

O‘SMIRLIK DAVRIDAGI PSIXOLOGIK RIVOJLANISH BOSQICHLARI

Abdualimova Feruza Asrarovna

*Sirdaryo viloyati Sardoba tumani 6-sonli
umumiy o‘rta ta’lim maktabi amaliyotchi psixologi*

ANNOTATSIYA

Mazkur maqolada o‘smirlik davrining psixologik rivojlanish bosqichlari, ushbu davrga xos psixologik xususiyatlar va shaxs kamolotidagi ahamiyati yoritilgan. O‘smirlik davrida yuz beradigan jismoniy, emotsional, intellektual va ijtimoiy o‘zgarishlar tahlil qilinib, ularning o‘quvchi shaxsi rivojlanishiga ta’siri ochib berilgan. Shuningdek, o‘smirlarning psixologik rivojlanishida oila, maktab va tengdoshlar muhitining o‘rni asoslab berilgan.

Kalit so‘zlar: o‘smirlik davri, psixologik rivojlanish, shaxs shakllanishi, emotsional rivojlanish, ijtimoiylashuv, o‘zini anglash, o‘smir psixologiyasi, motivatsiya, oila, ta’lim.

KIRISH

O‘smirlik davri inson hayotidagi eng murakkab va mas’uliyatli rivojlanish bosqichlaridan biri hisoblanadi. Ushbu davr odatda 11–16 yosh oralig‘ini qamrab oladi va bolalikdan kattalik sari o‘tish davri sifatida tavsiflanadi. O‘smirlik davrida inson organizmida jadal biologik, fiziologik va psixologik o‘zgarishlar yuz beradi. Aynan shu davrda shaxsning dunyoqarashi, qadriyatlarini, qiziqishlari va hayotiy maqsadlari shakllana boshlaydi. Shu sababli o‘smirlik davri psixologlar va pedagoglar tomonidan alohida e’tibor talab qiladigan bosqich sifatida qaraladi.

Psixologik rivojlanishning dastlabki bosqichi o‘zgarishlarni anglash bosqichi hisoblanadi. Bu davrda o‘smir o‘z organizmida sodir bo‘layotgan jismoniy o‘zgarishlarni sezadi va ularga moslashishga harakat qiladi. Bo‘y o‘sishi, tashqi ko‘rinishdagi o‘zgarishlar va jinsiy yetilish jarayonlari o‘smirning o‘ziga bo‘lgan munosabatiga ta’sir ko‘rsatadi. Natijada o‘zini kuzatish, o‘zini baholash va boshqalar bilan taqqoslash kuchayadi.

Keyingi bosqich o‘zini anglash va identifikatsiya bosqichidir. Bu davrda o‘smir “Men kimman?”, “Kelajakda kim bo‘laman?” kabi savollarga javob izlay boshlaydi. O‘z shaxsiyatini anglashga intilish kuchayadi va mustaqil fikrlash rivojlanadi. O‘smir o‘z qiziqishlari, qobiliyatlarini va imkoniyatlarini baholashga harakat qiladi. Bu jarayon ba’zan ichki ziddiyatlar va emotsional beqarorlik bilan kechishi mumkin. O‘smirlik davrida emotsional rivojlanish ham muhim o‘rin tutadi. Ushbu bosqichda hissiy kechinmalar kuchayadi va kayfiyat tez-tez o‘zgarib turadi. O‘smirlar quvonch, xafagarchilik, g‘azab va hayajon kabi hissiyotlarni kattalarga nisbatan kuchliroq

boshdan kechirishlari mumkin. Emotsional sezgirlikning ortishi ularda o'ziga nisbatan tanqidiy munosabat va boshqalarning fikriga qaramlikni kuchaytiradi. Ijtimoiy rivojlanish bosqichi o'smirlik davrining eng muhim jihatlaridan biridir. Bu davrda tengdoshlar bilan muloqot qilish ehtiyoji ortadi. O'smirlar do'stlari tomonidan qabul qilinish va hurmat qozonishga intiladilar. Sinf-doshlar va do'stlar fikri ko'pincha ota-onalar fikridan ham muhimroq bo'lib tuyuladi. Shu sababli tengdoshlar guruhi o'smir shaxsining shakllanishida katta rol o'ynaydi.

Intellectual rivojlanish ham o'smirlik davrida yangi bosqichga ko'tariladi. O'smirlarning abstrakt tafakkuri rivojlanib, ular murakkab tushunchalar ustida fikr yurita boshlaydilar. Tahlil qilish, taqqoslash, xulosa chiqarish va muammolarni mustaqil hal qilish qobiliyatlari shakllanadi. Natijada ular hayot, jamiyat va kelajak haqidagi qarashlarini rivojlantiradilar. Mustaqillikka intilish bosqichi ham o'smirlik davrining asosiy xususiyatlaridan biridir. O'smirlar kattalardan mustaqil qaror qabul qilishni, o'z fikrlarini himoya qilishni va erkin harakat qilishni istaydilar. Ayrim hollarda bu ota-onalar va pedagoglar bilan kelishmovchiliklarni keltirib chiqarishi mumkin. Biroq bu holat shaxsning mustaqillik va mas'uliyat hissi shakllanishining tabiiy qismi hisoblanadi.

Axloqiy rivojlanish jarayonida o'smirlar yaxshilik va yomonlik, adolat va mas'uliyat kabi tushunchalarni chuqurroq anglay boshlaydilar. Ular turli axloqiy vaziyatlarni tahlil qilishga va o'z qarashlarini shakllantirishga harakat qiladilar. Bu bosqichda o'smirning qadriyatlar tizimi rivojlanadi va kelajakdagi hayotiy pozitsiyasining asoslari yaratiladi. Kasbiy yo'nalishning shakllanishi ham o'smirlik davrida boshlanadi. O'smirlar turli kasblarga qiziqish bildiradilar, o'z qobiliyatlarini baholaydilar va kelajak rejalari haqida o'ylay boshlaydilar. Maktabdagi kasbga yo'naltirish ishlari ushbu jarayonning samarali kechishiga yordam beradi.

O'smirlik davrida psixologik rivojlanishning muvaffaqiyatli kechishi ko'p jihatdan oila va maktab muhitiga bog'liq. Ota-onalarning qo'llab-quvvatlashi, pedagoglarning tushunuvchan munosabati va sog'lom psixologik muhit o'smirning shaxs sifatida shakllanishiga ijobiy ta'sir ko'rsatadi. Aksincha, oiladagi nizolar, e'tiborsizlik va salbiy ijtimoiy muhit turli psixologik muammolarning yuzaga kelishiga sabab bo'lishi mumkin. Maktab psixologining faoliyati o'smirlarning psixologik rivojlanishini qo'llab-quvvatlashda muhim ahamiyatga ega. Psixolog o'quvchilarning yosh va individual xususiyatlarini hisobga olgan holda maslahatlar beradi, treninglar tashkil etadi va rivojlanish jarayonida uchraydigan qiyinchiliklarni yengishda yordam ko'rsatadi.

O'smirlik – bu inson hayotidagi qiyin va ayni paytda muhim bosqich. Bolalik tugaydi, bola teng huquqli ishtirokchi sifatida kattalikka kirishga tayyorlanmoqda. Shubhasiz, o'smir hali jismonan yoki psixologik jihatdan haqiqiy balog'atga etmagan, ammo shunga qaramay kattalar bilan teng huquqli bo'lishga intiladi. Butun davr

bolaning o'zi uchun ham, bolaning atrofidagi kattalar uchun ham katta psixologik qiyinchiliklar bilan bog'lanib keladi. Ilmiy adabiyotlarda o'smirlarning xususiyatlari juda yaxshi va to'liq ko'rsatilgan, o'smir shaxsini shakllantirishning asosiy qonuniyatlari va xulq-atvor xususiyatlari, hissiy-irodaviy, intellektual va aqliy qobiliyatlarni o'rganishga bag'ishlangan ko'plab asarlar mavjud. Ammo shunga qaramay, atrofdagi kattalar yosh muammolari bilanyaxshi tanish emas, bu esa ushbu davrni – o'smirlikni qiyin kechishga olib keladi.

Psixolog S. Xoll bu davrni “bo'ron va hujumlar davri” deb atagan, shaxsiy rivojlanishda ko'plab o'zgarishlar kuzatiladi va shaxsiy beqarorlikni asosiy xususiyat deb hisoblash mumkin. Rivojlanayotgan bolaning xarakteri va xatti-harakatlarida nomuvofiqlik mavjud. A. Freyd o'smirlarning o'ziga xos xususiyatlarini qayd etadi:

- birinchidan, o'smirlar xudbin, o'zlarini “Olamning markazi” deb bilishadi va shu bilan birga fidoyilik va fidoyilikka qodir;
- ikkinchidan, ular ehtirosli sevgi munosabatlariga kirishadilar, lekin ular boshlanganidek, ularni birdaniga tugatishi mumkin;
- uchinchidan, ular tezda jamiyat hayotiga aralashib qolishadi va shu bilan birga yolg'izlik ishtiyoqini egallab olishadi;
- to'rtinchidan, ular rahbarga ko'r-ko'rona bo'ysunadilar va har qanday hokimiyatga qarshi darhol isyon ko'taradilar. Ba'zida ularning atrofdagi odamlarga nisbatan xatti-harakatlari qo'pol va takabbur, shu bilan birga, ularning o'zlari ham judazaifdir. Ularning kayfiyati optimistikdan yoki pessimistik bo'ladi; ba'zan ular ishtiyoq bilan ishlaydi, ba'zan esa ular juda letargik va sekinlashadi [5;164].

Tananing o'sishi mushaklar va qon tomirlarining rivojlanishidan oldinda. Yurak- qon tomir tizimi yukni bardosh bera olmaydi, barcha organlarni qon bilan ta'minlamaydi, shifokorlar yurak kasalligi belgilarini qayd etadilar: yurak urishi, qon bosimi ortishi, bosh og'rig'i, bosh aylanishi. O'smirlar uchun qon tomir va mushak tonusining o'zgarishi xarakterlidir, ular jismoniy holatning keskin va tez-tez o'zgarishiga, hissiy qo'zg'aluvchanlik va reaktivlikning oshishiga olib keladi.

Yana bir qiyinchilik shundaki, o'smir o'z organizmidagi jismoniy va fiziologik o'zgarishlarga moslashishga, “gormonal bo'ron”ni boshdan kechirishga majbur bo'ladi. Amerikalik maktab o'quvchisi to'g'ri ta'kidlaganidek: “14 yoshimda vujudim yirtilib ketdi” [3;89]. Ko'pincha, o'smir o'zining tashqi ko'rinishining “xunukligi”, burchakliligi, harakatlarining noqulayligi va noqulayligi haqida keskin tashvishlanadi. O'smirlik davrida ikkilamchi jinsiy belgilar paydo bo'ladi, ayol (qizlarda) va erkak (o'g'il bolalarda) turiga ko'ra shakl shakllanadi. Bunday o'zgarishlar sizning jismoniy “men” ning yangi qiyofasining paydo bo'lishiga olib keladi. O'smirlarda kattalar sifatida o'ziga nisbatan sub'ektiv munosabat, bu hayotning to'la huquqli ishtirokchisi sifatida kattalar muhitida yashash istagi paydo bo'ladi. O'smir o'zining kengaygan imkoniyatlarini his qiladi, u jamoat hayotida faol

ishtirok etishi, mas'uliyatli vazifalarni o'z zimmasiga olishi, katta mustaqillik, huquqlarini kengaytirishni talab qiladi. Ular o'zlarining qadr-qimmatini, o'zlarini kamsitib bo'lmaydigan shaxs sifatida bilishni kuchaytirdilar.

“Kattalik tuyg'usi” o'smirlikning markaziy neoplazmasi hisoblanadi. O'smir teng huquqlilik talab qiladi, o'z didi, qarashlari, pozitsiyasi va fikrini himoya qilishga intiladi, mustaqillikka intiladi, o'z manfaatlarini ota-onalar, o'qituvchilar va boshqa kattalarning aralashuvi va nazoratidan himoya qiladi. Agar o'smir kattalar tomonidan tushunishni topa olmasa, kattalar mustaqillikni ta'minlamasa va uning hayotining barcha jabhalarini nazorat qilishga harakat qilsa, o'smirlar “kattalar hayotining atributlari” ni qabul qiladilar: yomon so'zlar, ichkilikbozlik, chekish. Kattalar tomonidan o'smirlarning mustaqilligi va tashabbusini cheklash kuchli qarshiliklarni keltirib chiqaradi, kattalar bilan muloqotda to'siqlar va nizolarni keltirib chiqaradi. Ammo o'smirlik nafaqat kattalar tuyg'usining paydo bo'lishi bilan tavsiflanadi. Boshlang'ich maktab yoshidan farqli o'laroq, o'smirlik davrida o'ziga ishonchsizlik, ularning moddiy va ijtimoiy nomuvofiqligini anglash kuzatiladi, bu esa salbiy his- tuyg'ularning – tajovuzkorlik, tashvish, umidsizlik, asabiylashish va boshqalarning aktuallashuviga olib keladi. Bugungi kunda o'smirlarning hissiy hayotiga zamonaviy hayotning o'ziga xos xususiyatlari bilan bog'liq omillar ham ta'sir qiladi: ijtimoiy va jismoniy muhitning tez o'zgarishi, hayot sur'atining oshishi, ijtimoiy va ekologik qo'zg'alishlar, ijtimoiy qadriyatlarning o'zgarishi. Bunga o'smirlar nochorlik, sog'inish, umidsizlik hissi bilan munosabatda bo'lishadi. Shu bilan birga, aksariyat hollarda kattalar yoshlar muammolari bilan kamroq shug'ullanib, aniq pozitsiya bildirmaydilar, o'z munosabati va baholarini bildirmaydilar, yetarlicha aniq talablar qo'ymaydilar. Kattalar tomonidan qo'llab-quvvatlanmaslik o'smirda ishonchsizlik, kelajak qo'rquvi, infantilizm va ruhiy bo'shliqni shakllantiradi. O'smirlar kattalar ularga yordam bera olmasligiga ishonch hosil qilishlari mumkin.

Bu yoshda asosiy qadriyat tengdoshlar, kattalar bilan munosabatlar tizimi, idrok etilgan yoki ongsiz ravishda intilayotgan “ideal” ga taqlid qilish, kelajakka intilish (hozirgi kunni qadrlamaslik). O'z mustaqilligini himoya qilgan o'smir o'z-o'zini anglash, “men” obrazi, haqiqiy va ideal “men” nisbati aks ettirish asosida shakllanadiva rivojlanadi. Psixik jarayonlarning intellektuallashuvi asosida ularning sifat jihatdan o'zgarishi tobora kuchayib borayotgan o'zboshimchalik, vositachilik chizig'i bo'ylab sodir bo'ladi. Demak, o'smirlikning asosiy neoplazmasi ijtimoiy ong, ichkariga o'tgan o'z-o'zini anglashdir. Fikrlashning rivojlanishi nafaqat shaxsiyatdagi ichki o'zgarishlar bilan cheklanib qolmaydi, buning natijasida boshqa odamlarni chuqurroq tushunish mumkin bo'ladi. O'smirlikning markaziy neoplazmasi sifatida o'z-o'zini anglashning rivojlanishi mumkin bo'ladi va butunlay atrof-muhitning madaniy mazmuniga bog'liq. O'smirlik davridagi qiyinchiliklar muqarrar. Ammo bu

davrning og'ir va shikastli bo'lib qolishi avvalgi yosh davrlariga, ularning atrofidagi odamlarning tushunish, etuk shaxsni qabul qilish, o'z vaqtida yordam va yordam ko'rsatish, to'g'ri va uyg'un munosabatlar o'rnatish qobiliyatiga bog'liq.

XULOSA

Xulosa qilib aytganda, o'smirlik davri inson shaxsining shakllanishida muhim bosqich bo'lib, bu davrda jismoniy, emotsional, intellektual va ijtimoiy rivojlanish jarayonlari faol kechadi. O'zini anglash, mustaqillikka intilish, tengdoshlar bilan munosabatlar va kasbiy yo'nalishning shakllanishi o'smirlik davrining asosiy psixologik xususiyatlari hisoblanadi. Oila, maktab va psixologlarning hamkorligi o'smirlarning sog'lom rivojlanishi va barkamol shaxs sifatida shakllanishini ta'minlaydi.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR RO'YXATI:

1. Karimova V.M. Psixologiya. – Toshkent: O'qituvchi, 2019.
2. G'oziyev E.G'. Yosh davrlari psixologiyasi. – Toshkent: O'qituvchi, 2017.
3. Davletshin M.G. Umumiy psixologiya. – Toshkent, 2018.
4. Nishonova Z.T. Pedagogik psixologiya. – Toshkent, 2021.
5. Shoumarov G'.B. Yosh va pedagogik psixologiya. – Toshkent, 2020.
6. Muxina V.S. Vozrastnaya psixologiya. – Moskva: Akademiya, 2019.
7. Kon I.S. Psixologiya yunosti. – Moskva, 2018.
8. Vygotskiy L.S. Pedagogik psixologiya. – Moskva, 2017.
9. Elkonin D.B. Psixologiya razvitiya. – Moskva, 2018.