

**O'SMIRLIK DAVRIDA PSIXIK RIVOJLANISH XUSUSIYATLARI**

Andijon davlat pedagogika instituti

Vb dotsenti 'T.Vaxabova

Filologiya fakulteti talabasi

Mashrabboyeva Diyora

Annotatsiya: *Mazkur maqolada o'smirlik davrida psixik rivojlanishning asosiy xususiyatlari tahlil etilgan. O'smirlik davri inson hayotidagi eng muhim bosqichlardan biri bo'lib, bu davrda shaxsning o'zini anglash, mustaqil fikrlash, hissiy hayot va ijtimoiy munosabatlarda sezilarli o'zgarishlar yuz beradi. Maqolada bu o'zgarishlarning psixologik omillari, ijtimoiy muhit ta'siri hamda o'smirlar bilan ishlashda pedagog va psixologlarning yondashuvlari yoritilgan. Tadqiqot davomida yosh xususiyatlariga oid nazariy manbalar tahlil qilinib, zamonaviy psixologik qarashlar asosida xulosalar berilgan*

Kalit so'zlar: *o'smirlik, psixik rivojlanish, emotsional o'zgarishlar, ijtimoiy moslashuv, kognitiv rivojlanish, shaxsiy o'zlikni anglash, o'sish davri inqirozlari, ijtimoiy tajriba, psixologik o'zgarishlar, o'smirlik psixologiyasi.*

Аннотация: *В данной статье рассматриваются особенности психического развития в подростковом возрасте. Подростковый период является одним из самых важных этапов жизни человека, в течение которого происходят значительные изменения в самосознании, способности к самостоятельному мышлению, эмоциональной сфере и социальных отношениях. В статье освещаются психологические факторы этих изменений, влияние социальной среды, а также подходы педагогов и психологов к работе с подростками. В ходе исследования проанализированы теоретические источники, отражающие возрастные особенности, и сделаны выводы на основе современных психологических взглядов.*

Ключевые слова: *подростковый возраст, психическое развитие, эмоциональные изменения, социальная адаптация, когнитивное развитие,*



самосознание, кризисы развития, социальный опыт, психологические изменения, психология подростков.

Annotation: *This article explores the characteristics of psychological development during adolescence. Adolescence is one of the most critical stages of human life, during which significant changes occur in self-awareness, independent thinking, emotional life, and social relationships. The article highlights the psychological factors behind these changes, the influence of the social environment, and the approaches used by educators and psychologists when working with adolescents. The study analyzes theoretical sources on age-specific features and provides conclusions based on modern psychological perspectives.*

Keywords: *adolescence, psychological development, emotional changes, social adaptation, cognitive development, self-identity, developmental crises, social experience, psychological changes, adolescent psychology.*

O‘smirlik (adolesentsiya) — inson hayotiy yo‘lida tub burilish davri bo‘lib, u taxminan 10–12 yoshdan 18–20 yoshgacha davom etadi. Ushbu davr jismoniy o‘shish va gormonal o‘zgarishlar bilan birga ichki psixik jarayonlarning ham keskin o‘zgarishini talab etadi. O‘smirlik — shaxsiy identifikatsiya, mustaqillik, ijtimoiy ro‘lni anglash, kognitiv va axloqiy qarorlar qabul qilish qobiliyatining shakllanish davri hisoblanadi (Erikson, 1968).¹ O‘smirlik yoshi dunyoqarash, e‘tiqod, prinsip, o‘zligini anglash, baholash kabi shaxs xususiyatlari shakllanadigan davr hisoblanadi. O‘smir ulg‘aygan sari unda «Ideal Men», «Axloqiy Men» va «Haqiqiy Men» singari shaxsga oid tizim, dunyoqarash, e‘tiqod va boshqalar shakllana boradi, undagi o‘zi to‘g‘risidagi tasavvurlar ancha aniq va barqaror bo‘lib qoladi. O‘smir o‘z faoliyatini muayyan prinsip, e‘tiqod va shaxsiy nuqtayi nazari asosida tashkil qila boshlaydi. O‘smir shaxsini tarkib toptirishda uning atrof-muhitga, ijtimoiy hodisalarga, kishilarga munosabatini hisobga olish lozim. Psixologlar o‘tkazgan tadqiqotlardan ko‘rinadiki, o‘smirlarning ko‘pchiligi qat’iyatlilik, kamtarlik, mag‘rurlik, samimiylik, dilkashlik

¹. Karimova Z.M., Raxmatova M.Y. Psixologiya: umumiy va yosh davrlar psixologiyasi. – Toshkent: «Fan va texnologiya», 2019. – 256 b.



kabi ma'naviy, axloqiy tushunchalarni to'g'ri anglaydilar. Ularning turmush tajribasida fan asoslarini egallash natijasida barqaror e'tiqodiy va ilmiy dunyoqarash tarkib topadi, shular zaminida axloqiy ideallar yuzaga kela boshlaydi.

Ma'lumki, o'smirlik davrida o'smirning «men»i qaytadan shakllana boradi. Uning atrofida gilari ayniqsa, o'z-o'zigabo'lgan munosabati, qiziqishlari, qadriyatlari yo'nalishi keskin o'zgaradi. O'smir yoshdagi bolani birinchi galdagi intilishi, u o'zini endi kichkina bola emas, balki katta bo'lib qolganligini atrofida gilarga ishon tirishdan iboratdir. Mustaqil ishlar qilishga uringan o'smir shunday qilishga haqqi borligiga o'zini-o'zi ishon tiradi, chunki men endi «katta bolib qoldim» deb o'ylaydi. Shuning uchun ham psixologlar «katta bolib qolganlik tuyg'usi»ni shaxsning O'smirlik yoshidagi eng asosiy yangilik sifatida talqin qiladilar. L.S.Vigotskiy O'smirlik davrida qiziqishlarning o'zgarishiga bogliq ravishda ikki fazani (salbiy va ijobiy) ajratib kolsatgan. Salbiy faza ilgarigi qiziqishlarning so'nishi va yangi dastlabki jinsiy qiziqishlarning paydo bolishi bilan bogliq.²

O'smirlik yoshi dunyoqarash, e'tiqod, prinsip, o'zligini anglash, baholash kabi shaxs xususiyatlari shakllanadigan davr hisoblanadi. O'smir ulg'aygan sari unda «Ideal Men», «Axloqiy Men» va «Haqiqiy Men» singari shaxsga oid tizim, dunyoqarash, e'tiqod va boshqalar shakllana boradi, undagi o'zi to'g'risidagi tasavvurlar ancha aniq va barqaror bo'lib qoladi.³ O'smir o'z faoliyatini muayyan prinsip, e'tiqod va shaxsiy nuqtayi nazari asosida tashkil qila boshlaydi. O'smir shaxsini tarkib toptirishda uning atrof-muhitga, ijtimoiy hodisalarga, kishilarga munosabatini hisobga olish lozim. Psixologlar o'tkazgan tadqiqotlardan ko'rinadiki, o'smirlarning ko'pchiligi qat'iyatlilik, kamtarlik, mag'rurlik, samimiylik, dilkashlik kabi ma'naviy, axloqiy tushunchalarni to'g'ri anglaydilar. Ularning turmush tajribasida fan asoslarini egallash natijasida barqaror e'tiqodiy va ilmiy dunyoqarash tarkib topadi, shular zaminida axloqiy ideallar yuzaga kela boshlaydi. Ma'lumki, o'smirlik davrida o'smirning «men»i qaytadan shakllana boradi. Uning atrofida gilari

² Abduraxmonova D.X. Pedagogik va yosh psixologiyasi. – Toshkent: «Ilm ziyo», 2021. – 212 b.

³ Xolmatova M.S. Psixologiya asoslari. – Toshkent: «Yangi asr avlodi», 2018. – 240 b.



ayniqsa, o'z-o'zigabo'lgan munosabati, qiziqishlari, qadriyatlari yo'nalishi keskin o'zgaradi. O'smir yoshdagi bolani birinchi galdagi intilishi, u o'zini endi kichkina bola emas, balki katta bo'lib qolganligini atrofdagilarga ishontirishdan iboratdir.

Mustaqil ishlar qilishga uringan o'smir shunday qilishga haqqi borligiga o'zini-o'zi ishontiradi, chunki men endi «katta bolib qoldim» deb o'ylaydi. Shuning uchun ham psixologlar «katta bolib qolganlik tuyg'usi»ni shaxsning O'smirlik yoshidagi eng asosiy yangilik sifatida talqin qiladilar. L.S.Vigotskiy O'smirlik davrida qiziqishlarning o'zgarishiga bogliq ravishda ikki fazani (salbiy va ijobiy) ajratib kolsatgan. Salbiy faza ilgarigi qiziqishlarning so'nishi va yangi dastlabki jinsiy qiziqishlarning paydo bolishi bilan bogliq.

O'smirlik 10—11 yoshlardan 14—15 yoshlargacha bolgan davrni tashkil etadi. Hozirgi o'smirlar o'tmishdoshlariga nisbatan jismoniy, aqliy va siyosiy jihatdan birmuncha ustunlikka ega. Ularda jinsiy yetilish, ijtimoiylashuv jarayoni, psixik o'sish oldinroq namoyon bo'lmoqda. Aksariyat o'quvchilarda O'smirlik yoshiga o'tish, asosan, 5-sinflardan boshlanadi. «Endi o'smir bola emas, biroq katta ham emas» ayni shu ta'rif o'smirlik davrining muhim xarakterini bildiradi. O'smirlik — bolalikdan kattalikka o'tish davri bolib, fiziologik va psixologik jihatdan o'ziga xos xususiyatlari bilan xarakterlanadi. Bu bosqichda bolalarning jismoniy va psixik taraqqiyoti juda tezlashadi, hayotdagi turli narsalarga qiziqishi, yangilikka intilishi ortadi, xarakteri shakllanadi, ma'naviy dunyosi boyiydi, ziddiyatlar avj oladi. O'smirlik balog'atga yetish davri bolib, yangi hislar, sezgilar va jinsiy hayotga taalluqli chigal masalalarning paydo bolishi bilan ham xarakterlanadi. Bu yoshda o'smir rivojida keskin o'zgarishlar ro'y bera boshlaydi. Bu o'zgarishlar fiziologik hamda psixologik o'zgarishlardir. Bo'yga o'sish bir tekis bormaydi: qiz-bolalar 5—7 sm o'ssalar, o'g'il bolalar 5—10 sm o'sadilar. Bo'yiga qarab o'sish paysimon ilk suyaklarning uzunlashishi va umurtqa qismining kattalashishi hisobiga ro'y beradi. Og'iz bo'shlig'i va halqumdagi o'zgarishlar oqibatida tovush tembri ham o'zgaradi. Bu o'g'il bolalarda qiz bolalarga nisbatan ko'proq darajada sodir boladi. O'g'il bolalarning tovushi vazminroq bolib qoladi, do'rillaydi. Garchi bu davrda mushaklar tez sur'at bilan o'ssa ham, mustahkamlashsa ham, lekin baribir oyoq va qo'l suyaklarining o'sish sur'ati orqada



qoladi.⁴ O'smirlarda bu xususiyat ularning beso'naqay xatti-harakatlarida, yurish-turishlaridagi qo'pollikka, katta-katta odim tashlashlariga sabab boladi. Fiziologik o'zgarish jinsiy yetilishning boshlanishi va bu bilan bogliq ravishda tanadagi barcha a'zolarining mukammal rivojlanishi va o'sishi, hujayra va organizm tuzilmalarining qaytadan shakllana boshlashida namoyon boladi.

O'smirlik davri psixik rivojlanishning murakkab va ko'p qirrali bosqichi bo'lib, unda biologik, kognitiv, emotsional va ijtimoiy omillar uyg'unlashadi. Mazkur maqolada keltirilgan nazariy va amaliy bilimlar oilalar, ta'lim muassasalari hamda psixologlar uchun muhim tavsiyalarni beradi. O'smirlarning sog'lom mental rivojlanishini qo'llab-quvvatlash uchun har tomonlama hamkorlik zarur.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR RO'YXATI:

1. Karimova Z.M., Raxmatova M.Y. Psixologiya: umumiy va yosh davrlar psixologiyasi. – Toshkent: «Fan va texnologiya», 2019. – 256 b.
2. Abduraxmonova D.X. Pedagogik va yosh psixologiyasi. – Toshkent: «Ilm ziyo», 2021. – 212 b.
3. Nurmatova M.X. O'smirlar psixologiyasi. – Toshkent: «O'qituvchi», 2020. – 198 b.
4. Xolmatova M.S. Psixologiya asoslari. – Toshkent: «Yangi asr avlodi», 2018. – 240 b.
5. O'zbekiston Respublikasi Xalq ta'limi vazirligi. O'smirlar bilan ishlash metodikasi (qo'llanma). – Toshkent: 2022. – 112 b.

⁴ . Nurmatova M.X. O'smirlar psixologiyasi. – Toshkent: «O'qituvchi», 2020. – 198 b.