

O‘SPIRINLIK DAVRIDA PSIXOLOGIK RIVOJLANISH VA MUAMMOLARNING O‘ZIGA XOS JIHATLARI

Xudoyberdiyeva Madina Abdulla qizi

Jizzax viloyati Zomin tumani 41-maktab psixologi

Annotatsiya: Ushbu maqolada o‘spirinlik davrida psixologik rivojlanish va bu davrga xos muammolarning o‘ziga xos jihatlari ilmiy-nazariy jihatdan tahlil qilingan. O‘spirinlik davrida shaxsning emotsional barqarorligi, o‘zini anglash jarayoni, mustaqil fikrlashning shakllanishi hamda ijtimoiy munosabatlarga moslashuvi kabi psixologik xususiyatlar yoritilgan. Shuningdek, ushbu yosh davrida uchraydigan asosiy muammolar — stress, xavotir, o‘ziga ishonchsizlik, tengdoshlar bilan munosabatlardagi qiyinchiliklar va ijtimoiy bosimlarning kelib chiqish sabablari tahlil qilingan. Maqolada o‘spirinlarning psixologik rivojlanishini qo‘llab-quvvatlash va muammolarni bartaraf etish bo‘yicha ilmiy-amaliy tavsiyalar berilgan.

Kalit so‘zlar: o‘spirinlik davri, psixologik rivojlanish, emotsional barqarorlik, o‘zini anglash, shaxs shakllanishi, stress, xavotir, o‘ziga ishonchsizlik, ijtimoiy moslashuv, tengdoshlar munosabati, psixologik muammolar.

Kirish

O‘spirinlik davri inson hayotining eng muhim va murakkab bosqichlaridan biri bo‘lib, bu davrda shaxsning psixologik rivojlanishi jadal va o‘zgaruvchan jarayon sifatida kechadi. Aynan shu bosqichda o‘spirin o‘zini anglashga, mustaqil fikrlashga, shaxsiy qarorlar qabul qilishga hamda jamiyatdagi o‘rnini belgilashga harakat qiladi. Shu sababli o‘spirinlik davrining psixologik xususiyatlari va unda yuzaga keladigan muammolarni o‘rganish katta ilmiy va amaliy ahamiyatga ega. Mazkur davrda biologik, psixologik va ijtimoiy o‘zgarishlar bir vaqtda kechadi. Gormonal o‘zgarishlar natijasida emotsional holat beqaror bo‘lishi, kayfiyat tez o‘zgarishi, ichki kechinmalar kuchayishi kuzatiladi. Shu bilan birga, shaxsda o‘ziga nisbatan talabchanlik ortadi, mustaqillikka intilish kuchayadi va atrof-muhit bilan munosabatlar murakkablashadi. Bu holatlar o‘spirin psixologiyasining o‘ziga xos jihatlari belgilaydi. O‘spirinlik davrida ijtimoiy muhitning ta‘siri ham juda kuchli bo‘ladi. Oila, maktab, tengdoshlar guruhi hamda zamonaviy axborot vositalari o‘spirinning dunyoqarashi, qadriyatlari va xulq-atvorining shakllanishiga bevosita ta‘sir ko‘rsatadi. Ayniqsa, tengdoshlar orasida o‘z o‘rnini topish, qabul qilinish va ijtimoiy e‘tirofga erishish ehtiyoji kuchli bo‘lib, bu holat ba‘zan psixologik bosim va muammolarni keltirib chiqaradi. Shuningdek, ushbu davrda o‘ziga ishonchsizlik, stress, xavotir, hissiy beqarorlik, oilaviy yoki ijtimoiy muammolarga nisbatan sezgirlik kabi holatlar tez-tez uchraydi. Bu esa o‘spirinning ta‘lim jarayoniga moslashuvi va shaxs sifatida shakllanishiga salbiy ta‘sir ko‘rsatishi

mumkin. Shu bois o‘spirinlik davridagi psixologik rivojlanish va muammolarni chuqur tahlil qilish, ularning oldini olish va bartaraf etish yo‘llarini ishlab chiqish dolzarb masalalardan biridir. Mazkur maqolada o‘spirinlik davrining psixologik rivojlanish xususiyatlari, unda yuzaga keladigan asosiy muammolar hamda ularni yengib o‘tish yo‘llari ilmiy jihatdan tahlil qilinadi.

Asosiy qism

O‘spirinlik davri psixologik rivojlanish nuqtai nazaridan eng murakkab va o‘zgaruvchan bosqichlardan biri hisoblanadi. Bu davrda shaxsda biologik yetilish bilan birga psixologik va ijtimoiy rivojlanish jarayonlari ham tezlashadi. Natijada o‘spirin o‘zini anglash, mustaqil qaror qabul qilish, shaxsiy qadriyatlarni shakllantirish va jamiyatdagi o‘rnini belgilashga intiladi. Shu jarayonda turli psixologik muammolar yuzaga kelishi mumkin. O‘spirinlik davrining eng muhim psixologik xususiyatlaridan biri bu “Men konsepsiyasi”ning shakllanishidir. O‘spirin o‘z shaxsini anglash jarayonida o‘ziga baho berish, o‘z imkoniyatlarini tahlil qilish va kelajak hayot rejasini tuzishga harakat qiladi. Biroq bu jarayon har doim ham barqaror kechmaydi. O‘ziga nisbatan haddan tashqari talabchanlik yoki aksincha, o‘ziga past baho berish holatlari emotsional beqarorlikni kuchaytiradi.

O‘spirinlik davri inson hayotida psixologik rivojlanish eng jadal kechadigan bosqichlardan biri hisoblanadi. Bu davrda shaxsda bolalikdan kattalikka o‘tish jarayoni sodir bo‘lib, uning emotsional, kognitiv va ijtimoiy rivojlanishida sezilarli o‘zgarishlar yuz beradi. O‘spirinlik davrining eng muhim xususiyatlaridan biri — o‘zini anglash jarayonining kuchayishidir. O‘spirin o‘z “Men” obrazini shakllantirishga harakat qiladi, o‘z imkoniyatlarini tahlil qiladi, hayotiy maqsadlarini belgilashga intiladi. Bu jarayonda o‘ziga baho berish darajasi ham muhim rol o‘ynaydi. Emotsional sohada esa beqarorlik, kayfiyatning tez o‘zgarishi, ichki kechinmalarning kuchayishi kuzatiladi. O‘spirinlar hissiyotlarni chuqurroq boshdan kechiradilar, bu esa ba‘zan stress va xavotir holatlariga olib kelishi mumkin. Ijtimoiy rivojlanishda tengdoshlar bilan munosabatlar alohida ahamiyat kasb etadi. O‘spirinlar guruhda o‘z o‘rnini topishga, tan olinishi va hurmatga erishishga intiladilar. Shu sababli tengdoshlar ta’siri ularning xulq-atvori va qadriyatlariga sezilarli ta’sir ko‘rsatadi. Shuningdek, mustaqillikka intilish kuchayadi. O‘spirinlar ota-onadan va kattalardan mustaqil bo‘lishga harakat qiladilar, o‘z qarorlarini mustaqil qabul qilish istagi ortadi. Bu esa ba‘zan nizolar va tushunmovchiliklarni keltirib chiqaradi. Kognitiv rivojlanishda esa tafakkur kengayadi, abstrakt fikrlash shakllanadi, murakkab muammolarni tahlil qilish qobiliyati rivojlanadi. Bu jarayon o‘spirinning kelajak kasb tanlashi va hayotiy qarorlariga bevosita ta’sir qiladi.

Emotsional rivojlanish ham o‘spirinlik davrining muhim jihatlaridan biridir. Bu davrda kayfiyatning tez o‘zgarishi, ichki kechinmalarning kuchayishi, stressga sezuvchanlikning ortishi kuzatiladi. O‘spirinlar ko‘pincha o‘z his-tuyg‘ularini

boshqarishda qiyinchiliklarga duch keladilar, bu esa nizolar, tushunmovchiliklar va ruhiy zo‘riqlashlarga sabab bo‘lishi mumkin. O‘spirinlik davrida ijtimoiy muhitning ta‘siri juda kuchli bo‘ladi. Ayniqsa, tengdoshlar guruhi o‘spirinning xulq-atvori va qadriyatlariga sezilarli ta‘sir ko‘rsatadi. Tengdoshlar orasida qabul qilinish, hurmat qozonish va o‘z o‘rnini topish ehtiyoji kuchli bo‘lgani sababli, o‘spirin ba‘zan o‘z qarashlaridan voz kechishi yoki guruh bosimiga berilishi mumkin. Bu esa salbiy xulq-atvor shakllanishiga olib kelishi ehtimolini oshiradi. Oila ham o‘spirin psixologiyasida muhim rol o‘ynaydi. Ota-ona bilan munosabatlar iliq va qo‘llab-quvvatlovchi bo‘lsa, o‘spirinda o‘ziga ishonch, barqarorlik va xavfsizlik hissi shakllanadi. Aksincha, oilaviy nizolar, e‘tiborsizlik yoki haddan tashqari nazorat o‘spirinning ichki ziddiyatlarini kuchaytirishi mumkin. Bu esa uning psixologik rivojlanishiga salbiy ta‘sir ko‘rsatadi. Ta‘lim muassasasi ham o‘spirin shaxsining shakllanishida muhim omil hisoblanadi. O‘qituvchilar bilan munosabat, sinf jamoasidagi psixologik muhit va o‘quv jarayonidagi muvaffaqiyat yoki muvaffaqiyatsizliklar o‘spirinning o‘ziga baho berishiga bevosita ta‘sir qiladi. Rag‘batlantiruvchi va qo‘llab-quvvatlovchi muhit o‘spirinning intellektual va shaxsiy rivojlanishini tezlashtiradi.

Shuningdek, zamonaviy axborot vositalari va internet ham o‘spirin psixologiyasiga kuchli ta‘sir ko‘rsatadi. Ijtimoiy tarmoqlardagi taqqoslashlar, ideal obrazlar va turli axborot oqimi o‘spirinlarda o‘ziga nisbatan ishonchsizlik yoki noto‘g‘ri qadriyatlar shakllanishiga olib kelishi mumkin. Shu bilan birga, to‘g‘ri yo‘naltirilgan axborot esa ularning dunyoqarashini kengaytiradi va rivojlanishiga ijobiy ta‘sir qiladi. o‘spirinlik davrida psixologik rivojlanish murakkab jarayon bo‘lib, unda emotsional beqarorlik, ijtimoiy bosim, o‘zini anglashdagi qiyinchiliklar kabi muammolar ko‘p uchraydi. Shu sababli ushbu davrda o‘spirinlarga oilaviy qo‘llab-quvvatlash, pedagogik e‘tibor va psixologik yordam ko‘rsatish ularning sog‘lom shaxs sifatida shakllanishida muhim ahamiyat kasb etadi.

Xulosa

Xulosa qilib aytganda, o‘spirinlik davri psixologik rivojlanish nuqtai nazaridan eng murakkab va mas‘uliyatli bosqichlardan biri hisoblanadi. Bu davrda shaxsning emotsional barqarorligi, o‘zini anglash jarayoni, ijtimoiy munosabatlarga moslashuvi hamda mustaqil qaror qabul qilish ko‘nikmalari shakllanadi. Shu bilan birga, o‘spirinlarda stress, xavotir, o‘ziga ishonchsizlik, ichki ziddiyatlar va tengdoshlar bosimi kabi psixologik muammolar ham tez-tez uchrab turadi. O‘spirinlik davridagi psixologik muammolar ko‘pincha oilaviy muhit, ta‘lim jarayoni, tengdoshlar bilan munosabatlar hamda zamonaviy axborot vositalarining ta‘siri bilan bog‘liq bo‘ladi. Agar bu omillar ijobiy yo‘naltirilsa, o‘spirinning shaxs sifatida to‘g‘ri shakllanishi, o‘z qobiliyatlarini rivojlantirishi va jamiyatga moslashuvi osonlashadi. Shuningdek, psixologik qo‘llab-quvvatlash, ota-ona va pedagoglar hamkorligi hamda psixologik xizmat faoliyati o‘spirinlarning ruhiy barqarorligini ta‘minlashda muhim o‘rin tutadi.

Bu yordam orqali ular o‘z ichki muammolarini yengib o‘tish, o‘ziga ishonchni oshirish va hayotiy maqsadlarini aniq belgilash imkoniga ega bo‘ladilar. Umuman olganda, o‘spirinlik davridagi psixologik rivojlanish va muammolarni chuqur o‘rganish hamda ularni to‘g‘ri hal etish sog‘lom, barkamol va mustaqil fikrlovchi shaxsni tarbiyalashning muhim sharti hisoblanadi. Shu sababli bu jarayonga kompleks yondashuv asosida e‘tibor qaratish zarurdir.

Foydalanilgan adabiyotlar ro‘yxati

1. Karimova V.M. Psixologiya. – Toshkent: O‘qituvchi, 2019.
2. G‘oziev E.G‘. Yosh davrlari psixologiyasi. – Toshkent: Universitet, 2018.
3. Nishonova Z.T. Rivojlanish psixologiyasi va pedagogik psixologiya. – Toshkent: O‘zbekiston faylasuflari milliy jamiyati nashriyoti, 2017.
4. Davletshin M.G. Pedagogik psixologiya asoslari. – Toshkent: TDPU nashriyoti, 2020.
5. Vohidov M.V. Bolalar va o‘smirlar psixologiyasi. – Toshkent: O‘qituvchi, 2016.
6. Musurmonova O. Oila ma’naviyati va tarbiya asoslari. – Toshkent: Fan, 2019.
7. To‘xtaboyeva M. Psixologik maslahat va profilaktika ishlari. – Toshkent: Innovatsiya, 2021.