

O'SMIRLARDA IJTIMOY MOSLASHUVNING O'ZIGA XOS PSIXOLOGIK XUSUSIYATLARI

*Mamajonova Ra'no Abdusamatovna
I.M.Gubkin nomidagi (MTU) Rossiya
davlat neft va gaz universitetining
Toshkent shahar filiali psixologi*

Annotatsiya. Mazkur maqolada o'smirlik davrida ijtimoiy moslashuv jarayonining psixologik jihatlarini tahlil qilinadi. O'smirlarning shaxs sifatida shakllanishida ijtimoiy muhit, tengdoshlar ta'siri, oilaviy tarbiya va ichki psixologik omillarning roli yoritiladi. Shuningdek, moslashuv jarayonida yuzaga keladigan muammolar va ularni bartaraf etish yo'llari ko'rib chiqiladi.

Kalit so'zlar: O'smirlik, ijtimoiy moslashuv, shaxs rivoji, psixologik xususiyatlar, tengdoshlar, identifikatsiya, stress.

Аннотация. В данной статье анализируются психологические аспекты процесса социальной адаптации в подростковом возрасте. Освещается роль социальной среды, влияния сверстников, семейного воспитания и внутренних психологических факторов в формировании личности подростка. Также рассматриваются проблемы, возникающие в процессе адаптации, и пути их преодоления.

Ключевые слова: подростковый возраст, социальная адаптация, развитие личности, психологические особенности, сверстники, идентификация, стресс.

Abstract. This article analyzes the psychological aspects of the process of social adaptation during adolescence. It highlights the role of the social environment, peer influence, family upbringing, and internal psychological factors in the formation of an adolescent's personality. It also examines the problems that arise during the adaptation process and ways to overcome them.

Keywords: adolescence, social adaptation, personality development, psychological characteristics, peers, identification, stress.

Kirish. O'smirlik davri inson hayotidagi eng murakkab va muhim bosqichlardan biri hisoblanadi. Bu davrda shaxsning ijtimoiy muhitga moslashuvi, o'z "Men"ini anglash, jamiyatdagi o'rnini topish jarayoni jadallashadi. Ijtimoiy moslashuv – bu shaxsning jamiyat talablariga moslashishi va o'z imkoniyatlarini ro'yobga chiqarish jarayonidir.

Asosiy qism. 1. O'smirlik davrining psixologik xususiyatlari

O'smirlar davri taxminan 11–18 yosh oralig'ini o'z ichiga oladi. Ushbu davr quyidagi jihatlar bilan xarakterlanadi:

- Mustaqillikka intilish kuchayadi
- Emotsional beqarorlik kuzatiladi
- O'zini anglash va baholash shakllanadi
- Tashqi ta'sirlarga sezgirlik ortadi

Bu xususiyatlar ijtimoiy moslashuv jarayoniga bevosita ta'sir ko'rsatadi.

2. Ijtimoiy moslashuvning asosiy omillari

a) Oila muhitining ta'siri

Oila o'smir uchun birinchi ijtimoiy institut hisoblanadi. Sog'lom psixologik muhit, otanonaning qo'llab-quvvatlashi va ishonchi o'smirning ijtimoiy moslashuvini osonlashtiradi.

b) Tengdoshlar guruhi

O'smirlar uchun tengdoshlar fikri juda muhim. Ular orqali o'zini tasdiqlash, ijtimoiy rollarni sinab ko'rish imkoniyati paydo bo'ladi. Biroq noto'g'ri guruhga tushish salbiy oqibatlariga olib kelishi mumkin.

c) Ta'lim muassasasi

Maktab yoki oliy ta'lim muassasasi o'smirning ijtimoiylashuv jarayonida muhim rol o'ynaydi. O'qituvchilar bilan munosabat, jamoa faoliyati va ijtimoiy tajriba orttirish muhim ahamiyatga ega.

3. Ijtimoiy moslashuvdagi psixologik muammolar

O'smirlar ijtimoiy moslashuv jarayonida quyidagi muammolarga duch kelishi mumkin:

- O'ziga ishonchsizlik
- Ijtimoiy tashvish (anksiozlik)
- Konfliktlarga moyillik
- Depressiv holatlar
- Yolg'izlik hissi

Bu muammolar vaqtida aniqlanmasa, shaxs rivojiga salbiy ta'sir ko'rsatishi mumkin.

4. Moslashuvni yaxshilash yo'llari

Ijtimoiy moslashuvni muvaffaqiyatli amalga oshirish uchun quyidagi chora-tadbirlar tavsiya etiladi:

- Psixologik treninglar va maslahatlar
- Oila va ta'lim muassasasi hamkorligini kuchaytirish
- O'smirlarning qiziqishlariga mos faoliyatlarni qo'llab-quvvatlash
- Ijobiy ijtimoiy muhit yaratish
- Stressni boshqarish ko'nikmalarini rivojlantirish

Xulosa

O'smirlilik davrida ijtimoiy moslashuv murakkab, ammo muhim jarayon hisoblanadi. Ushbu davrda shaxsning psixologik xususiyatlarini inobatga olgan holda yondashish, oila va jamiyatning qo'llab-quvvatlashi o'smirning sog'lom ijtimoiy rivojlanishini ta'minlaydi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati

1. Karimova V.M. Psixologiya. – Toshkent: O'qituvchi, 2019.
2. G'oziev E.G'. Umumiy psixologiya. – Toshkent, 2018.
3. Davletshin M.G. Yosh davrlar psixologiyasi. – Toshkent, 2017.
4. Bojovich L.I. Lichnost i yeyo formirovanie v detskom vozraste. – Moskva, 2008.
5. Kon I.S. Psixologiya rannego yunoshstva. – Moskva, 1989.
6. Erikson E. Identity: Youth and Crisis. – New York, 1968.
7. Vygotskiy L.S. Razvitie vysshix psixicheskix funktsiy. – Moskva, 1983.
8. Bandura A. Social Learning Theory. – New Jersey, 1977.