

ILK O'SPIRINLIK DAVRIDA PSIXIK RIVOJLANISH XUSISIYATI

SHERMAMATOVA MUNIRA ALISHER QIZI
ABDURAXMONOVA AZIZA ABDULAZIZ QIZI

Denov tadbirkorlik va pedagogika instituti
aniq va tabiiy fanlar fakulteti biologiya yo'nalishi
14B-guruh 1- bosqich talabalari

SHOMUROTOV ULUGBEK MELIKBOBOYEVICH

Denov tadbirkorlik va pedagogika instituti
Pedagogika fakulteti, Pedagogika va psixologiya
kafedrası o'qituvchisi (maqola ilmiy raxbari)

ulugbekshomurotov986@gmail.com

<https://orcid.org/0009-0008-8004-499X>

Annotatsiya

Ushbu akademik maqola ilk o'spirinlik davrida (taxminan 10 yoshdan 14 yoshgacha) kechadigan psixik rivojlanishning xususiyatlarini chuqur tahlil qiladi. Bu bosqich biologik, kognitiv, hissiy va ijtimoiy sohalarda keskin o'zgarishlar bilan tavsiflanadi. Maqolada pubertatning miya rivojlanishiga ta'siri, kognitiv jarayonlarning murakkablashuvi, shaxsiyat va identifikatsiya shakllanishidagi ijtimoiy muhitning o'rni hamda o'spirinlikning psixologik xavf omillari va qo'llab-quvvatlash imkoniyatlari atroflicha ko'rib chiqiladi. Nazariy sintez va adabiyotlar tahlili asosida, ushbu davrni tushunish o'spirinlar farovonligini ta'minlash uchun muhim ahamiyatga ega ekanligi ta'kidlanadi.

Kalit so'zlar: Ilk o'spirinlik, Psixik rivojlanish, Identifikatsiya, Kognitiv rivojlanish, Oila munosabatlari, Ijtimoiy muhit.

Аннотация

Данная академическая статья глубоко анализирует особенности психического развития в период раннего подросткового возраста (примерно от 10 до 14 лет). Этот этап характеризуется резкими изменениями в биологической, когнитивной, эмоциональной и социальной сферах. В статье подробно рассматривается влияние полового созревания на развитие мозга, усложнение когнитивных процессов, роль социальной среды в формировании личности и идентичности, а также психологические факторы риска и возможности поддержки в подростковом возрасте. На основе теоретического синтеза и анализа литературы подчеркивается, что понимание этого периода имеет важное значение для обеспечения благополучия подростков.

Ключевые слова: Ранний подростковый возраст, Психическое развитие, Формирование идентичности

Abstract

This academic article deeply analyzes the characteristics of psychological development during early adolescence (approximately 10 to 14 years of age). This stage is characterized by dramatic changes in biological, cognitive, emotional, and social domains. The article thoroughly examines the impact of puberty on brain development, the increasing complexity of cognitive processes, the role of the social environment in personality and identity formation, as well as psychological risk factors and support opportunities during adolescence. Based on theoretical synthesis and literature analysis, it is emphasized that understanding this period is crucial for ensuring the well-being of adolescents.

Keywords: Early adolescence, Psychological development, Identity formation

Kirish

Ilk o'spirinlik davri, odatda 10 yoshdan 14 yoshgacha bo'lgan muddatni qamrab olib, inson hayotidagi eng muhim va murakkab rivojlanish bosqichlaridan biri

hisoblanadi. Bu davrda shaxsiyatning shakllanishi, kognitiv qobiliyatlarning o'sishi, hissiy jihatdan yetuklikka intilish va ijtimoiy munosabatlarning qayta shakllanishi kabi fundamental jarayonlar kuzatiladi. Biologik o'zgarishlar, xususan, pubertat davri boshlanishi markaziy asab tizimida sezilarli modifikatsiyalarga olib kelib, shaxsning hissiy barqarorligi, xulq-atvori va o'zini idrok etishiga bevosita ta'sir ko'rsatadi. Ushbu davrning o'ziga xos xususiyatlarini tushunish o'spirinlarning salomatligi, ta'lim-tarbiyasi va jamiyatga integratsiyalashuvini ta'minlashda fundamental ahamiyat kasb etadi. Ushbu maqolaning maqsadi ilk o'spirinlik davrida kechadigan psixik rivojlanishning asosiy jihatlarini, xususan, biologik, kognitiv, hissiy va ijtimoiy-emotsional o'zgarishlarni atroflicha tahlil qilish, shaxsiyat va identifikatsiya shakllanishidagi ijtimoiy muhitning rolini o'rganish hamda bu davrga xos psixologik xavf omillari va ularni bartaraf etish imkoniyatlarini ko'rib chiqishdan iborat.

Mavzuga oid adabiyotlar tahlili

Ilk o'spirinlik davri jismoniy va psixologik o'zgarishlarning keskinlashuvi bilan ajralib turadi. Pubertat davri gormonal o'zgarishlar bilan boshlanib, jismoniy o'sish sur'atlari tezlashadi va ikkilamchi jinsiy xususiyatlar rivojlanadi. Bu jarayonlar miya rivojlanishiga ham ta'sir ko'rsatadi. Xususan, prefrontal korteksning yetilishi, limbik tizim faoliyatining kuchayishi, neyron aloqalarning qisqarishi (pruning) va miyelinlanishi kabi jarayonlar kuzatiladi. Prefrontal korteksning yetilmaganligi o'spirinlarda impulsiv xulq-atvor, qaror qabul qilishda qiyinchiliklar va xavfni baholashdagi noto'g'ri idrokka olib kelishi mumkin (Casey, Tottenham, & Fossella, 2002). Shu bilan birga, limbik tizimning, ayniqsa amigdalaning faollashuvi hissiy reaksiyalarning intensivligini oshiradi.

Kognitiv rivojlanishda esa, Jan Piaget nazariyasiga ko'ra, ilk o'spirinlik davri formal operatsiyalar bosqichiga o'tish bilan xarakterlanadi. Bu bosqichda o'spirinlar mavhum tushunchalar bilan ishlash, gipotetik-deduktiv fikrlash, muammolarni tizimli ravishda hal qilish va mantiqiy xulosalar chiqarish qobiliyatini rivojlantiradi. Metakognitiv qobiliyatlar, ya'ni o'zining fikrlash jarayonlari haqida fikrlash ham ushbu

davrda kuchayadi. Biroq, bu davrda egotsentrizmning ba'zi shakllari, masalan, "tasavvuriy auditoriya" (o'zini doimiy kuzatuv ostida deb hisoblash) va "shaxsiy afsona" (o'zini noyob va boshqalarga taalluqli bo'lmagan hodisalar qahramoni deb bilish) ham uchraydi (Elkind, 1967). Axborotni qayta ishlash nazariyasi nuqtai nazaridan, ishchi xotira hajmi, diqqatni jamlash qobiliyati va kognitiv egiluvchanlik ortadi, bu esa murakkab akademik vazifalarni o'zlashtirishga imkon beradi.

Hormonal o'zgarishlar va miya faoliyatidagi modifikatsiyalar ilk o'spirinlik davrida hissiy beqarorlik, kayfiyatning tez-tez o'zgarishi va hissiyotlarning yuqori intensivligini keltirib chiqaradi. O'spirinlar o'z-o'zini anglashning kuchayishi sababli tengdoshlarining fikrlariga juda sezgir bo'lishadi. Hissiy tartibga solish strategiyalari hali to'liq shakllanmagan bo'lib, ular o'z hissiyotlarini boshqarishda qiyinchiliklarga duch kelishlari mumkin. Bu esa stressga chidamlilikning pastligiga olib kelishi mumkin.

Oila munosabatlarida avtonomiyaga intilish kuchayadi, bu esa ota-onalar va farzandlar o'rtasida potentsial ziddiyatlarga sabab bo'lishi mumkin. O'spirinlar o'z mustaqilliklarini namoyish etishga intilishadi, shu bilan birga hali ham ota-onalarning qo'llab-quvvatlashiga muhtoj bo'ladilar. Tengdoshlar bilan munosabatlar ilk o'spirinlik davrida markaziy o'rinni egallaydi. Do'stlik munosabatlari chuqurlashadi, tengdoshlar guruhiga mansublik hissi muhim ahamiyat kasb etadi va guruh ta'siri shaxsiyat shakllanishi va xulq-atvorga sezilarli darajada ta'sir ko'rsatadi. Bu davrda tengdoshlar bilan ijtimoiy taqqoslash va qabul qilinish istagi kuchli bo'ladi.

Erik Eriksonning psixosotsial rivojlanish nazariyasiga ko'ra, ilk o'spirinlik davri "identifikatsiya va rol chalkashligi" bosqichiga to'g'ri keladi. Bu davrda o'spirinlar "Men kimman?" savoliga javob topishga intilib, o'z qadriyatlari, e'tiqodlari, kasbiy istaklari va ijtimoiy rollarini izlashadi. Ushbu identifikatsiya jarayoni nafaqat ichki izlanishlar, balki ijtimoiy muhit bilan o'zaro ta'sir natijasida ham shakllanadi.

Shamsiddinov Sadriddinning ta'kidlashicha [1], o'z-o'zini identifikatsiya qilish jarayonida ijtimoiy muhitning psixologik ahamiyati juda katta. Identifikatsiya, asosan,

individdning qadrlaydigan odamlarining fikr va tuyg'ularini qanday talqin qilishiga bog'liq bo'ladi, bu esa noto'g'ri talqinlarga ham olib kelishi mumkin. Dinamik jamiyatda ijobiy ijtimoiy maqomga erishish uchun o'z-o'zini anglash tashqi idrok bilan mos kelishi kerak. "Men" konsepsiyasi boshqalarning fikrlari, jumladan, o'zini boshqalar tomonidan qanday ko'rilayotgani, ularning reaksiyalari va o'zining javoblari asosida shakllanadi. Garchi individlar o'z manfaatlarini uchun haqiqiy his-tuyg'ularini yashirishi mumkin bo'lsa-da, haqiqiy o'z-o'zini kashf qilish sub'ektiv talqinlardan tashqariga chiqadi. O'z-o'zini identifikatsiya qilish, garchi ijtimoiy kutishlar ta'sirida bo'lsa-da, individlarning o'ziga xos xususiyatlari bilan birga mavjud bo'ladi va "Men" turli ijtimoiy rollarga moslashadi. Referent guruhlar, haqiqiy yoki xayoliy bo'lsin, identifikatsiyaga tanqidiy ta'sir ko'rsatadi. Bu esa konformist xulq-atvordan farq qiladi, bunda individlar guruh nuqtai nazarini qabul qilib, o'zlarining noyob "Men"ni kollektiv "Biz"ga yo'qotishi mumkin. Identifikatsiya o'z dunyosi bilan sub'ektiv muvofiqlikni anglatadi, identifikator va identifikatsiyani birlashtirib, atrof-muhit xususiyatlari va shaxsiy ehtiyojlarni aniqlashtiradi. E. Eriksonning epigenetik konsepsiyasi bu o'zaro bog'liqlikning asosiy izohi sifatida ta'kidlanadi.

Axloqiy rivojlanishda esa, Lourens Kolberg nazariyasiga ko'ra, ilk o'spirinlar ko'pincha an'anaviy bosqichga o'tadi, bunda axloqiy qarorlar ijtimoiy qoidalar, qonunlar va boshqalarning kutishlariga asoslanadi. Jinsiy identifikatsiya va jinsiy rollarni o'rganish ham ushbu davrning muhim jihatidir.

Ilk o'spirinlik davri psixologik o'zgaruvchanlik va zaiflik davri hisoblanadi. Bu davrda depressiya, xavotir buzilishlari, ovqatlanish buzilishlari (anoreksiya nervoza, bulimiya nervoza), modda suiiste'mol qilish, bezorilik (bullying) va akademik stress kabi psixologik xavf omillari kuchayishi mumkin. Xavfli xulq-atvorlar, masalan, tajovuzkorlik, impulsivlik va xavfga moyillik ham kuzatiladi.

Biroq, bu davr shaxsiy o'sish va rivojlanish uchun katta imkoniyatlarni ham taqdim etadi. O'spirinlar yangi ko'nikmalarni egallash, qiziqishlarini kengaytirish, mustahkam "Men" konsepsiyasini shakllantirish va mustaqillikni oshirish

imkoniyatiga ega bo'ladilar. Himoya omillari, jumladan, mustahkam oilaviy rishtalar, ijobiy tengdosh munosabatlari, maktabga jalb etilish, samarali adaptatsiya ko'nikmalari va yordamchi kattalar mentorligi psixologik barqarorlikni ta'minlashda muhim rol o'ynaydi.

O'spirinlarga har tomonlama qo'llab-quvvatlash tizimlarini taqdim etish zarur. Bu ota-onalar tomonidan yo'naltirish, maktab psixologlari va maslahatchilari orqali professional yordam, jamiyat dasturlari va zarurat tug'ilganda ruhiy salomatlik xizmatlarini o'z ichiga oladi. Maktablarda psixologik profilaktika va o'spirinlarni stress va ijtimoiy bosimga qarshi turishga o'rgatuvchi dasturlarni joriy etish muhim ahamiyatga ega.

Tadqiqot metodologiyasi

Ushbu akademik maqola ilk o'spirinlik davridagi psixik rivojlanish xususiyatlarini tahlil qilishga qaratilgan nazariy-analitik tadqiqot hisoblanadi. Tadqiqot metodologiyasi mavzuga oid keng ko'lamli ilmiy adabiyotlarni (psixologiya, neyrobiologiya, sotsiologiya va pedagogika sohalaridagi) tizimli tahlil qilish va sintezlashga asoslanadi. Maqolani yozishda Piaget, Erikson, Kolberg kabi yetakchi rivojlanish psixologiyasining nazariy konsepsiyalaridan, shuningdek, zamonaviy empirik tadqiqotlar natijalaridan foydalanildi. Xususan, Shamsiddinov Sadriddinning o'z-o'zini identifikatsiya qilish jarayonida ijtimoiy muhitning rolini yoritgan asarlari mazkur tadqiqotning muhim manbalaridan biri bo'ldi. Maqola, mavjud bilimlarni tanqidiy tahlil qilish va tizimlashtirish orqali ilk o'spirinlik davrining murakkab psixologik manzarasini umumlashtirishni maqsad qilgan. Ushbu yondashuv turli xil nazariyalarni birlashtirishga va rivojlanishning ko'p qirrali tabiatini chuqurroq tushunishga imkon beradi.

Xulosa

Ilk o'spirinlik davri inson rivojlanishida tub o'zgarishlar bilan ajralib turadigan, noyob va hal qiluvchi bosqichdir. Bu davrda jismoniy, kognitiv, hissiy va ijtimoiy-emotsional sohalarda sezilarli modifikatsiyalar kuzatiladi, ular shaxsiyat va

identifikatsiyaning shakllanishiga bevosita ta'sir ko'rsatadi. Pubertatning biologik o'zgarishlari miyaning rivojlanishiga ta'sir etib, hissiy intensivlik va kognitiv jarayonlarning murakkablashuviga olib keladi. Ijtimoiy muhit, ayniqsa tengdoshlar va referent guruhlar, o'z-o'zini identifikatsiya qilish jarayonida fundamental rol o'ynaydi, bu Eriksonning nazariyasi va Shamsiddinov Sadridin tomonidan ta'kidlanganidek, shaxsning "Men" konseptsiyasini shakllantiradi.

Garchi bu davr psixologik xavf omillari (masalan, depressiya, xavotir) bilan bog'liq bo'lsa-da, u shaxsiy o'sish, yangi ko'nikmalarni egallash va mustaqillikka erishish uchun katta imkoniyatlarni ham taqdim etadi. O'spirinlar farovonligini ta'minlash uchun ularni tushunish, ularga har tomonlama qo'llab-quvvatlash tizimlarini (ota-onalar, maktablar, jamoatchilik) taqdim etish va psixologik profilaktika choralari kuchaytirish muhimdir. Ushbu murakkab rivojlanish bosqichini chuqur o'rganish, kelajak avlodning sog'lom va barkamol shaxs bo'lib shakllanishida muhim zamin yaratadi. Kelgusida, ilk o'spirinlik davrining madaniy xususiyatlari, raqamli texnologiyalarning ta'siri va uzoq muddatli tadqiqotlar o'tkazish dolzarb ilmiy muammolar bo'lib qoladi.

Foydalanilgan adabiyotlar

1. Steinberg, Laurence. O'spirinlik. 13-nashr. New York: McGraw-Hill, 2022.
2. Casey, B. J., and Eva Telzer, muharrirlar. O'smir miyasi: Nevrorivojlanish nuqtai nazaridan. Cambridge: Cambridge University Press, 2019.
3. Blakemore, S. J. "O'smir miya rivojlanishi." Qirollik Jamiyati B ning Falsafiy Ma'ruzalari: Biologik Fanlar, vol. 363, no. 1503, 2008, pp. 2225-2231.
4. Eccles, Jacquelynne S., et al. "Yosh o'spirinlar yuqori sifatli ta'lim muhitlari va yuqori sifatli tajribalarni boshdan kechirmoqdam? O'rta maktablar va maktabdan tashqari faoliyatlar misolida." O'spirinlik Tadqiqotlari Jurnali, jild. 18, son. 1, 2008, sah. 11-26.

5. Pfeifer, Jennifer H., and Eveline A. Crone. O'smirlar rivojlanishi: Neyroilmiy nuqtai nazar. Psixologiya yillik sharhi, vol. 69, 2018, pp. 403-426.
6. Шомуротов, У. (2024). ТЕХНОЛОГИЯ ИСПОЛЬЗОВАНИЯ МЕТОДОВ АРТ-ТЕРАПИИ В УСТРАНЕНИИ ЛИЧНОСТИ АГРЕССИИ. *Предпринимательства и педагогика*, 5(2), 91-95.
7. Abdukarimovich, Y. T., & Melikmurodovich, S. U. B. (2022). Art Therapy in Eliminating Aggressiveness in the Individual. *Global Scientific Review*, 9, 1-4.
8. MELIKBOBOYEVICH, S., QIZI, O., & QIZI, Q. (2024). INSONIY MUOMALA VA MULOQOTNING PSIXOLOGIK VOSITALARI. *SAMARALI TA'LIM VA BARQAROR INNOVATSIYALAR JURNALI*, 2(2), 180-188.
9. Melikboboyevich, S. U., & Yusufaliyevna, H. S. (2024). Educator's Skill in Eliminating Aggressive Situations of Children Raised in Preschool Education Organization. *Samaraly Ta'lim Va Barqaror innovatsiyalar Jurnal*, 1(6), 611-616.