

O'SMIR YOSHIDA SHAXS RIVOJLANISHI PSIXOLOGIYASI

Jakbarova Gulshan Xayrulla qizi

*Ijtimoiy va siyosiy fanlar institutining pedagogika
va psixologiya yo'nalishi 4-kurs talabasi*

Annotatsiya: *Mazkur maqolada o'smir yoshida shaxs rivojlanishining psixologik xususiyatlari, bu davrda yuzaga keladigan inqiroz holatlari, o'zini anglash jarayonining shakllanishi hamda ijtimoiy muhitning o'smir shaxsiga ta'siri ilmiy nuqtayi nazardan tahlil etilgan. Shuningdek, o'smirlarning emotsional, ijtimoiy va kognitiv rivojlanish bosqichlari hamda pedagogik-psixologik yondashuvlar haqida fikr yuritilgan.*

Kalit so'zlar: *o'smirlik davri, shaxs, psixologik rivojlanish, inqiroz, o'zini anglash, ijtimoiylashuv, emotsional barqarorlik, motivatsiya, identifikatsiya.*

KIRISH

O'smirlik davri inson hayotidagi eng murakkab va o'zgaruvchan bosqichlardan biridir. Psixologiya fanida bu davr "o'tish davri", "inqiroz davri" yoki "yetilish bosqichi" deb ham yuritiladi. Bu paytda shaxsning fiziologik, psixologik, axloqiy va ijtimoiy jihatdan yangi sifat bosqichiga ko'tarilishi kuzatiladi. O'smirlik davrida bola endi o'zini mustaqil shaxs sifatida anglay boshlaydi, uning o'z-o'ziga bahosi, o'zini tasdiqlash ehtiyoji, jamiyatdagi o'rnini topish istagi kuchayadi.

Psixologlarning fikricha, o'smirlik yoshi o'g'il bolalarda taxminan 12–16 yosh, qizlarda esa 11–15 yosh oralig'ida kechadi. Bu davr biologik o'sish bilan bir qatorda, shaxsning ijtimoiy-psixologik rivojlanishi jihatidan ham nihoyatda muhimdir.

1. O'smir shaxsining psixologik xususiyatlari

O'smirlik davrida inson organizmida katta fiziologik o'zgarishlar ro'y beradi. Bu o'zgarishlar psixik jarayonlar — his-tuyg'ular, idrok, xotira, tafakkur va nutq rivojiga ham bevosita ta'sir ko'rsatadi. Shu sababli o'smir shaxsining psixologik portreti barqaror emas, u tez o'zgaruvchan kayfiyat, hissiy o'ta sezuvchanlik, o'zini baholashdagi keskinlik bilan tavsiflanadi.

O'smirlar o'z "men"ini topish jarayonida mustaqillik, erkinlik va tan olinishga bo'lgan ehtiyojni kuchli seadilar. Bu ehtiyoj ba'zan o'qituvchi, ota-ona yoki kattalar bilan ziddiyatlar keltirib chiqaradi. O'smirning har qanday tanqidi o'ziga nisbatan shaxsiy hujum sifatida qabul qilinishi mumkin. Shu sababli bu davrda pedagog va otalarning psixologik yondashuvi, muloqot madaniyati juda muhim ahamiyatga ega.

2. O'zini anglash va identifikatsiya jarayoni

O'smirlik davrida shaxs o'zini anglash, o'z "men"ini shakllantirish bosqichiga kiradi. Bu jarayonni mashhur psixolog **E. Erikson "identifikatsiya inqirozi" deb ataydi. O'smir kim ekanini, nimaga qodirligini, jamiyatda qanday rol o'ynashini tushunishga intiladi.

Shaxsning o'zini anglashida quyidagi jarayonlar muhim rol o'ynaydi:

o'z qobiliyat va imkoniyatlarini baholash;
jamiyatdagi o'rnini aniqlash;
ideallar va qadriyatlar tizimini shakllantirish;
o'zini kattalar bilan taqqoslash;
mustaqil qaror qabul qilishga intilish.

O'smir bu davrda kattalarga o'xshashga harakat qiladi, ularning nutqi, kiyim uslubi, xulq-atvoriga taqlid qiladi. Shu orqali o'zini jamiyatda "katta" sifatida tasdiqlamoqchi bo'ladi.

3. Emotsional rivojlanish va hissiy barqarorlik

O'smirlik yoshi — hissiyotlarning eng keskin ifodalanadigan davridir. Kayfiyat tez-tez o'zgaradi, bir holatdan ikkinchisiga o'tish juda oson kechadi. Ba'zi o'smirlar o'z his-tuyg'ularini yashira olmaydilar, boshqalari esa ularni ichiga yutib, o'ziga tortilib qoladi.

Psixologik jihatdan bu holat o'sish davridagi gormonal o'zgarishlar, nerv tizimining faoliyati va ijtimoiy muhit ta'siri bilan izohlanadi. O'smirlikda stress, g'azab, uyatchanlik, ishonchsizlik kabi holatlar tez-tez uchraydi. Shu sababli o'qituvchi va otalalar o'smirning emotsional dunyosini to'g'ri tushunishlari, unga mehr, ishonch va qo'llab-quvvatlash bilan yondashishlari zarur.

4. Ijtimoiylashuv va muloqot jarayonining o'zgarishi

O'SMIR YOSHIDA SHAXS RIVOJLANISHI PSIXOLOGIYASI

Annotatsiya

Mazkur maqolada o'smir yoshida shaxs rivojlanishining psixologik xususiyatlari, bu davrda yuzaga keladigan inqiroz holatlari, o'zini anglash jarayonining shakllanishi hamda ijtimoiy muhitning o'smir shaxsiga ta'siri ilmiy nuqtayi nazardan tahlil etilgan. Shuningdek, o'smirlarning emotsional, ijtimoiy va kognitiv rivojlanish bosqichlari hamda pedagogik-psixologik yondashuvlar haqida fikr yuritilgan.

Kalit so'zlar: o'smirlik davri, shaxs, psixologik rivojlanish, inqiroz, o'zini anglash, ijtimoiylashuv, emotsional barqarorlik, motivatsiya, identifikatsiya.

Kirish

O'smirlik davri inson hayotidagi eng murakkab va o'zgaruvchan bosqichlardan biridir. Psixologiya fanida bu davr "o'tish davri", "inqiroz davri" yoki "yetilish bosqichi" deb ham yuritiladi. Bu paytda shaxsning fiziologik, psixologik, axloqiy va ijtimoiy jihatdan yangi sifat bosqichiga ko'tarilishi kuzatiladi. O'smirlik davrida bola endi o'zini mustaqil shaxs sifatida anglay boshlaydi, uning o'z-o'ziga bahosi, o'zini tasdiqlash ehtiyoji, jamiyatdagi o'rnini topish istagi kuchayadi.

Psixologlarning fikricha, o'smirlik yoshi o'g'il bolalarda taxminan 12–16 yosh, qizlarda esa 11–15 yosh oralig'ida kechadi. Bu davr biologik o'sish bilan bir qatorda, shaxsning ijtimoiy-psixologik rivojlanishi jihatidan ham nihoyatda muhimdir.

1. O'smir shaxsining psixologik xususiyatlari

O'smirlik davrida inson organizmida katta fiziologik o'zgarishlar ro'y beradi. Bu o'zgarishlar psixik jarayonlar — his-tuyg'ular, idrok, xotira, tafakkur va nutq rivojiga

ham bevosita ta'sir ko'rsatadi. Shu sababli o'smir shaxsining psixologik portreti barqaror emas, u tez o'zgaruvchan kayfiyat, hissiy o'ta sezuvchanlik, o'zini baholashdagi keskinlik bilan tavsiflanadi.

O'smirlar o'z "men"ini topish jarayonida mustaqillik, erkinlik va tan olinishga bo'lgan ehtiyojni kuchli sezadilar. Bu ehtiyoj ba'zan o'qituvchi, ota-ona yoki kattalar bilan ziddiyatlar keltirib chiqaradi. O'smirning har qanday tanqidi o'ziga nisbatan shaxsiy hujum sifatida qabul qilinishi mumkin. Shu sababli bu davrda pedagog va otalarning psixologik yondashuvi, muloqot madaniyati juda muhim ahamiyatga ega.

2. O'zini anglash va identifikatsiya jarayoni

O'smirlik davrida shaxs o'zini anglash, o'z "men"ini shakllantirish bosqichiga kiradi. Bu jarayonni mashhur psixolog **E. Erikson "identifikatsiya inqirozi" deb ataydi. O'smir kim ekanini, nimaga qodirligini, jamiyatda qanday rol o'ynashini tushunishga intiladi.

Shaxsning o'zini anglashida quyidagi jarayonlar muhim rol o'ynaydi:

- o'z qobiliyat va imkoniyatlarini baholash;
- jamiyatdagi o'rnini aniqlash;
- ideallar va qadriyatlar tizimini shakllantirish;
- o'zini kattalar bilan taqqoslash;
- mustaqil qaror qabul qilishga intilish.

O'smir bu davrda kattalarga o'xshashga harakat qiladi, ularning nutqi, kiyim uslubi, xulq-atvoriga taqlid qiladi. Shu orqali o'zini jamiyatda "katta" sifatida tasdiqlamoqchi bo'ladi.

3. Emotsional rivojlanish va hissiy barqarorlik

O'smirlik yoshi — hissiyotlarning eng keskin ifodalanadigan davridir. Kayfiyat tez-tez o'zgaradi, bir holatdan ikkinchisiga o'tish juda oson kechadi. Ba'zi o'smirlar o'z his-tuyg'ularini yashira olmaydilar, boshqalari esa ularni ichiga yutib, o'ziga tortilib qoladi.

Psixologik jihatdan bu holat o'sish davridagi gormonal o'zgarishlar, nerv tizimining faoliyati va ijtimoiy muhit ta'siri bilan izohlanadi. O'smirlikda stress, g'azab, uyatchanlik, ishonchsizlik kabi holatlar tez-tez uchraydi. Shu sababli o'qituvchi va otalar o'smirning emotsional dunyosini to'g'ri tushunishlari, unga mehr, ishonch va qo'llab-quvvatlash bilan yondashishlari zarur.

4. Ijtimoiylashuv va muloqot jarayonining o'zgarishi

O'smirlik davrida ijtimoiy munosabatlar kengayadi. Bola endi faqat oila doirasida emas, balki tengdoshlar guruhi, sinf jamoasi, mahalla yoki sport to'garaklarida ham o'z o'rnini topishga intiladi.

Tengdoshlar guruhi o'smir uchun muhim ijtimoiy muhitga aylanadi. U o'zining qadri, fikri va xatti-harakatlarini aynan tengdoshlari orqali baholay boshlaydi. Shu sababli bu davrda ijobiy do'stlik aloqalarini shakllantirish, sog'lom jamoaga qo'shish, ijtimoiy faoliyatga jalb etish muhim psixologik omil hisoblanadi.

Ota-onalar tomonidan ortiqcha nazorat yoki befarqlik o'smirda isyonkorlik, qarama-qarshilik hissini uyg'otadi. Shuning uchun bu davrda oilaviy muloqotda o'zaro hurmat, ishonch va sabr asosiy psixologik tamoyillar bo'lishi kerak.

5. Kognitiv rivojlanish va tafakkur jarayonlari

Shveysariyalik olim J. Piage nazariyasiga ko'ra, o'smirlik davrida tafakkur "formal-operatsion" bosqichga o'tadi, ya'ni o'smirlar endi abstrakt, nazariy fikrlash qobiliyatiga ega bo'ladilar. Ular sabab-oqibat aloqalarini tahlil qila oladi, muammolarni mantiqan hal etishga o'rganadi.

Bu davrda o'quvchilarning bilim olishga munosabati ham o'zgaradi. Agar boshlang'ich sinfda bola ko'proq o'qituvchi nazoratida o'qisa, o'smirda mustaqil o'rganish, tanqidiy fikrlash, o'z fikrini himoya qilishga intilish kuchayadi. Shu sababli ta'lim jarayonida interfaol metodlar, muammoli vaziyatli yondashuvlar, mustaqil tadqiqot topshiriqlaridan keng foydalanish zarur.

6. O'smirlik davridagi inqiroz holatlari

O'smirlik — bu psixologik inqiroz davri hamdir. Bu davrda quyidagi muammolar ko'p uchraydi:

o'z-o'zini qadrlashning pastligi

ijtimoiy rolni topolmaslik;

kattalarga qarshi norozilik;

o'quv motivatsiyasining pasayishi;

salbiy ta'sirlarga berilish (internet, zararli odatlar va boshqalar).

Bu inqirozlarning ildizi o'smirning o'zini anglash jarayonida yuzaga keladigan ichki ziddiyatlardir. Psixologik yordam, individual suhbat, ijtimoiy qo'llab-quvvatlash orqali bu holatlarni yumshatish mumkin.

7. Pedagogik va psixologik tavsiyalar

1. O'smir bilan muloqotda do'stona, ochiq, hurmatga asoslangan yondashuvni qo'llash;

2. Uning fikriga quloq tutish, tanqidni emas, tushunishni afzal ko'rish;

3. Ijobiy faoliyatga — sport, san'at, ilm-fan to'garaklariga jalb etish;

4. Mustaqil fikrlash va qaror qabul qilishni rag'batlantirish;

5. Ijtimoiy muhitni sog'lom va qo'llab-quvvatlovchi tarzda shakllantirish.

Xulosa

O'smirlik davri inson shaxsining poydevorini mustahkamlovchi, uning kelajakdagi ijtimoiy o'rnini belgilab beruvchi eng muhim bosqichdir. Shu sababli pedagoglar, psixologlar va ota-onalar bu davrning nozik psixologik xususiyatlarini chuqur anglab, o'smir shaxsini rivojlantirishda ilmiy asoslangan yondashuvlarni qo'llashlari zarur.

O'smirlarga mehr, ishonch, erkinlik va mas'uliyatni uyg'un tarzda berish — uning barkamol, mustaqil fikrlovchi, ijtimoiy faol shaxs sifatida shakllanishini ta'minlaydi.