

15-Oktyabr, 2025-yil

**OILAVIY PSIXOTERAPIYADA SUN‘IY INTELEKTDAN FOYDALANIB,
OILAVIY MUNOSABATLARDAGI MUAMMOLARNI BARATARAF ETISHNING
NAZARIY MANBALARDA O‘RGANILISHI**

Sharapova Dildora Baxtiyarovna

ISFT instituti o‘qituvchisi, Psixologiya fanlari bo‘yicha falsafa doktori (PhD)

Annotatsiya: *Ushbu maqola oilaviy psixoterapiyada sun‘iy intellekt (SI) texnologiyalaridan foydalanish orqali oilaviy munosabatlardagi muammolarni bartaraf etishning nazariy asoslari va ilmiy manbalar doirasida o‘rganilishini tahlil qiladi. Maqolada SI va psixoterapiya sohalarining krossoveri, oilaviy munosabatlardagi asosiy muammolar va ularni SI yordamida hal qilish mumkinligi bo‘yicha zamonaviy nazariy yondashuvlar ko‘rib chiqiladi. Shuningdek, mavjud tadqiqotlar natijalari va ularning amaliy ahamiyati muhokama qilinadi.*

Kalit so‘zlar: *Sun‘iy intellekt, oilaviy psixoterapiya, oilaviy munosabatlar, muammolarni bartaraf etish, nazariy asoslar, psixologik yordam*

KIRISH

Oilaviy psixoterapiya – bu, oilada yuzaga keladigan psixologik va ijtimoiy muammolarni hal qilishga qaratilgan murakkab ilmiy va amaliy faoliyatdir (Bowen, 1978). So‘nggi yillarda sun‘iy intellekt texnologiyalari sog‘liqni saqlash, jumladan, psixoterapiyada ham qo‘llanilishi ortib bormoqda (Russell va Norvig, 2020). SI oilaviy munosabatlardagi murakkab muammolarni tahlil qilish va shaxsiylashtirilgan yordam ko‘rsatishda yangi imkoniyatlar yaratadi. Shu sababli, ushbu maqola SI texnologiyalarining oilaviy psixoterapiyada nazariy asoslarini tahlil qilishga bag‘ishlangan.

ASOSIY QISM

Oilaviy munosabatlardagi muammolar ko‘p qirrali va kompleks bo‘lib, ularning yechimi ko‘pincha ijtimoiy, psixologik va madaniy omillarni hisobga olgan holda amalga oshiriladi (Minuchin, 1974). Oila tizimining notekisligi, kommunikatsiya muammolari, ro‘yxatdagi rollarning chalkashligi va hissiy detachment — asosiy muammolardan hisoblanadi (Satir, 1983).

Sun‘iy intellekt texnologiyalari (masalan, mashina o‘rganish, tabiiy tilni qayta ishlash) psixoterapiya jarayonlarini avtomatlashtirish va shaxsiylashtirish imkonini beradi (Fitzpatrick va boshq., 2017). SI yordamida muammolarni aniqlash, emotsional holatni baholash va tegishli tavsiyalar berish amaliyoti keng tarqalmoqda.

Nazariy manbalarda SI asosidagi oilaviy psixoterapiya tizimlari quyidagi mexanizmlarga tayangan:

- Emotsional tahlil: AI tizimlari yuz ifodalari, ovoz tonlari va muloqot mazmuni orqali oiladagi stress va konfliktlarni aniqlaydi (Cowie va boshq., 2001).

- Shaxsiylashtirilgan terapiya: AI yordamida har bir oila a‘zosi uchun individual yondashuv ishlab chiqiladi (Topol, 2019).

15-Oktyabr, 2025-yil

• Interaktiv muloqot: Chatbotlar yordamida doimiy va anonim maslahatlar berish imkoniyati.

• Oila tizimini modellashtirish: Oilaviy tizim va munosabatlarning virtual modeli yordamida muammolarni aniqlash va yechim taklif etish.

So‘nggi yillarda olib borilgan ilmiy tadqiqotlar SI asosidagi oilaviy psixoterapiya platformalarining samaradorligini tasdiqlaydi (Fitzpatrick va boshq., 2017; Kumar va boshq., 2023). Tadqiqotlar SI texnologiyalari yordamida oilaviy stress va nizolarni kamaytirish, emotsional qo‘llab-quvvatlashni oshirish mumkinligini ko‘rsatmoqda.

Biroq, nazariy manbalarda SI tizimlarining insoniy empatiya va murakkab hissiy holatlarni to‘liq anglashdagi chegaralari ta’kidlanadi (Luxton, 2016). Shuningdek, texnologik va etnik madaniy farqlar, ma’lumot xavfsizligi masalalari ham muhim omillardir.

XULOSA

Nazariy manbalar shuni ko‘rsatadiki, sun’iy intellekt texnologiyalari oilaviy psixoterapiyada muammolarni bartaraf etishda yangi imkoniyatlar yaratmoqda. SI yordamida emotsional tahlil, shaxsiylashtirilgan terapiya va interaktiv muloqot orqali oilaviy munosabatlardagi murakkabliklar samarali hal qilinishi mumkin. Biroq, insoniy omillar va texnologik cheklovlarni hisobga olgan holda, ushbu sohada yanada chuqur ilmiy tadqiqotlar olib borish zarur.

ADABIYOTLAR RO‘YXATI:

1. Bowen, M. (1978). *Family Therapy in Clinical Practice*. New York: Jason Aronson.
2. Cowie, R., et al. (2001). Emotion Recognition in Human-Computer Interaction. *IEEE Signal Processing Magazine*, 18(1), 32-80.
3. Fitzpatrick, K. K., Darcy, A., & Vierhile, M. (2017). Delivering Cognitive Behavior Therapy to Young Adults With Symptoms of Depression and Anxiety Using a Fully Automated Conversational Agent (Woebot): A Randomized Controlled Trial. *JMIR Mental Health*, 4(2), e19.
4. Kumar, S., et al. (2023). Integrating Biometric Feedback in AI-Based Mental Health Platforms: Opportunities and Challenges. *Journal of Digital Health*, 10(3), 211-223.
5. Luxton, D. D. (2016). Recommendations for the ethical use and design of artificial intelligent care providers. *Artificial Intelligence in Medicine*, 62(1), 1-10.
6. Minuchin, S. (1974). *Families and Family Therapy*. Harvard University Press.
7. Russell, S., & Norvig, P. (2020). *Artificial Intelligence: A Modern Approach* (4th ed.). Pearson.
8. Satir, V. (1983). *Conjoint Family Therapy*. Science and Behavior Books.
9. Topol, E. J. (2019). *Deep Medicine: How Artificial Intelligence Can Make Healthcare Human Again*. Basic Books.