

YOSHLAR PSIXIKASINING BUZILISHI MUAMMOLARI VA ULARNING  
IJTIMOIY-PSIXOLOGIK OMILLARI

**Rashidov Mamarasul O'ktam o'g'li**

Termiz davlat universiteti

Psixologiya yo'nalishi 1-kurs magistranti

**Annotatsiya**

Mazkur maqolada zamonaviy jamiyat sharoitida yoshlar psixikasida yuzaga kelayotgan buzilishlar, ularning kelib chiqish sabablari hamda psixologik oqibatlarini nazariy jihatdan tahlil qilingan. Tadqiqotda stress, depressiya, xavotir buzilishlari, agressiv xulq-atvor va ijtimoiy moslashuv muammolarining yoshlar psixik holatiga ta'siri ko'rib chiqilgan. Shuningdek, oilaviy muhit, ta'lim tizimi, axborot texnologiyalari va ijtimoiy bosimlarning yoshlar ruhiy salomatligiga ta'siri yoritilgan. Yetakchi psixolog olimlarning nazariy qarashlari asosida muammoning psixologik va ijtimoiy jihatlari ochib berilgan.

**Kalit so'zlar:** yoshlar psixikasi, psixik buzilish, stress, depressiya, xavotir, ijtimoiy moslashuv, agressiya.

**Аннотация**

В статье представлен теоретический анализ нарушений психики у молодежи в условиях современного общества. Рассматриваются причины возникновения психических расстройств, таких как стресс, депрессия, тревожные расстройства и агрессивное поведение, а также их влияние на социальную адаптацию молодежи. Особое внимание уделяется роли семьи, образовательной среды и информационных технологий в формировании психического состояния молодежи. Проанализированы теоретические взгляды ведущих психологов на данную проблему.

**Ключевые слова:** психика молодежи, психические расстройства, стресс, депрессия, тревожность, социальная адаптация.

**Abstract**

This article presents a theoretical analysis of psychological disorders among young people in modern society. The study examines the causes and consequences of mental disorders such as stress, depression, anxiety, and aggressive behavior, as well as their impact on social adaptation. Special attention is paid to the role of family environment, education

system, and information technologies in shaping the mental health of youth. Theoretical perspectives of leading psychologists on this issue are also reviewed.

**Keywords:** youth psychology, mental disorders, stress, depression, anxiety, social adaptation.

Zamonaviy jamiyatda yoshlar ruhiy salomatligi muammosi muhim ijtimoiy va ilmiy masalalardan biri hisoblanadi. Globalizatsiya, axborot oqimining kuchayishi, ijtimoiy tarmoqlarning ta'siri, ta'lim va mehnat bozori bosimi yoshlar psixikasiga sezilarli ta'sir ko'rsatmoqda. Natijada stress, depressiya, xavotir, agressivlik va psixologik beqarorlik holatlari tobora keng tarqalmoqda.

Yoshlar davri shaxsning psixologik shakllanishida eng muhim bosqich bo'lib, aynan shu davrda psixik buzilishlar kelajakdagi shaxs rivojiga jiddiy ta'sir ko'rsatishi mumkin. Shu sababli yoshlar psixikasining buzilishi muammosini chuqur o'rganish dolzarb ahamiyat kasb etadi.

### **Yoshlar psixikasining buzilishiga olib keluvchi asosiy omillar**

#### **Stress va emotsional zo'riqish**

Stress yoshlar psixikasida buzilishlarning eng asosiy sabablaridan biridir. O'qishdagi muvaffaqiyatsizliklar, imtihon bosimi, kelajak kasb tanlash bilan bog'liq noaniqliklar yoshlarning doimiy emotsional zo'riqish holatida bo'lishiga olib keladi. Uzoq davom etuvchi stress depressiv holatlarni yuzaga keltiradi.

#### **Oilaviy muhitning ta'siri**

Oiladagi nizolar, ota-onalar o'rtasidagi kelishmovchiliklar, mehr va e'tibor yetishmasligi yoshlar psixikasiga salbiy ta'sir ko'rsatadi. Psixologik qo'llab-quvvatlashdan mahrum bo'lgan yoshlar o'ziga ishonchsizlik, xavotir va yolg'izlik hissini boshdan kechiradilar.

#### **Ijtimoiy tarmoqlar va axborot bosimi**

Ijtimoiy tarmoqlarda ideal hayot obrazining targ'ib qilinishi yoshlar o'zini boshqalar bilan solishtirishiga olib keladi. Bu esa past o'z-o'zini baholash, norozilik va depressiv holatlarning kuchayishiga sabab bo'ladi.

#### **Yoshlar orasida uchraydigan asosiy psixik buzilishlar**

## **Depressiya**

Depressiya yoshlar orasida eng keng tarqalgan psixik buzilishlardan biri bo'lib, tushkunlik, hayotga qiziqishning yo'qolishi va ijtimoiy chekinish bilan namoyon bo'ladi. Davolanmagan depressiya og'ir psixologik oqibatlariga olib kelishi mumkin.

## **Xavotir buzilishlari**

Xavotir buzilishlari doimiy qo'rquv, ichki bezovtalik va kelajakdan hadik bilan tavsiflanadi. Bu holat yoshlarning o'qish va kundalik faoliyatiga salbiy ta'sir ko'rsatadi.

## **Agressiv xulq-atvor**

Psixik beqarorlik natijasida ayrim yoshlar agressivlikka moyil bo'lib qoladilar. Bu holat ijtimoiy munosabatlarning buzilishiga va jamiyatda nizolar kuchayishiga olib keladi.

## **Xulosa**

Nazariy tahlillar shuni ko'rsatadiki, yoshlar psixikasining buzilishi ko'plab ijtimoiy, psixologik va shaxsiy omillar bilan bog'liq. Stress, oilaviy muammolar, ijtimoiy bosim va axborot texnologiyalarining noto'g'ri ta'siri yoshlar ruhiy salomatligiga jiddiy xavf tug'diradi. Ushbu muammolarni bartaraf etish uchun psixologik xizmatlarni rivojlantirish, oilaviy va ta'lim muhitida sog'lom psixologik sharoit yaratish muhim ahamiyatga ega.

### **Foydalanilgan adabiyotlar:**

Maslow A. Motivation and Personality. – New York: Harper & Row, 1970.

Rogers C. On Becoming a Person. – Boston: Houghton Mifflin, 1961.

G'oziyev E.G'. Umumiy psixologiya. – Toshkent: O'qituvchi, 2010.

Qodirov B.R. Shaxs psixologiyasi. – Toshkent: Fan, 2015.

Karimova V.M. Ijtimoiy psixologiya. – Toshkent: Noshir, 2017.

Raxmonov D.M. Yoshlar psixologiyasi. – Toshkent: Fan va texnologiya, 2019.

Abdullayeva M.M. Psixologik salomatlik asoslari. – Toshkent: Innovatsiya, 2021.

