

O'SMIRLIK DAVRIDA KUZATILADIGAN INQIROZLAR

Xursandova Dilnoza Xudoyberdiyevna
Samarqand viloyati Samarqand shahar
82-umumiy o'rta ta'lim maktabi psixologi

Annotatsiya: Mazkur maqolada o'smirlik davrida kuzatiladigan psixologik inqirozlar, ularning kelib chiqish sabablari va namoyon bo'lish xususiyatlari yoritilgan. O'smirlik davrining yoshga xos psixologik jihatlari, emotsional o'zgarishlar, shaxs shakllanishi jarayonidagi qiyinchiliklar hamda inqirozlarni bartaraf etishning psixologik usullari tahlil qilingan.

Kalit so'zlar: o'smirlik davri, yosh inqirozi, psixologik rivojlanish, emotsional holat, shaxs shakllanishi, o'zini anglash, moslashuv, motivatsiya, oila, psixologik yordam.

KIRISH

O'smirlik davri inson hayotidagi eng murakkab va mas'uliyatli bosqichlardan biri hisoblanadi. Bu davr odatda 11–15 yoshlarni qamrab olib, jismoniy, psixologik va ijtimoiy rivojlanishning jadal kechishi bilan tavsiflanadi. O'smirlik davrida bolaning organizmida yuz beradigan biologik o'zgarishlar uning ruhiy holati va xulq-atvoriga ham sezilarli ta'sir ko'rsatadi. Shu sababli bu davr ko'pincha “o'tish davri” yoki “inqiroz davri” deb ataladi. O'smirlik inqirozining asosiy sababi bolaning bolalikdan kattalik davriga o'tish jarayonidir. Bu davrda o'smir o'zini mustaqil shaxs sifatida namoyon etishga intiladi, kattalar nazoratiga nisbatan tanqidiy munosabat bildirib boshlaydi va o'z qarashlarini himoya qilishga harakat qiladi. Natijada ota-onalar, o'qituvchilar va tengdoshlar bilan turli kelishmovchiliklar yuzaga kelishi mumkin.

O'smirlik davrida kuzatiladigan muhim psixologik holatlardan biri o'zini anglash jarayonining faollashuvidir. O'smirlar o'z imkoniyatlari, qobiliyatlari va tashqi ko'rinishiga ko'proq e'tibor bera boshlaydilar. Ayrim hollarda o'zidan qoniqmaslik, past baholash yoki aksincha, haddan tashqari yuqori baholash holatlari kuzatiladi. Bu esa ichki ziddiyatlarning paydo bo'lishiga sabab bo'lishi mumkin.

Emotsional beqarorlik ham o'smirlik inqirozining asosiy belgilaridan biridir. Kayfiyatning tez-tez o'zgarishi, ta'sirchanlik, jizzakilik, asabiylik va hissiy zo'rliqishlar ushbu davr uchun xos holatlardir. O'smirlar ko'pincha o'z his-tuyg'ularini boshqarishda qiyinchiliklarga duch keladilar, bu esa ularning xulq-atvorida namoyon bo'ladi. Tengdoshlar bilan munosabatlar ham o'smirlik davrida alohida ahamiyat kasb etadi. O'smirlar uchun do'stlar fikri va bahosi muhim bo'lib qoladi. Jamoada o'z o'rnini topishga bo'lgan ehtiyoj kuchayadi. Ayrim hollarda tengdoshlar bilan munosabatlardagi muammolar, rad etilish yoki tushunmovchiliklar ruhiy tushkunlik va xavotirlanish holatlarini keltirib chiqarishi mumkin.

O'smirlik inqirozini yengib o'tishda oilaning o'zni beqiyosdir. Ota-onalarning farzandiga nisbatan mehribon, tushunuvchan va qo'llab-quvvatlovchi munosabati o'smirning ruhiy barqarorligini ta'minlaydi. Ota-onalar farzandining fikrlarini tinglashi, unga ishonch bildirishi va mustaqilligini hurmat qilishi muhim hisoblanadi.

Maktab va pedagoglarning ham bu jarayondagi roli katta. O'qituvchilar o'smirlarning yosh xususiyatlarini hisobga olgan holda ularga individual yondashishlari, ijobiy muloqot muhitini yaratishlari va psixologik qo'llab-quvvatlashni kuchaytirishlari zarur. Maktab psixologi tomonidan o'tkaziladigan suhbatlar, treninglar va maslahatlar o'smirlarning inqiroz davrini muvaffaqiyatli yengib o'tishiga yordam beradi. Bugungi kunda internet va ijtimoiy tarmoqlarning ta'siri ham o'smirlar ruhiyatiga sezilarli ta'sir ko'rsatmoqda. Shu sababli ularda media savodxonlik, tanqidiy fikrlash va axborotdan oqilona foydalanish ko'nikmalarini rivojlantirish muhim vazifalardan biri hisoblanadi. Bu davrga kelib bola endi «bola» emas va shu bilan birga hali «katta» ham emas. Uning o'z-o'ziga va atrofdagilarga nisbatan bo'lgan munosabatlari butunlay boshqacha xarakter kasb etib boradi. Uning qiziqishlari tizimi, ijtimoiy yo'nalganligi qaytadan shakllanadi, o'z-o'zini anglashi, baholashi, qadriyatlari o'zgaradi. Uning uchun o'z «men»i va shu «men» ning ahamiyati ortadi. Yuqorida ta'kidlanganidek, o'smirlik qarama-qarshiliklarga boy davrdir. Uni ba'zi olimlar «krizislar, tanazzullar» davri deb ham ataydilar. Sababi, o'smir ruhiyatida shunday inqiroziy holatlar ko'p bo'ladiki, u bu inqirozni bir tomondan o'zi hal qilgisi keladi, ikkinchi tomondan, uni hal qilishga imkoniyati, kuchi va aqli etishmaydi. Lekin shularga qaramay, bola o'zi bilib-bilmay o'z aqliy salohiyatini o'stirishga tirishadi, chiroyli fikrlashga tashna bo'ladi va bu uning psixik taraqqiyotidagi eng muhim o'zgarish hisoblanadi. Demak, o'smirlik davri insonni bolalikdan yoshlikka o'tuvchi va o'z navbatida boshqa davrlardan o'zining nisbatan keskinroq, murakkabroq kechishi bilan farqlanib turuvchi davrdir. Ta'lim motivatsiyasining pasayishi O'smir shaxsining takomillashuvi va shakllanishiga turtki bo'lgan omillardan biri o'quv faoliyati motivlaridagi sifat o'zgarishidir. Kichik maktab yoshidagi boladan farqli, o'smir endi faqat bilimlar tizimiga ega bo'lishi, o'qituvchining maqtovini eshitish va «5» baholarni ko'paytirish uchun emas, balki tengqurlari orasida ma'lum ijobiy mavqeni egallashi, kelajakda yaxshi odam bo'lishi uchun o'qish motivlari ustivor bo'la boradi. Lekin I.V.Dubrovinaning bergan ma'lumotlariga ko'ra, o'quv faoliyati motivlari orasida umuman bilish, yangi bilimlarga ega bo'lish motivi kuchsiz bo'lgani sababli, ular maktabga borgisi kelmaydi. O'qishga og'rinib kelib, salbiy emotsiyalar va xavotirlik hislarini boshdan kechiradilar (o'rtacha 20% o'quvchilar). Bu kattalarning o'smir bilan ishlashini qiyinlashtiradi.

O'smirlik davrida nutqning rivojlanishi bir tomondan so'z boyligining oshishi hisobga bo'lsa, ikkinchi tomondan, tabiat va jamiyatdagi narsa, voqea va

hodisalarning mazmun mohiyatini anglashlari hisobiga bo'ladi. Bu davrda o'smir til yordamida atrof-borliqni aks ettirishi bilan bir qatorda inson dunyoqarashini ham belgilab berish mumkinligini his qila boshlaydi. Aynan o'smirlik davridan boshlab, inson nutq bilish jarayonlarining rivojlanishini belgilab berishini tushuna boshlaydi. O'smirni ko'pincha muomalada so'zlarni ishlatish qoidalar - "Qanday qilib to'g'ri yozish kerak?", "Qanday qilib yaxshiroq aytish mumkin?", "Nima deyish kerak?" kabi savollar juda qiziqtiradi. O'smirlar maktabdagi o'qituvchilar, kattalar, ota-onalar nutqidagi kamchiliklarga, kitob, gazeta, radio va televidenie diktorlari xatolariga tez e'tibor beradilar. Bu holat o'smirning bir tomondan o'z nutqini nazorat etishga o'rgatsa, ikkinchi tomondan, kattalar ham nutq qoidalarini buzishlari mumkinligini bilishlariga va o'zida mavjud xatoliklarni birmuncha barham toptirishlariga olib keladi. O'smir so'zlarning kelib chiqish tarixiga, ularning aniq mazmuni va mohiyatiga juda qiziqadi.

U endi o'z nutqida yosh bola singari emas, balki katta odamlardek so'zlarni tanlab ishlatishga harakat qiladi.

Nutq madaniyatini egallash borasida o'smir uchun o'qituvchi, albatta, namuna bo'lishi shartdir. Aynan maktab ta'limi o'smir bilish jarayonlarini rivojlanish yo'nalishini sifat jihatidan o'zgarishda asosiy omil bo'lib xizmat qiladi. Bilish jarayonlarining rivojlanishida nutq, og'zaki, ham yozma mavjud bo'lishi bilan kuchli vosita hisoblanadi. Maktabdagi o'quv jarayonlarining to'g'ri tashkil etilishi va amalga oshirilishi bilan o'smir nutqining to'g'ri rivojlanishiga sharoit yaratiladi. Nutqni o'zlashtirishga harakat bu o'smirning muomala, bilish va ijodiy faoliyatga kirilishiga extiyoj va intilish hisoblanadi. O'smirning shaxs sifatida taraqqiy etishida ikki holat kuzatiladi: bir tomondan boshqalar tengqurlar bilan yaqinroq aloqada bo'lishga intilish, guruh me'yorlariga bo'ysunish, ikkinchi tomondan mustaqillikning oshishi hisobiga bola ichki ruhiy olamida ayrim qiyinchiliklar kuzatiladi. O'zgalarni anglash bilan o'z-o'zini anglash o'rtasida qarama-qarshiliklar paydo bo'ladi.

Ko'pincha o'smir o'z imkoniyatlarini yuqori baholaydi, boshqalar esa uning kuchi, irodasi va salohiyatiga ishonchsizlik bilan qaraydi. Lekin, shunday bo'lsa ham o'zini nima qilib bo'lsa-da, tengqurlar jamiyati tomonidan tan olinishiga erishishga intiladi va ular bilan muloqot hayotining ma'nosiga aylanib qoladi. Agar o'smir shu davrda biror sabab bilan tengqurlari jamiyati tomonidan inkor qilinsa, u bunga juda katta mudhish voqeadek qaraydi, maktabga bormay qo'yishi, hattoki suitsidal harakatlarni ham sodir etishi mumkin. SHunday qilib, o'smirlik davrida o'quv motivasiyasi birmuncha pasayadi O'smirlik davridagi qarama-qarshiliklar O'smirlik davriga juda ko'p ziddiyatlar va qarama-qarshiliklar xos. Maktab dasturini o'zlashtirish va boshqa ishlar bilan bog'liq turli masalalarni yechishda ko'zga tashlanadigan o'smirlarning intellektual rivojlanganligi kattalarni ular bilan birga jiddiy muammolar bo'yicha fikrlashga undaydi, o'smirlarning o'zlari ham bunga

harakat qiladilar. Boshqa tomondan esa ayniqsa, kelajak kasb, xulq-atvor etikasi, o'z majburiyatlariga mas'ullik kabi muammolar muhokamasida infantillik (yosh bolarlarga xos jismoniy va psixologik holat)ni kuzatish mumkin. 5-6 sinf o'quvchilariga sinfdagi o'zi egallagan mavqeiga katta e'tibor berish xususiyati xos. Ayniqsa, 6 sinfdan boshlab, o'quvchilar o'z tashqi ko'rinishlariga, shuningdek, qarama-qarshi jinsdagi bolalar va ular bilan o'zaro munosabatlariga e'tibor bera boshlaydilar. 7-sinf o'quvchilarida esa o'z layoqatlarini rivojlantirishga xos qiziqish yuzaga keladi. 8-sinf o'quvchilari esa mustaqilik, o'ziga xoslik, do'stlik va o'rtoqlik bilan bog'liq bo'ladigan shaxsiy xislatlarni yuqori baholashadi. O'smirlarning ana shu ketma-ket yuzaga keladigan qiziqishlariga asoslangan holda faol ravishda irodaviy ishbilarmonlik va boshqa foydali sifatlarni rivojlantirish mumkin. O'smirlik davrida o'quv fanlarini turli o'qituvchilar o'qitishlari bilan kattalar shaxsi va faoliyatni baholashning yangi mezonlari ham shakllana boshlaydi. O'smirlik asosan, bilimli, talabchan, haqqoniy, o'quv materialini qiziqarli va tushunarli yo'l bilan yetkaza oladigan, o'quvchilarni ajratmaydigan o'qituvchilarni ko'proq hurmat qiladilar va yaxshi ko'radilar. Ular o'qituvchi bilan munosabatlariga ham katta e'tibor beradilar. 10-15 yoshli bolalarning faoliyat motivlarida ham o'zgarishlar amalga oshadi. Ilk o'smirlik davrida ko'pchilik o'smirlar o'zlariga salbiy shaxsiy xarakteristika beradilar. Katta bo'lgan sari o'smirning o'z-o'ziga bergan bahosi differensial xarakter (xulq-atvoriga, ijtimoiy vaziyatlarda o'zini tutishga va ayrim xattixarakatlari)da namoyon bo'la boshlaydi.

XULOSA

O'smirlik davrida kuzatiladigan inqirozlar shaxs rivojlanishining tabiiy bosqichi hisoblanadi. Ushbu davrda yuzaga keladigan emotsional, ijtimoiy va psixologik o'zgarishlarni to'g'ri tushunish hamda o'smirlarga zarur yordam ko'rsatish ularning barkamol shaxs sifatida shakllanishiga xizmat qiladi. Oila, maktab va psixologlarning hamkorligi o'smirlik inqirozlarini muvaffaqiyatli yengib o'tishning muhim omili hisoblanadi.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR RO'YXATI:

1. G'oziyev E.G'. Yosh davrlari psixologiyasi. – Toshkent: O'qituvchi, 2018.
2. Nishonova Z.T. Bolalar va o'smirlar psixologiyasi. – Toshkent, 2019.
3. Karimova V.M. Psixologiya. – Toshkent, 2019.
4. Davletshin M.G. Yosh va pedagogik psixologiya. – Toshkent, 2020.
5. Shoumarov G'.B. Psixologik maslahat asoslari. – Toshkent, 2018.
6. Vygotskiy L.S. Yosh davrlari psixologiyasi bo'yicha tadqiqotlar. – Moskva.