, 8-uy.

Telefonlar: +998 90 749 00 00
+998 90 749 77 77
+998 91 902 05 01
E-mail: saen_2024@mail.ru
Jurnal sayti: www.saen.uz
Telegram kanali: **https://t.me/saen_2024**

Maqolada keltirilgan fakt va ma'lumotlarning to'g'riligi uchun mualliflar mas'uldirlar.

"Fan va ta'lim yangiliklari" ilmiy-amaliy jurnali Oliy attestatsiya komissiyasi Rayosatining qarori (25.08.2025 y., №374/5) bilan pedagogika va psixologiya fanlari bo'yicha falsafa doktori (PhD) va fan doktori (DSc) ilmiy darajasiga talabgorlarning dissertatsiyalari asosiy ilmiy natijalarini chop etish tavsiya etilgan milliy ilmiy nashrlar ro'yxatiga kiritilgan.

ISSN: 3093-8694