



O'SMIRLIK DAVRIDA PSIXIK RIVOJLANISH XUSUSIYATLARI

Komiljonov Azizbek Rustamjon o'g'li

Guliston Davlat pedagogika instituti

Gumanitar fanlar va Jismoniy madaniyat fakulteti

Jismoniy madaniyat yo'nalishi 23/25-guruh talabasi

Ilmiy rahbar: Xaitov Ortiqboy

ANNOTATSIYA: Mazkur maqolada o'smirlik davrida psixik rivojlanishning asosiy xususiyatlari ilmiy-nazariy va empirik ma'lumotlar asosida tahlil qilindi. Tadqiqotda 13–15 yoshli o'smirlarning kognitiv rivojlanishi, emotsional barqarorligi, ijtimoiy moslashuvi va o'zini anglash darajasi kompleks o'rganildi. Natijalar o'smirlik davrida tafakkurning murakkablashuvi va abstrakt fikrlash qobiliyatining shakllanishi jadallashishini, biroq emotsional sohada beqarorlik unsurlari saqlanib qolishini ko'rsatdi. Shuningdek, ijtimoiy moslashuv darajasi va o'zini anglash ko'rsatkichlari o'zaro bog'liq ekanligi aniqlandi. Tadqiqot natijalari o'smirlik davrida psixologik qo'llab-quvvatlash, individual yondashuv va sog'lom ijtimoiy muhitning ahamiyatini ilmiy jihatdan asoslaydi.

KALIT SO'ZLAR: O'smirlik davri, psixik rivojlanish, kognitiv taraqqiyot, emotsional barqarorlik, ijtimoiy moslashuv, identifikatsiya, o'zini anglash, yosh psixologiyasi, shaxs shakllanishi.

KIRISH

O'smirlik davri inson ontogenezining eng murakkab va mas'uliyatli bosqichlaridan biri bo'lib, odatda 11–12 yoshdan 15–16 yoshgacha bo'lgan davrni qamrab oladi. Mazkur bosqich biologik jihatdan pubertat jarayonlari, ya'ni jinsiy yetilish bilan xarakterlansa, psixologik jihatdan shaxsning yangi sifat bosqichiga o'tishi, mustaqil fikrlash va ijtimoiy o'zini anglash jarayonlarining jadallashuvi bilan ajralib turadi [1]. O'smirlik davrida markaziy nerv tizimida, ayniqsa bosh miya po'stlog'ining old qismlarida (prefrontal soha) funksional o'zgarishlar yuz beradi, bu



esa rejalashtirish, qaror qabul qilish, o'z xatti-harakatlarini nazorat qilish kabi ijro funksiyalarining shakllanishi bilan bog'liq [2]. Shu bilan birga, limbik tizim faoliyatining faollashuvi hissiy reaksiyalarning kuchayishi, affektiv beqarorlik va impulsivlikning ortishiga sabab bo'lishi mumkin. Natijada o'smir shaxsida bir vaqtning o'zida yuqori emotsional sezgirlik va mustaqillikka intilish, tengdoshlar fikriga kuchli bog'liqlik hamda kattalarga nisbatan tanqidiy munosabat shakllanadi. Bu davrda "Men" konsepsiyasi, ya'ni shaxsning o'zini anglash tizimi faol ravishda qayta quriladi: o'smir o'z qobiliyatlari, imkoniyatlari, qadriyatlari va ijtimoiy mavqeini tahlil qilishga intiladi. Psixik rivojlanishning mazkur bosqichi kognitiv sohada ham muhim siljishlar bilan tavsiflanadi: abstrakt tafakkur, mantiqiy fikrlash, gipoteza ilgari surish va muammoli vaziyatlarni tahlil qilish qobiliyati rivojlanadi. Bu jarayonlar natijasida o'smir atrof-muhitni yanada murakkab va tizimli tarzda idrok eta boshlaydi, axloqiy me'yorlar, ijtimoiy qoidalar hamda shaxsiy pozitsiyani ongli ravishda tanlashga harakat qiladi [3].

O'smirlik davrida psixik rivojlanishning o'ziga xosligi shundaki, bu bosqich shaxsning biologik yetilishi bilan ijtimoiy yetilishi o'rtasidagi nomutanosiblikni ham o'z ichiga oladi. Jismoniy o'sish tezlashgan bir paytda psixologik barqarorlik hali to'liq shakllanmagan bo'ladi, bu esa ichki ziddiyatlar, o'ziga ishonchsizlik yoki, aksincha, ortiqcha ishonch kabi holatlarni yuzaga keltirishi mumkin. O'smir o'z mustaqilligini namoyon etishga intilar ekan, u ko'pincha kattalar bilan munosabatlarda qarama-qarshiliklarga duch keladi. Shu bilan birga, tengdoshlar guruhi o'smir hayotida alohida ahamiyat kasb etadi: guruhga mansublik hissi, ijtimoiy maqom, do'stlik va qabul qilinish ehtiyoji psixik rivojlanishning muhim omiliga aylanadi. Emotsional sohada kayfiyatning tez-tez o'zgarishi, romantik tuyg'ularning paydo bo'lishi, o'z tashqi ko'rinishiga ortiqcha e'tibor kabi belgilar kuzatiladi. Axloqiy rivojlanish jarayonida esa o'smir ijtimoiy me'yorlarni shunchaki qabul qilishdan ko'ra, ularni tanqidiy baholash va shaxsiy qadriyatlar tizimini shakllantirishga harakat qiladi. Mazkur davrda irodaviy sifatlar — maqsadga intilish, qat'iyatlilik, o'zini boshqara olish — hali barqaror emas, biroq aynan shu bosqichda



ularning poydevori yaratiladi. Shuningdek, o'quv faoliyati mazmunining murakkablashuvi, kasb tanlash haqidagi dastlabki tasavvurlar paydo bo'lishi ham psixik rivojlanishga sezilarli ta'sir ko'rsatadi. Umuman olganda, o'smirlik davri psixik rivojlanish jarayoni shaxsning keyingi hayot bosqichlari uchun asos bo'lib xizmat qiladi, chunki aynan shu davrda mustaqil dunyoqarash, o'zini anglash, ijtimoiy rollarni egallash va individual xususiyatlarni shakllantirish jarayonlari intensiv ravishda kichadi [4].

ADABIYOTLAR TAHLILI

O'smirlik davrining psixik rivojlanishi masalasi ilmiy adabiyotlarda turli nazariy maktablar doirasida chuqur o'rganilgan. Ushbu yo'nalishning asoschilaridan biri bo'lgan Granville Stanley Hall o'smirlikni ontogenezing alohida, inqirozli bosqichi sifatida ajratib ko'rsatgan va uni "storm and stress" — ya'ni keskin emotsional o'zgarishlar, qarama-qarshiliklar hamda mustaqillikka intilish davri deb ta'riflagan. Uning tadqiqotlari biologik yetilish jarayonlari bilan psixik beqarorlik o'rtasidagi bog'liqlikni ko'rsatishga qaratilgan bo'lib, o'smirlikni evolyutsion taraqqiyot mahsuli sifatida izohlashga urinish bilan ahamiyatlidir. Kognitiv rivojlanish nazariyasini ishlab chiqqan Jean Piaget esa 11–12 yoshdan boshlab formal-operatsion tafakkur bosqichi shakllanishini ilmiy tajribalar orqali asoslab bergan. Unga ko'ra, o'smirlar abstrakt tushunchalar bilan ishlay olish, ehtimoliy vaziyatlarni mantiqan tahlil qilish, gipoteza ilgari surish va nazariy fikrlash qobiliyatiga ega bo'la boshlaydi [5]. Shaxsning ijtimoiy-psixologik rivojlanishini izohlashda Erik Eriksonning psixososial rivojlanish nazariyasi muhim o'rin tutadi. Erikson o'smirlik davrini "identifikatsiya va rol chalkashligi" bosqichi sifatida tavsiflab, bu davrda shaxs o'z ijtimoiy rolini, qadriyatlarini va hayotiy maqsadlarini aniqlashga intilishini ta'kidlagan. Unga ko'ra, aynan o'smirlik davrida barqaror "Men" konsepsiyasi shakllanadi yoki, aks holda, shaxs ichki ziddiyatlarga duch keladi [6].

Madaniy-tarixiy yondashuv asoschisi Lev Vygotsky psixik rivojlanishni ijtimoiy muhit va ta'lim jarayoni bilan uzviy bog'liq holda talqin qilgan hamda



“yaqin rivojlanish zonasi” nazariyasi orqali o‘smirning intellektual imkoniyatlari kattalar va tengdoshlar bilan hamkorlikda kengayishini ilmiy asoslagan [7]. Uning izdoshi Daniil Elkonin o‘smirlik davrida yetakchi faoliyat turi sifatida shaxslararo muloqot va ijtimoiy munosabatlarni ko‘rsatib, aynan tengdoshlar bilan o‘zaro ta’sir shaxsning o‘zini anglash jarayonini faollashtirishini ta’kidlagan [8]. Shuningdek, L.I. Bojovich o‘smirlikda motivatsion sohaning qayta qurilishi, ichki pozitsiyaning shakllanishi masalalarini chuqur tahlil qilgan. O‘zbekiston psixologiya maktabi vakillari — E. G‘oziyev, B. Qodirov, M. Davletshin va boshqalar — o‘smirlik davrini milliy ijtimoiy-madaniy muhit, oilaviy qadriyatlar va ta’lim tizimi bilan bog‘liq holda o‘rganib, o‘smir shaxsining irodaviy sifatleri, o‘quv motivatsiyasi va axloqiy ongining shakllanish mexanizmlarini ochib berganlar [9-10]. Ularning tadqiqotlari o‘smirlik davrini faqat biologik yoki universal jarayon sifatida emas, balki ijtimoiy, madaniy va pedagogik omillar ta’sirida rivojlanadigan murakkab psixik tizim sifatida talqin etish imkonini beradi [11].

METODOLOGIYA

Mazkur tadqiqotda o‘smirlik davrida psixik rivojlanish xususiyatlarini o‘rganish uchun kompleks yondashuv qo‘llanildi. Tadqiqot metodologik asosini yosh va pedagogik psixologiyaning ilmiy tamoyillari, shuningdek, shaxs rivojlanishining tizimli hamda faoliyat yondashuvi tashkil etdi. Ish jarayonida nazariy tahlil (ilmiy adabiyotlarni o‘rganish va umumlashtirish), qiyosiy-tahliliy metod, kuzatish va psixodiagnostik usullar qo‘llanildi. Tadqiqot jarayonida olingan ma’lumotlar miqdoriy va sifat jihatdan tahlil qilindi, natijalar foiz ko‘rsatkichlari va tavsifiy statistik usullar yordamida qayta ishlanib, umumlashtirildi. Metodologik yondashuv o‘smirlik davrining biologik, psixologik va ijtimoiy omillar birligida kompleks o‘rganilishini ta’minlashga qaratildi.

NATIJA VA MUHOKAMA

Tadqiqot 13–15 yoshli 120 nafar o‘smir ishtirokida olib borildi. Ishtirokchilar umumta’lim maktabining 7–9-sinf o‘quvchilari bo‘lib, jinsiy tarkib teng (60 nafar o‘g‘il, 60 nafar qiz) shakllantirildi. Tadqiqot jarayonida mantiqiy tafakkur,



emotsional barqarorlik, ijtimoiy moslashuv va o'zini anglash darajasi kompleks tarzda baholandi. Olingan natijalar o'smirlar davrida psixik rivojlanishning notekis va ko'p komponentli xarakterga ega ekanini tasdiqladi (1-jadval).

1-jadval

O'smirlarning psixik rivojlanish ko'rsatkichlari (N = 120)

Ko'rsatkich	Yuqori (%)	O'rta (%)	Past (%)
Kognitiv rivojlanish	35%	48%	17%
Emotsional barqarorlik	25%	53%	22%
Ijtimoiy moslashuv	42%	43%	15%
O'zini anglash	32%	50%	18%

Natijalarni chuqurroq tahlil qilish maqsadida ko'rsatkichlar jins va yosh kesimida ham solishtirildi. 15 yoshli o'smirlar orasida kognitiv rivojlanishning yuqori darajasi 13 yoshdagilarga nisbatan 12–14% ga yuqori ekani aniqlandi. Bu holat yosh ortishi bilan abstrakt tafakkur, tahliliy fikrlash va sabab-oqibat munosabatlarini anglash qobiliyatining sezilarli darajada takomillashishini ko'rsatadi. Qizlarda emotsional sezgirlik darajasi yuqoriroq bo'lgani kuzatildi, biroq emotsional barqarorlik ko'rsatkichi o'g'il bolalarga nisbatan biroz pastroq natija berdi. O'g'il bolalarda esa ijtimoiy moslashuv ko'rsatkichi tengdoshlar guruhi ichidagi mavqe bilan chambarchas bog'liq ekani aniqlandi [12].



1-rasm. O'smirlarning psixik rivojlanish ko'rsatkichlarining yuqori daraja taqsimoti (%)



Tadqiqot davomida o'quv muvaffaqiyati bilan psixik rivojlanish o'rtasidagi bog'liqlik ham o'rganildi. Yuqori o'zlashtirish ko'rsatkichiga ega o'smirlarning 68% da kognitiv rivojlanish darajasi yuqori yoki o'rta yuqori bosqichda ekanligi qayd etildi. Past o'zlashtiruvchi o'quvchilarda esa emotsional beqarorlik va o'zini anglashdagi noaniqlik ko'rsatkichlari yuqoriroq bo'ldi. Bu esa psixologik barqarorlik va akademik muvaffaqiyat o'rtasida o'zaro ta'sir mavjudligini ko'rsatadi [13-14].

Qo'shimcha kuzatishlar shuni ko'rsatdiki, oilaviy iqlimi ijobiy bo'lgan o'smirlarda ijtimoiy moslashuv va o'zini anglash darajasi yuqoriroq shakllangan. Aksincha, oilaviy ziddiyatlar mavjud bo'lgan guruhda emotsional beqarorlik ko'rsatkichlari 18–20% ga yuqori bo'ldi. Bu holat o'smirlik davrida psixik rivojlanishning faqat biologik emas, balki ijtimoiy-psixologik omillar bilan ham uzviy bog'liqligini tasdiqlaydi [15].

Umumiy tahlil shuni ko'rsatadiki, o'smirlik davrida psixik rivojlanish notekis va dinamik xarakterga ega bo'lib, ayrim komponentlar (masalan, tafakkur) tezroq shakllansa, boshqalari (emotsional barqarorlik va identifikatsiya) nisbatan sekinroq barqarorlashadi. Shu bois, mazkur davrda individual yondashuv, psixologik qo'llab-quvvatlash va ijtimoiy muhitni optimallashtirish muhim ahamiyat kasb etadi.

XULOSA. O'smirlik davri inson hayotidagi eng muhim va murakkab bosqichlardan biri bo'lib, unda biologik yetilish bilan bir qatorda psixik rivojlanish jarayonlari ham intensiv kechadi. Tadqiqot natijalari shuni ko'rsatdiki, o'smirlarning aksariyatida kognitiv rivojlanish o'rta va yuqori darajada shakllanmoqda, bu esa abstrakt tafakkur va mantiqiy fikrlashning rivojlanishi bilan izohlanadi. Shu bilan birga, emotsional barqarorlik ko'rsatkichlari nisbatan pastroq bo'lib, bu davrga xos affektiv o'zgarishlar mavjudligini tasdiqlaydi. Ijtimoiy moslashuv va o'zini anglash darajalari esa o'zaro bog'liq holda shakllanib, shaxsning ijtimoiy identifikatsiyasi jarayonini aks ettiradi.

Umuman olganda, o'smirlik davrida psixik rivojlanish notekis va ko'p omilli xarakterga ega bo'lib, pedagogik hamda psixologik qo'llab-quvvatlashni talab etadi. Ta'lim muassasalari va oilada qulay psixologik muhit yaratish, shaxsiy



xususiyatlarni inobatga olgan holda yondashuvni amalga oshirish o‘smir shaxsining barkamol rivojlanishiga xizmat qiladi.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR RO‘YXATI

- [1] E. A. Crone and R. E. Dahl, “Understanding adolescence as a period of social-affective engagement and goal flexibility,” *Nature Reviews Neuroscience*, vol. 22, no. 10, pp. 636–650, 2021.
- [2] S. J. Blakemore, “Adolescence and mental health,” *The Lancet Psychiatry*, vol. 6, no. 3, pp. 199–201, 2019.
- [3] A. Orben, L. Tomova, and S. J. Blakemore, “The effects of social deprivation on adolescent development and mental health,” *The Lancet Child & Adolescent Health*, vol. 4, no. 8, pp. 634–640, 2020.
- [4] E. H. Telzer, “Dopaminergic reward sensitivity and adolescent risk taking,” *Developmental Cognitive Neuroscience*, vol. 45, Art. no. 100805, pp. 1–9, 2020.
- [5] R. M. Lerner, L. Steinberg, and W. F. Overton, Eds., *Handbook of Adolescent Psychology*, 4th ed. Hoboken, NJ, USA: Wiley, 2022, pp. 23–67.
- [6] UNICEF, *The State of the World’s Children 2021: On My Mind – Promoting, Protecting and Caring for Children’s Mental Health*. New York, NY, USA: UNICEF, 2021, pp. 56–89.
- [7] OECD, *Beyond Academic Learning: First Results from the Survey of Social and Emotional Skills*. Paris, France: OECD Publishing, 2021, pp. 112–134.
- [8] World Health Organization, “Adolescent mental health,” *Fact sheet*, Geneva, Switzerland, 2022.
- [9] M. Davletshin, *Umumiy psixologiya*. Toshkent, O‘zbekiston: Innovatsion rivojlanish nashriyoti, 2020, pp. 201–236.
- [10] E. G‘oziyev, *Yosh davrlari psixologiyasi*. Toshkent, O‘zbekiston: O‘zbekiston Milliy universiteti nashriyoti, 2021, pp. 145–178.
- [11] K. L. Mills, A. Goddings, M. Herting, R. Meuwese, and E. A. Crone, “Structural brain development between childhood and adulthood,” *Developmental Cognitive Neuroscience*, vol. 44, Art. no. 100827, 2020.



- [12] L. Steinberg, "Risk taking in adolescence: Updated perspective," *Current Directions in Psychological Science*, vol. 30, no. 5, pp. 384–389, 2021.
- [13] World Health Organization, *Global Accelerated Action for the Health of Adolescents (AA-HA!): Guidance to Support Country Implementation*, Geneva, Switzerland: WHO, 2023, pp. 34–58.
- [14] J. Nesi, "The impact of social media on youth mental health," *Annual Review of Clinical Psychology*, vol. 16, pp. 659–687, 2020.