

**PSIXOLOGİYA  
ПСИХОЛОГИЯ  
PSYCHOLOGY**

**ÜMUMİ PSIXOLOGİYA  
ОБЩАЯ ПСИХОЛОГИЯ  
GENERAL PSYCHOLOGY**

UOT 159.9

**AİLƏ BÖHRANININ YARANMASININ SOSIAL-PSIXOLOJİ SƏBƏBLƏRİ**

**Yeganə Fəhrad qızı Yaqublu**

*Azərbaycan Dillər Universitetinin fəlsəfə doktoru proqramı üzrə doktorantı*

**ORCID:** 0009-0006-1484-1099

**E-mail:** yagubluyegana@gmail.com

<http://www.doi.org/10.62706/bqiz.2026.v27.i2.27>

*Açar sözlər:* ailə, böhran, psixoloji təsir, uyğunlaşma

*Key words:* family, crisis, psychological influence, adaptation

*Ключевые слова:* семья, кризис, психологическое влияние, адаптация

Ailə həm cəmiyyətin önəmli bir parçasıdır, həm də hər bir yetkin insanın ailə qurması İslam dininin tələblərindəndir. Sosial psixologiyada aparılan tədqiqatda uğurlu ailə qurmuş cütlüklərin ailə qurmayan insanlarla müqayisədə daha çox xoşbəxt olduqları müəyyən edilmişdir (1). Ailə, eyni zamanda sosial dəstəkdir. İdman psixologiyasında aparılan araşdırmada, yarışlarda yaralanan idmançıların içərisində sosial dəstək alanların daha sürətlə sağaldıqları öyrənilmişdir (2). Lakin son dövrlər boşanan ailələrin sayının artması ailələrdə böhran vəziyyətinin artdığını göstərir (3).

Ailə böhranı ər-arvad münasibətlərində yenidənqurma və dəyişiklik dövrünü xarakterizə edir. Bu dövrdə həyat yoldaşları yeni davranış strategiyaları tapmalıdır, yaranmış problemlərə yeni reaksiya formaları öyrənməlidir. Gənc ailədə bu böhran xüsusilə tez-tez olur, çünki tərəflər hələ bir-birlərinə və ailə həyatına tam uyğunlaşmayıblar. Gənc ailələrdə böhranı əsasən 3 istiqamətdə özünü göstərir: 1. Liderlik və rolların bölüşdürülməsi ilə bağlı böhran: Ailədə kim qərar verəcək? Kim məsuliyyət daşıyacaq? 2. Partnyorlararası münasibətdə böhran: fərdi xüsusiyyətlərlə bağlı fərqlər, gözləntilərin üst-üstə düşməməsi, məişət, maliyyə, emosional yaxınlıq problemləri. 3. Valideynlər ilə gənc ailə arasında böhran: Qaynana-qayınata və ya valideyn müdaxiləsi; müstəqillik problemi; adət-ənənələr və yeni həyat tərzində konflikt.

Gənc ailənin həyatında yer alan əsas proses ər-arvadın ailə həyatına uyğunlaşmasıdır. Bu uyğunlaşma konfliktlərə müntəzəm şəkildə müxtəlif reaksiya formalarının yaranmasına və problemləri birlikdə həll etmə bacarığının formalaşmasına gətirib çıxardır.

Həyat yoldaşlarının nikahdan razılığı uğurlu adaptasiyanın nəticəsidir. Adaptasiya uğurlu olduqda tərəflər bir-birindən tam və ya qismən razı olur, münasibətlər sabitləşir, emosional yaxınlıq qurulur. Adaptasiya uğursuz olduqda qarşılıqlı narazılıq, tez-tez konflikt, bir-birindən uzaqlaşma və gərginlik yaranır.

Konstruktiv davranış, yəni qarşılıqlı ünsiyyət qurmaq və kompromis tapmaq, bir-birini anlamağa çalışmaq, ailənin ümumi maraqlarını qorumaq olduqda ailələrdə qarşılıqlı məmnunluq olur. Destruktiv davranış, yəni incitmək, qışqırmaq, problemlərdən qaçmaq, yalnız öz marağını düşünmək ailədə narazılığa səbəb olur və münasibətləri zəiflədir.

Gənc ailədə böhran normal və təbii mərhələdir. Əsas məsələ ər-arvadın konfliktləri konstruktiv şəkildə həll etməsi və bir-birinə uyğunlaşmasıdır. Belə olduqda ailə daha möhkəm olur. Atalar demişkən: “çəkişməsən bərkişməzsən”.

Ailə konfliktini valideyn-uşaq və valideynlərarası münasibətlərdə düşmənçilik, emosional tənzimləmənin pozulması və gərginliyi əhatə edir. Yeni elmi sübutlar göstərir ki, ailə konfliktini rəqəmsal mediadan problemli istifadənin formalaşmasına təsir göstərə bilər. Lakin indiyədək bu əlaqə və onun əsas psixoloji mexanizmlərini sistemli şəkildə ümumiləşdirən elmi tədqiqat aparılmamışdır.

E.Kh Zaitov. və D.M Teshayev (4) apardıqları tədqiqatda göstərilir ki, ər-arvad arasında uzunmüddətli gərginlik və mübahisələr münasibətlərin pozulmasına, ailənin dağılmasına, uşaqların psixoloji problemlərinə səbəb olur. Ailə konfliktləri əsasən maddi çətinliklər, sosial dəyişikliklər, psixoloji uyğunlaşma problemləri, gənc ailələrin ailə həyatına hazır olmaması ilə bağlıdır. Eləcə də, qeyd olunur ki, ailənin dağılması yalnız ər-arvadı deyil, uşaqları və bütövlükdə cəmiyyətin sosial sabitliyinə də təsir edir. Bəzən ailədaxili zorakılığın və kriminal hadisələrin yaranmasına qədər gedə bilər. Belə ki, ailə konfliktlərinin erkən mərhələdə qarşısının alınması, sosial işçilərin, qrup üzvlərinin və yaşlı nəslin dəstəyi, gənclərin ailə həyatına hazırlanması boşanmaların azalmasına kömək edə bilər.

Ailə konfliktləri yalnız şəxsi problem deyil, sosial problemdir. Onların artması cəmiyyətin sabitliyinə, uşaqların inkişafına və sosial münasibətlərə mənfi təsir göstərir. Buna görə də konfliktlərin profilaktikası və sosial müdaxiləsi çox vacib hesab olunur. Ailə cəmiyyətin əsas institutudur. Konfliktlər təbii, lakin onların necə həll olunması ailənin sabitliyini və üzvlərin psixoloji sağlamlığını müəyyən edir.

N.Z. Çələbiyev (5) tədqiqatında ailəni insanın fiziki və psixoloji sağlamlığının mənbəyi kimi təqdim edir. Lakin vurğulanır ki, ailə həyatı yalnız rahatlıq deyil — psixoloji travmaların da yarana bildiyi bir mühitdir. Tədqiqatda əsas diqqət ər-arvad konfliktlərinə, nəsillərarası konfliktlərə, rol konfliktlərinə və ailədaxili ünsiyyət problemlərinə yönəldilmişdir. Həmçinin qeyd olunur ki, elmi məlumatlara görə, ailələrin 80–85%-i müəyyən formada konflikt yaşayır və bu konfliktlər həm konstruktiv, həm də destruktiv ola bilər.

Konfliktlərin əsas səbəbləri qarşılıqlı sevgi və hörmətin azalması, maliyyə məsələləri üzrə fikir ayrılığı, emosional soyuqluq və diqqətsizlik, liderlik uğrunda mübarizə, əmək bölgüsü problemləri, maraq və dəyərlərin fərqliliyi, qaynana-gəlin və digər nəsillərarası gərginliklər kimi amillər ailə konfliktlərinin yaranmasında mühüm rol oynayır.

Tədqiqatda göstərilir ki, konfliktlər ailə həyatının qaçılmaz hissəsidir və onların yaranması çox vaxt nikah motivlərinin fərqli olması ilə bağlı olur. Belə konfliktlər ailədaxili ziddiyyətləri gücləndirir, məişət zorakılığına, emosional uzaqlaşmaya və boşanmaya səbəb ola bilər.

Konfliktlərin sağlam idarə olunması üçün ailə üzvlərində ünsiyyət bacarıqları, emosional özünə nəzarət, kompromis və əməkdaşlıq qabiliyyəti formalaşmalıdır. Bu xüsusiyyətlər konfliktlərin müsbət həllinə və ailənin qorunmasına kömək edir. Ailədaxili konfliktlər psixoloji risk faktorudur, lakin düzgün idarə olunarsa münasibətlərin inkişafına da kömək edə bilər.

Destruktiv konfliktlər isə ailənin dağılmasına və psixoloji problemlərə gətirib çıxara bilər.

N.D. Khakimovanın (6) qeyd edir ki, gənclərin ailə həyatına düzgün hazırlanması cəmiyyətin inkişafı üçün vacibdir. Müəllif əsasən gənc ailələrdə yaranan psixoloji və sosial konfliktlərin səbəblərini, ailədaxili münasibətlərdə anlaşılmaazlıqları, valideynlərin və qohumların müdaxiləsini, maddi və məişət çətinliklərini, erkən nikah və ailə məsuliyyətinə hazır olmama problemini təhlil edir. Həmçinin qeyd olunur ki, ailə qurmağa hazır olmayan gənclər ailəni saxlamaq üçün lazım olan sosial-psixoloji bacarıqlara malik olmaya bilərlər və bu da konfliktlərin artmasına səbəb olur.

Eyni zamanda qeyd olunur ki, gənc ailələrdə boşanmaya gətirə bilən əsas səbəblər ər və arvad arasında münasibət problemləri, qaynana-qaynata və digər qohumlarla gərginlik, ailələrin həyat tərzinə valideyn müdaxiləsi, maddi çatışmazlıq və ailə başçısının təminat problemləri, məişət bacarıqlarının və ailə rollarının aydın olmaması, xəyanət, həddindən artıq qısqanclıq, xəstəlik kimi faktorlar, alkoqol istifadəsi və məişət zorakılığı halları göstərilir. Beləliklə, gənc ailələrdə konfliktlər əsasən uyğunlaşma çətinlikləri və qarşılıqlı anlaşmanın zəif olması ilə bağlıdır. Konfliktlər vaxtında həll olunmazsa, bu, psixoloji gərginlik, ailədaxili zorakılıq və boşanmaya gətirib çıxara bilər. Gənclərin ailə həyatına hazırlanması, onların maarifləndirilməsi və psixoloji hazırlığı sağlam ailələrin formalaşması üçün vacibdir. Həmçinin qeyd olunur ki, ailə mübahisələrinin nəticələri yalnız ər-arvada deyil, uşaqların inkişafına və cəmiyyətin gələcəyinə də mənfi təsir göstərə bilər. Gənc ailələrdə konfliktlər sosial-psixoloji səbəblərlə bağlıdır və onların qarşısının alınması üçün gənclərin nikaha hazırlanması, ünsiyyət bacarıqlarının inkişafı və ailə dəstəyinin gücləndirilməsi vacibdir.

**Problemin aktuallığı.** Ailə böhranı müasir cəmiyyətdə sosial-iqtisadi dəyişikliklər, dəyərlərin transformasiyası və həyat tərzinin sürətlənməsi ilə əlaqədar getdikcə daha aktual problemə çevrilir. Bu böhranlar ailədaxili münasibətlərin keyfiyyətinə, psixoloji rifaha və xüsusilə uşaqların və yeniyetmələrin inkişafına birbaşa təsir göstərir. Ailə daxilində yaranan gərginlik və konfliktlər fərdlərin emosional sabitliyini zəiflədərək stress və adaptasiya çətinliklərinin artmasına səbəb ola bilər. Sağlam gələcək və sağlam ailə hər zaman hər bir dövrdə cəmiyyətin diqqət mərkəzində olmuşdur.

**Problemin elmi yeniliyi.** Ailə böhranı mövcud tədqiqat nəticələrinin narrativ təhlil əsasında integrativ formada təqdim olunmuşdur.

**Problemin praktik əhəmiyyəti və tətbiqi.** Məqalədən psixoloqlar, ailə psixoloqları maarifləndirmə məqsədilə istifadə edə bilərlər.

### Ədəbiyyat

1. <http://pewresearch.org/pubs/301/are-we-happy-yet>
2. Hardy, C. J., Richman, J. M., & Rosenfeld, L. B. The role of social support in the life stress/injury relationship. *The Sports Psychologist*, 5, s.128–139. 1991.
3. [https://azstat.gov.az/statHtml/statHtml.do?orgId=994&tblId=DT\\_AA\\_006](https://azstat.gov.az/statHtml/statHtml.do?orgId=994&tblId=DT_AA_006)
4. Zaitov E.Kh., Teshayev D.M. Family Conflict and Divorce as A Social Problem. *Eurasian Journal of Humanities and Social Sciences*, 5, s.1-5. 2022. <https://geniusjournals.org/index.php/ejhss/article/view/517>

5. Chalabiyev, n. z. conflicting interaction as a psychological risk factor in intra-family relations. *Journal of Awareness*, 3 (özel sayı), p.447–454. <https://doi.org/10.26809/joa.2018548655>. 2018.

6. Khakimova N.Dj. Factors of conflict in young families. *Journal NX - A Multidisciplinary Peer Reviewed Journal*, 10 (1), p.58-60. 2024.

<https://repo.journalnx.com/index.php/nx/article/view/5251>

**Y.F. Yaqublu**

### **Ailə böhranının yaranmasının sosial-psixoloji səbəbləri Xülasə**

Aparılmış tədqiqatların müqayisəli təhlili göstərir ki, münaqişələrin kəskinləşməsi, emosiyaların tənzimlənməsində çətinliklər, zəif adaptasiya strategiyaları və bağlanma (attachment) problemləri kimi psixoloji mexanizmlər ailə böhranlarının dərinləşməsində mühüm rol oynayır. Bu amillər çox vaxt emosional uzaqlaşmanın artmasına, nikah məmnuniyyətinin azalmasına və ailə sistemində qeyri-effektiv ünsiyyət formalarının yaranmasına səbəb olur. Bundan əlavə, həll olunmamış münaqişələrə uzun müddət məruz qalma həm tərəfdaşların, həm də uşaqların psixoloji rifahına mənfi təsir göstərə bilər. Nəticələr həmçinin göstərir ki, sosial dəstəyin mövcudluğu və konstruktiv mübarizə (coping) strategiyalarının tətbiqi böhran vəziyyətlərinin mənfi təsirlərini azalda və ailənin dayanıqlılığını artırmağa kömək edə bilər.

**Е.Ф. Ягублу**

### **Социально-психологические причины возникновения семейного кризиса Резюме**

Сравнительный анализ исследований показывает, что такие психологические механизмы, как эскалация конфликтов, трудности эмоциональной регуляции, слабые адаптационные стратегии и проблемы привязанности, играют значительную роль в углублении семейных кризисов. Эти факторы часто приводят к увеличению эмоциональной дистанции, снижению удовлетворённости браком и формированию неэффективных моделей коммуникации внутри семейной системы. Кроме того, длительное воздействие неразрешённых конфликтов может негативно влиять на психологическое благополучие как партнёров, так и детей. Полученные результаты также свидетельствуют о том, что наличие социальной поддержки и конструктивных стратегий совладания может смягчать негативное влияние кризисных ситуаций и способствовать развитию семейной устойчивости.

**Y.F.Yagublu**

### **Socio-psychological causes of family crisis formation Summary**

Comparative analysis of the studies indicates that psychological mechanisms such as the escalation of conflicts, difficulties in emotional regulation, weak adaptation strategies, and attachment problems play a significant role in the deepening of family crises. These factors

often lead to increased emotional distance, reduced marital satisfaction, and ineffective communication patterns within the family system. Furthermore, prolonged exposure to unresolved conflicts may negatively affect the psychological well-being of both partners and children. The findings also suggest that the presence of social support and constructive coping strategies can mitigate the negative impact of crisis situations and facilitate family resilience.

**Redaksiyaya daxil olub:** 07.04.2026