

## О‘SMIRLIK DAVRIDA PSIXIK RIVOJLANISH XUSUSIYATLARI

Fozilova Shalola Shoxakbar qizi

Chirchiq shahar MMTB tasarrufidagi

3-sonli umumiy o‘rta ta’lim maktabi o‘quvchisi

[loladilievna@gmail.com](mailto:loladilievna@gmail.com)

Ilmiy rahbar: Ozodqulov Olimjon Bahodir o‘g‘li

CHDPU Psixologiya kafedrası o‘qituvchisi

[olimjonozodqulov30@gmail.com](mailto:olimjonozodqulov30@gmail.com)

**Annotatsiya:** O‘smirlik davri (12-18 yosh) inson hayotining eng murakkab va dinamik davrlaridan biri bo‘lib, bu davrda shaxsning psixik rivojlanishida sezilarli o‘zgarishlar ro‘y beradi. Ushbu maqolada o‘smirlik davridagi psixik rivojlanishning asosiy xususiyatlari, shuningdek, kognitiv, hissiy, ijtimoiy va shaxsiy rivojlanish jarayonlari keng yoritilgan. Maqolada, shuningdek, o‘smirlik davrida psixik rivojlanishga ta’sir ko‘rsatuvchi omillar (oila, ijtimoiy muhit, biologik o‘zgarishlar) tahlil qilingan. O‘smirlik davridagi psixik rivojlanishni to‘g‘ri tushunish va uning ahamiyatini anglash shaxsning kelajakdagi rivojlanishi uchun muhim hisoblanadi.

**Kalit so‘zlar:** o‘smirlik davri, psixik rivojlanish, kognitiv rivojlanish, hissiy rivojlanish, ijtimoiy rivojlanish, shaxsiy rivojlanish, oila ta’siri, ijtimoiy muhit, biologik o‘zgarishlar.

**Аннотация:** Подростковый возраст (12-18 лет) – один из самых сложных и динамичных периодов жизни человека, в течение которого происходят существенные изменения в психическом развитии человека. В данной статье подробно освещены основные особенности психического развития в подростковом возрасте, а также процессы познавательного, эмоционального, социального и личностного развития. В статье также анализируются факторы, влияющие на психическое развитие в подростковом возрасте (семья, социальное окружение, биологические изменения). Правильное понимание психического

развития подросткового возраста и его значения важно для дальнейшего развития личности.

**Ключевые слова:** подростковый возраст, психическое развитие, когнитивное развитие, эмоциональное развитие, социальное развитие, личностное развитие, влияние семьи, социальная среда, биологические изменения.

**Abstract:** Adolescence (12-18 years old) is one of the most complex and dynamic periods of human life, during which significant changes occur in the mental development of a person. In this article, the main features of mental development in adolescence, as well as the processes of cognitive, emotional, social and personal development are covered in detail. The article also analyzes factors affecting mental development during adolescence (family, social environment, biological changes). A correct understanding of the mental development of adolescence and its importance is important for the future development of the individual.

**Key words:** adolescence, mental development, cognitive development, emotional development, social development, personal development, family influence, social environment, biological changes.

## KIRISH

O'smirlik davri (12-18 yosh) inson hayotining eng murakkab va dinamik davrlaridan biri bo'lib, bu davrda shaxsning psixik rivojlanishi sezilarli o'zgarishlarga uchraydi. Bu davrda o'smirlar jismoniy, hissiy, ijtimoiy va kognitiv jihatdan tez rivojlanadi. O'smirlik davri shaxsiy identifikatsiya, hissiy beqarorlik, ijtimoiy munosabatlar va o'zini-o'zi anglash kabi murakkab jarayonlar bilan tavsiflanadi. Ushbu maqolada o'smirlik davridagi psixik rivojlanishning asosiy xususiyatlari, shuningdek, bu davrda psixik rivojlanishga ta'sir ko'rsatuvchi omillar keng yoritilgan.

## ADABIYOTLAR TAHLILI VA METODLAR

Hozirgi davrda o'smirlarni voyaga yetkazishning o'ziga xos xususiyatlari, qonuniyatlari, imkoniyatlari, xatti-harakat motivlarining ifodalanishi va vujudga kelishining murakkab mexanizmlari mavjud. Shuni alohida ta'kidlash kerakki, o'smirlarni kamol toptirishda ularning xususiyatlarini to'la hisobga olgan holda ta'limiy-tarbiyaviy tadbirlarni qo'llash shaxslararo munosabatda anglashilmovchilikni vujudga keltirmaydi, sinf jamoasi o'rtasida iliq psixologik muhitni yaratadi.

Turg'unlik yillaridagi so'z bilan ishning nomuvofiqligi", axloq tarbiyasidagi qo'pol xatolar o'smirlarning ruhiy dunyosiga salbiy ta'sir ko'rsatdi. Insonning ruhiy dunyosini tubdan qayta qurish, shaxsni shakllantirishni insonparvarlashtirish harakati boshlangan hozirgi kunda o'smirlar taqdiri masalasi ham g'oyat jiddiy tus oldi. O'smirlik davri taqlidchanligi, muqim nuqtai nazarning shakllanmaganligi, hissiyotlilik, mardligi, tantiligi bilan farqlanadi. Shuning uchun tashqi ta'sirlarga beriluvchan o'smir o'g'il-qizlarga alohida e'tibor berish zarur.

O'smir tafakkurini kamol toptirish uchun ularni doimo mantiqiy tafakkur usullariga o'rgatib borish zarur. Bunda mantiqiy xatolarni tuzatib borish lozimligi aslo yoddan chiqmasligi kerak. O'smirning to'g'ri mantiqiy fikrlashini rivojlantirish borasida ona tili va adabiyoti o'qituvchisining roli juda muhimdir. U hamma vaqt o'quvchilarni to'g'ri jumla tuzishga, ravon mulohaza qilishga, fikr yuritishga, yozishga o'rgatib boradi. Bu degan so'z boshqa fan o'qituvchilari bu sharaflı vazifadan mustasno degan gap emas. Balki barcha pedagogning maqsadi yagona, u ham bo'lsa o'quvchilarga puxta bilim berish va ularni kelajakning munosib, keng tafakkurli yoshlari qilib tarbiyalashdir.

Yirik sobiq sovet psixologi N.A.Menchinskaya o'quvchilarning tafakkuri taraqqiyotini aniqlashda o'quvchilarning mavjud bilim fondini, bilimlarni amalda qo'llash darajasini hamda mantiqiy fikr yuritish qobiliyatini belgilashga intiladi. Olima bu asnoda o'zlashtirish sur'atiga, yaqqol va mavhum tafakkur turlarining o'zaro aloqasiga, analitik-sintetik faoliyat bosqichiga ahamiyat beradi. Bunda tadqiqotchi uchun eng muhim jihat — o'quvchilar fikrini xususiydan umumiy mulohazaga almashtirish imkoniyati hisoblanadi. Chunki busiz tafakkur taraqqiyot darajasi

to'g'risida fikr yuritish mumkin emas. Muallifning ko'pgina xulosalari "o'qiy olishlik" (uquvchanlik—obuchaemost') muammosidan kelib chiqadi. Mazkur muammo tafakkur rivoji uchun katta ahamiyatga ega ekanligi uqtirib o'tiladi. Ularning fikriga qaraganda, tafakkur taraqqiyoti o'z ichiga o'smirlarning o'qishga munosabati, o'qish motivlari, bilishga qiziqishlarini qamrab olishi kerak. Menchinskaya o'quvchi shaxsiy qarashini shakllantirish, uni mustaqil baholashga o'rgatish bu boradagi muhim siljish ekanligini ta'kidlaydi.

O'smirlik davriga kelib, ta'lim jarayonida o'quvchilarning aqliy faoliyati taraqqiyotida muhim siljishlar yuz beradi. Ularning jismoniy rivojlanishi, jinsiy balog'atga yetishi psixikasida keskin o'zgarishni vujudga keltiradi. O'quv fanlarning ko'payishi, axborotlar tarmog'ining kengayishi fikr yuritishni jadallashtiradi. Kichik maktab yoshidagi o'quvchida ma'lum taraqqiyot bosqichiga ko'tarilgan tafakkur o'smirlik davriga kelib o'zining yana bir yuqoriroq pallasiga ko'tariladi. O'qitish jarayonida ularda o'rganilishi zarur bo'lgan materiallarni analiz va sintez qilish, ya'ni analitik-sintetik faoliyat hamda mavhum tafakkur jarayonlari jadal sur'atlar bilan taraqqiy eta boshlaydi. Tafakkurning rivojlanishi uchun mazkur yosh davrida matematika, ona tili, geografiya, fizika, biologiya kabi fanlar muhim imkoniyatlar yaratib beradi.

### **TADQIQOT NATIJALARI**

O'smirlik davrida shaxs o'zining shaxsiy identifikatsiyasini shakllantirishga intiladi. Bu davrda o'smirlar o'zlarining qadriyatlari, e'tiqodlari va kelajakdagi maqsadlarini aniqlashga harakat qiladi. E. Eriksonning psixosotsial rivojlanish nazariyasiga ko'ra, bu davrda o'smirlar "kim men?" degan savolga javob topishga intiladi.

Qadriyatlarni shakllantirish: O'smirlar o'zlarining qadriyatlari va e'tiqodlarini aniqlashga harakat qiladi. Masalan, ular ijtimoiy adolat, halollik, mehnatsevarlik kabi qadriyatlarni o'zlashtiradi.

Kelajakdagi maqsadlarni belgilash: O'smirlar o'zlarining kelajakdagi maqsadlarini belgilashga harakat qiladi. Masalan, ular kasb tanlash, ta'lim olish va shaxsiy rivojlanishni rejalashtirishadi.

O'zini anglash: O'smirlar o'zlarining shaxsiy xususiyatlarini, qobiliyatlari va kamchiliklarini anglashni boshlaydi. Bu esa ularning o'ziga ishonch va o'zini qadrlash hissini shakllantirishiga yordam beradi.

O'smirlik davrida hissiy holat tez-tez o'zgarib turadi. O'smirlar bir lahza quvonch, keyin esa g'azab yoki qayg'u his qilishi mumkin. Bu davrda gormonal o'zgarishlar hissiy beqarorlikka sabab bo'ladi.

Kayfiyat o'zgarishlari: O'smirlar tez-tez kayfiyat o'zgarishlarini boshdan kechirishadi. Masalan, ular bir lahza quvonch, keyin esa g'azab yoki qayg'u his qilishi mumkin.

Stress va kayg'u: O'smirlik davrida stress va kayg'u darajasi oshishi mumkin. Masalan, maktabda o'qish, sinfdoshlar bilan munosabatlar va kelajakdagi maqsadlar haqida tashvishlanish.

Hissiyotlarni boshqarish: O'smirlar o'z hissiyotlarini boshqarishni o'rganishadi. Masalan, ular stressni kamaytirish va hissiy barqarorlikni saqlash uchun turli usullarni qo'llashadi.

O'smirlik davrida do'stlik va ijtimoiy munosabatlar muhim ahamiyat kasb etadi. O'smirlar o'z guruhlarida qabul qilinishga intiladi va bu ularning ijtimoiy qobiliyatlarini rivojlantiradi. Shu bilan birga, oila bilan munosabatlarda ziddiyatlar paydo bo'lishi mumkin.

Do'stlik va hamkorlik: O'smirlar do'stlik va hamkorlikni o'rganishadi. Masalan, ular guruh o'yinlarida ishtirok etish orqali ijtimoiy ko'nikmalarini rivojlantirishadi.

Oila bilan munosabatlar: O'smirlik davrida oila bilan munosabatlarda ziddiyatlar paydo bo'lishi mumkin. Masalan, o'smirlar o'zlarining mustaqilligini ko'rsatishga intilishi mumkin.

Иджимоий мослашувчанлик: О‘смirlар янги муhitда иджимоий жihatдан мослашувчан бо‘lishлари керак. Масалан, ular янги sinfdoshлари ва о‘qituvchilари билан тезда munosabat о‘rnatishлари керак.

О‘смirlilik davrida о‘смirlар о‘zларining qobiliyatlари, kamchilikлари ва shaxsiy xususiyatларини anglashga harakat qiladi. Bu davrda о‘ziga ishonch va о‘zini qadrlash hissi shakllanadi. О‘zini-o‘zi anglash jarayoni quyidagi jihatlarıni о‘z ichiga oladi:

О‘z qobiliyatларини anglash: О‘смirlар о‘zларining qobiliyatlари ва kamchilikларини anglashni boshlaydi. Масалан, ular о‘zларining akademik yoki sport qobiliyatларини aniqlashadi.

О‘zini qadrlash: О‘смirlар о‘zларини qadrlash hissini shakllantirishadi. Масалан, ular о‘zларining yutuqlари ва muvaffaqiyatларини qadrlashadi.

О‘ziga ishonch: О‘смirlар о‘zларига ishonch hissini shakllantirishadi. Масалан, ular о‘zларining qarorларини mustaqil qabul qilishadi.

О‘смirlilik davrida psixik rivojlanishga quyidagi omillar ta’sir ko’rsatadi:

Oila ta’siri: Oila о‘смirlarning psixik rivojlanishiga katta ta’sir ko’rsatadi. Ota-onalarning qat’iy yoki haddan tashqari qo’llab-quvvatlovchi munosabati о‘смirlarning hissiy holatiga salbiy ta’sir ko’rsatishi mumkin. Ayniqsa, oiladagi ziddiyatlar va notinch muhit о‘смirlarning psixik holatini yomonlashtirishi mumkin.

Ijtimoiy muhit: О‘смirlilik davrida do’stlar va sinfdoshlar bilan munosabatlar muhim ahamiyatga ega. Ijtimoiy muhitda qabul qilinmaganlik yoki izolyatsiya hissi о‘смirlarda depressiya va kayfiyat pasayishiga olib kelishi mumkin.

Biologik o’zgarishlar: О‘смirlilik davrida gormonal o’zgarishlar hissiy holatga katta ta’sir ko’rsatadi. Bu davrda jinsiy yetilish boshlanadi, bu esa о‘смirlarning hissiy holatini beqaror qilishi mumkin.

Madaniy va ijtimoiy omillar: Madaniy va ijtimoiy omillar ham о‘смirlarning psixik holatiga ta’sir ko’rsatadi. Масалан, jamiyatda qabul qilingan qadriyatларning o’zgarishi yoki globalizatsiya sharoitida о‘смirlар янги qiyinchiliklarga duch kelishi mumkin.

## МУНОКАМА

Ta'limda o'qituvchi ba'zi hollarda faqat ayiruvchi mavhumlash usulini tavsiya etishiga to'g'ri keladi. Chunki aksariyat dasturdagi masala va misollar mavhumlashning xuddi shu usulini talab qiladi. Agar masala yoki topshiriq narsa va hodisalarning muhim belgisini topishni taqozo etsa, u taqdirda mavhumlash usuli qo'llaniladi. Masalan, o'quvchiga "pasttekislik" tushunchasini mavhumlash topshirildi deb faraz qilaylik, u holda vazifa mana bunday tarzda bajariladi: "Dengiz sathidan 200 metr yuqorida joylashgan yer yuzasiga pasttekislik deyiladi". Demak, uning muhim belgisi dengiz sathidan 200 m yuqorida bo'lishidir.

Qo'yilgan masala taqqoslovchi mavhumlash usuli yordamida hal qilishni talab etsa, bu paytda voqelikning ham muhim, ham nomuhim belgilarini aniqlashga to'g'ri keladi. Misol tariqasida shu narsani aytib o'tish mumkin: geometriya darsligida ko'pburchak ichki burchaklarining yig'indisi  $2d(p-2)$  ga teng degan teorema mavjud. Buning muhim belgisi ichki burchaklar yig'indisining  $2d(p-2)$  ga teng bo'lishidir. Uning besh burchakli, o'n burchakli bo'lishi, fazoda turlicha joylashishi, hajmi, rangi va boshqa xususiyatlari muhim bo'lmagan belgilarga yoki ko'pburchaklar variatsiyasiga taalluqli ekanligidir. Shunday qilib, bu misolda geometrik shaklning muhim va muhim bo'lmagan belgilari ajratib ko'rsatilgan.

O'quvchilar bajarishi kerak bo'lgan topshiriq ba'zan ta'kidlovchi belgilar mavhumlash usulini talab etsa, u holda muhim belgilar sanab o'tiladi, nomuhim belgilarning ayrimlari yo'l-yo'lakay ta'kidlab o'tiladi. Masalan, o'smirlarga biz paxta terish mashinasini ko'rsatib, "bu qanday mashina" desak, ular albatta uni ta'riflab, ishlash qoidalari bilan tanishtirishadi, muhim belgisini aytib berishadi, ammo mashinaning katta balloni borligi, bunkerining hajmi, rangi, chiqqan yili va boshqa shu kabi jihatlari e'tibordan chetda qolishi mumkin. Biroq, ular bu belgilarni shu zahoti tushuntirib berishga qiynaladilar, chunki bu tasodifiy belgilar bo'lib, masalaning asosiy tomonini tashkil etmaydigan belgilardir.

Demak, o'smirlarning o'quv faoliyatida abstraktsiyalash (mavhumlash) usullarini o'rganish va ularni o'quv materiallarini osonroq o'zlashtirish uchun amaliyotda qo'llash muhim ahamiyat kasb etadi.

### **XULOSA**

O'smirlik davri (12-18 yosh) inson hayotining eng murakkab va dinamik davrlaridan biri bo'lib, bu davrda shaxsning psixik rivojlanishi sezilarli o'zgarishlarga uchrayadi. Bu davrda o'smirlar jismoniy, hissiy, ijtimoiy va kognitiv jihatdan tez rivojlanadi. O'smirlik davri shaxsiy identifikatsiya, hissiy beqarorlik, ijtimoiy munosabatlar va o'zini-o'zi anglash kabi murakkab jarayonlar bilan tavsiflanadi. O'smirlik davridagi psixik rivojlanishni to'g'ri tushunish va uning ahamiyatini anglash shaxsning kelajakdagi rivojlanishi uchun muhim hisoblanadi. Oila, ijtimoiy muhit, biologik o'zgarishlar va madaniy omillar o'smirlik davridagi psixik rivojlanishga katta ta'sir ko'rsatadi. Shu sababli, bu davrda o'smirlarga to'g'ri yondashish va ularning psixik holatini qo'llab-quvvatlash har bir ota-ona, pedagoglar va jamiyatning asosiy vazifasi hisoblanadi. O'zbekiston Respublika maktablarida olib borilgan tajribalar va kuzatishlar har qanday o'quv fani materiallarini o'zlashtirishda (o'rganishda) tafakkurning ko'pqirrali, ko'pyoqlama tarzda rivojlantirishni amalga oshirishning zaxira va imkoniyatlari hali ko'p ekanligini ko'rsatdi. Shu boisdan murakkab, lekin sharaflı vazifani maktab ta'lim tizimi amaliyotiga joriy qilish uchun ichki imkoniyatlarni qidirish va ulardan oqilona foydalanish darkor. Ta'limda tafakkur jarayonini rivojlantirish uchun, eng avvalo, o'qitishni ilmiy asosda rejalashtirish va uni oqilona tashkil qilish lozim. Buning uchun o'quv fanining o'ziga xos xususiyatlaridan o'quvchilarning kamol topganlik darajasidan, aqliy imkoniyatlaridan kelib chiqqan xolda ta'lim jarayoniga yondashish o'quv-tarbiya samaradorligini oshiradi, XXI asr talabiga javob beradigan har tomonlama taraqqiy qilgan o'smir o'quvchilar shaxsini barkamol qilib shakllantirishda muhim vosita bo'lib xizmat qiladi.

### **FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR:**

1. “Rivojlanish psixologiyasi. Pedagogik psixologiya” Z.T.Nishanova, N.G.Komilova, D.U.Abdullayeva, M.X.Xolnazarova “O‘zbekiston faylasuflari miliy jamiyati” nashriyoti. Toshkent-2018
2. “Rivojlanish psixologiyasi” fanidan ma’ruzalar matni Jo’rayev O‘tkir Toshpo‘latovich
3. “Umumiy psixologiya” G‘oziyev.E “O‘zbekiston faylasuflari milliy jamiyati” 2010
4. Musurmonova O. Ma’naviy qadriyatlar va yoshlar tarbiyasi. –T.: O‘qituvchi, 66-bet
5. O‘zbek pedagogikasi antologiyasi // Tuzuvchi-mualliflar: K.Hoshimov, S.Ochil. – Toshkent: O‘qituvchi, 1995. – 137-bet
6. Ozodqulov Olimjon Bahodir o‘g‘li. (2024). Rahbar va xodim munosabatlarining boshqaruv jarayonidagi psixologik xususiyatlari. Образование наука и инновационные идеи в мире, 41(1), 110–113. Retrieved from <https://www.newjournal.org/index.php/01/article/view/12079>
7. Sirojiddin Amangeldiyev Nurg‘aliy o‘g‘li . Psixologik maslahat gipotezalarini shakllantirish. Central asian academic journal ISSN: 2181-2489 OF scientific research volume 1 I ISSUE 1 I 2021. <https://search.app/R78CQ7R1YR9Sg7PR6>
8. Ozodqulov. O. (2024). Methodological principles of creating a healthy and creative environment in the administrative activity of the head of an educational institution. B international bulletin of applied science and technology (т. 4, выпуск 12, сс. 129–134). Zenodo. <https://doi.org/10.5281/zenodo.14434456>