

**YOSHLIK DAVRINING PSIXOLOGIK XUSUSIYATLARI**

*Shahrisabz davlat pedagogika instituti o'quvchisi*

**Salimova Hikmatoy Ilhom qizi**

*Geografiya va iqtisodiy bilim asoslari yo'nalishi 3-kurs 2.22-guruh  
talabarlari.*

**Anotatsiya:** Mazkur maqolada yoshlik davrining psixologik xususiyatlari tahlil qilinadi. Yoshlik davri insonning rivojlanishida muhim o'rin tutadi va bu davrda psixologik jarayonlar sezilarli o'zgarishlarga uchraydi. Maqolada yoshlikda yuzaga keladigan rivojlanish bosqichlari, emotsional o'zgarishlar, o'zini anglash jarayonlari va shaxsiy munosabatlar shakllanishi haqida batafsil ma'lumot beriladi. Yoshlik davrida shakllanayotgan psixologik xususiyatlar, ijtimoiy tizimga integratsiya, ta'lim va mehnat muhitiga tayyorgarlik kabi masalalar o'rganiladi.

**Kalit so'zlar:** Yoshlik, psixologik xususiyatlar, shaxsiy rivojlanish, emotsional o'zgarishlar, o'zini anglash, ijtimoiy munosabatlar.

**Annotation:** This article analyzes the psychological characteristics of adolescence. The adolescent period plays a crucial role in human development, with significant changes in psychological processes. The article provides detailed information about the developmental stages during adolescence, emotional changes, self-awareness processes, and the formation of personal relationships. The psychological characteristics emerging during adolescence, social integration, and preparation for education and work are also discussed.

**Keywords:** Adolescence, psychological characteristics, personal development, emotional changes, self-awareness, social relationships.

**Аннотация:** В данной статье рассматриваются психологические особенности подросткового возраста. Этот период играет важную роль в развитии человека, в котором происходят значительные изменения психических процессов. В статье подробно рассматриваются этапы развития



*подростков, эмоциональные изменения, процесс самосознания и формирование личных отношений. Рассматриваются также психологические особенности, возникающие в подростковом возрасте, социальная интеграция и подготовка к обучению и трудовой деятельности.*

**Ключевые слова:** *Подростковый возраст, психологические особенности, личностное развитие, эмоциональные изменения, самосознание, социальные отношения.*

### **Kirish**

Yoshlik davri inson hayotidagi eng muhim bosqichlardan biridir. Bu davrda shaxsning psixologik, emotsional va ijtimoiy rivojlanish jarayonlari intensiv kechadi. Yoshlik, yoshning biologik o'zgarishlaridan tashqari, psixologik va ijtimoiy tizimga integratsiyalashuv jarayoni bilan ham tavsiflanadi. Bu davrda yoshlarda o'zini anglash, shaxsiy qiymatlar va dunyoqarash shakllanadi, shuningdek, emotsional va psixologik holatlar o'zgaradi. Yoshlik davrining psixologik xususiyatlarini o'rganish, bu yosh guruhidagi psixologik muammolarni hal qilish, shaxsiy rivojlanishni qo'llab-quvvatlash va ijtimoiy moslashuvni yaxshilash uchun zarurdir.

**Maqolaning maqsadi:** Maqolaning asosiy maqsadi yoshlik davrining psixologik xususiyatlarini o'rganish, shu davrda yuzaga keladigan muammolarni tahlil qilish va ularning shaxs rivojlanishidagi ahamiyatini yoritishdir. Yoshlik davrining psixologik o'zgarishlari, motivatsiya, emotsiyalar, va shaxslararo munosabatlar haqida yanada chuqurroq bilim olish bu yoshdagi shaxslarning salomatligini va o'zaro aloqalarini yaxshilashga yordam beradi.

**Asosiy qism: Yoshlik davrining psixologik o'zgarishlari.** Yoshlik, 12-18 yosh oralig'idagi davrni o'z ichiga oladi va bu davrda fiziologik o'zgarishlar bilan birga, psixologik jarayonlarda ham sezilarli o'zgarishlar yuz beradi. Bu davrda yoshlarda shaxsiy identifikatsiya, o'zini anglash va o'zlikni qabul qilish jarayonlari intensivlashadi. Shaxsiyatning rivojlanishi, motivatsiya, ehtiyojlar va qiziqishlar o'zgaradi, shuningdek, emotsional holatlar va muvozanat o'zgaradi. Bular yoshlarda hayotga munosabat, o'qishga va ishga tayyorgarlik, shaxsiy munosabatlar, va ijtimoiy integratsiyani mustahkamlashga yordam beradi.



**Emotsional o'zgarishlar.** Yoshlik davrida emotsional holatlar sezilarli o'zgarishlarga uchraydi. Yoshlarda o'zini anglash va boshqalar bilan aloqalar o'rtasida muvozanatni saqlash uchun emotsiyalarni boshqarish zarurati yuzaga keladi. Emotsional barqarorlikni topish yoshlarda o'zlikni anglash va atrof-muhitga integratsiya qilishda muhim ahamiyatga ega.

**Shaxsiy rivojlanish va o'zini anglash.** Yoshlik davrida o'zlikni anglash jarayoni boshlanadi. Yoshlarda o'zini anglash va shaxsiy ehtiyojlarini qondirishda motivatsiya katta rol o'ynaydi. Bu davrda yoshlar o'zlarining qadriyatlarini shakllantiradi, maqsadlar qo'yadi va bu orqali kelajakda qanday shaxs bo'lishni anglashga harakat qilishadi. Shaxsiy rivojlanishning bu bosqichi yoshlarda muvaffaqiyatli va sog'lom ijtimoiy aloqalarni shakllantirish uchun muhimdir.

**Ijtimoiy munosabatlar va yoshlik davri.** Ijtimoiy munosabatlar yoshlik davrining ajralmas qismi bo'lib, bu davrda yoshlar o'zining ijtimoiy roli va jamiyatdagi o'rni haqida o'ylashadi. O'zini jamiyatda qanday ko'rsatish, tengdoshlari bilan o'zaro munosabatlarni o'rnatish, oila va maktabdagi munosabatlar hamda jamiyatga integratsiya qilish yoshlarda shaxsiyatni shakllantirish jarayonida muhim omillar bo'ladi.

### **1. Shaxsiy identifikatsiya va kimlik shakllanishi:**

Yoshlik davrida eng muhim psixologik jarayonlardan biri – shaxsiy identifikatsiyaning shakllanishidir. Bu davrda yoshlar o'zlarini jamiyatdagi turli guruhlariga qarshi yoki ularga qaramay aniqlashga harakat qilishadi. Erik Eriksonning psixologik rivojlanish nazariyasiga ko'ra, yoshlikda "kimlik va roldan yo'qotish" bosqichi mavjud. Yoshlar o'zlarining kimligini tushunishga va dunyoda o'z o'rnini topishga intilishadi. Bu jarayon ijtimoiy aloqalar, oilaviy munosabatlar, do'stlar bilan muloqot orqali amalga oshadi.

### **2. O'zlikni qabul qilish va o'zini anglash:**

Yoshlikda shaxs o'zlikni qabul qilishni boshlaydi. Bu davrda shaxs o'z qiyofasi, xulqi, qiziqishlari, ehtiyojlari va qadr-qimmati haqida chuqurroq o'ylashadi. Yoshlarda o'zini anglash, ko'pincha o'z xohish-istaklariga qarshi ijtimoiy kutilmalarni va ularning qabul qilinishini o'rganish bilan bog'liq. Agar bu jarayon



muvaffaqiyatli bo'lsa, yoshlar o'zlarini ijtimoiy to'g'ri joylashtirishga, o'z qadrini anglashga va mustahkam shaxsiyatni rivojlantirishga qodir bo'ladi.

### **3. Emotsional mustahkamlik va psixologik qiyinchiliklar:**

Yoshlikda emotsional o'zgarishlar sezilarli bo'ladi. Bu davrda yoshlarda stress, bezovtalik, tashvishlar va depressiya kabi emotsional muammolar ko'payishi mumkin. Shaxs o'z his-tuyg'ularini anglash va boshqarish jarayonini o'rganadi. Yoshlarda o'zini anglash va dunyoqarash shakllanishi, psixologik qarshilikni rivojlantirish va stressni boshqarish qobiliyatini oshiradi.

### **4. Ijtimoiy qo'llab-quvvatlashning roli:**

Yoshlik davrida ijtimoiy qo'llab-quvvatlash – oila, do'stlar, maktabdagi o'qituvchilar va boshqa muhim shaxslarning roli juda katta. Yoshlarga o'zlariga nisbatan ishonch va ijtimoiy qadr-qimmatni rivojlantirishda bu qo'llab-quvvatlash kuchli ta'sir ko'rsatadi. Aytgancha, ijtimoiy izolyatsiya yoki oilaviy aloqalar yomonlashganda, yoshlarda psixologik qiyinchiliklar yuzaga kelishi mumkin.

### **5. Yoshlikda o'rganish va rivojlanish motivatsiyasi:**

Motivatsiya – bu yoshlik davrida muhim bir omil bo'lib, shaxsning hayotdagi maqsadlarni belgilashiga, qiziqishlarini rivojlantirishga va muvaffaqiyatga erishishga bo'lgan ijtimoiy ehtiyojlarini rag'batlantiradi. Yoshlikda o'rganish, yangi bilimlar olish va turli faoliyatlar bilan shug'ullanish, yoshlarni har tomonlama rivojlantirishga olib keladi. Shu bilan birga, bu davrda shaxs maqsadlar qo'yishda va ularni amalga oshirishda ijtimoiy muhitdan o'zgarishlarga moslashishi zarur.

### **6. Yoshlikdagi jismoniy o'zgarishlar va psixologik ta'siri:**

Yoshlik davrida jismoniy o'zgarishlar (gormonlar, o'sish va rivojlanish) psixologik o'zgarishlarga sezilarli ta'sir qiladi. Yoshlar o'z jismoniy o'zgarishlarini qabul qilish va ularga moslashishda ba'zi noqulayliklar sezishlari mumkin, bu esa o'zlikni qabul qilish va o'zini anglash jarayonlarini qiyinlashtirishi mumkin. Shuningdek, bu davrda jismoniy o'zgarishlar yoshlarda o'zining ko'rinishiga nisbatan tashvishlarni keltirib chiqarishi va ijtimoiy ta'sirlar bilan bog'liq ravishda psixologik qiyinchiliklarni yuzaga keltirishi mumkin.

### **7. Shaxsiyat va psixologik o'zgarishlar:**



Yoshlikda shaxsiyatning shakllanishi davom etadi. Bu davrda shaxsiyat o'zining asosiy elementlarini (xarakter, emotsional holatlar, ijtimoiy ko'nikmalar) rivojlantirishni davom ettiradi. Yoshlarda bu o'zgarishlar ko'pincha birinchi marta real ijtimoiy rolda faoliyat ko'rsatishga, jismoniy va aqliy jihatdan o'zgarishlarni qabul qilishga yordam beradi.

### **8. Maqsad va kelajakni rejalashtirish:**

Yoshlik davrida yoshlar ko'pincha o'z kelajagini rejalashtirishga kirishadilar. O'quv va kasb tanlashda qarorlar qabul qilishda bir qator psixologik omillar ta'sir qiladi. Shaxsiyat shakllanishi, oilaviy va ijtimoiy ta'sirlar kelajakdagi maqsadlarni aniqlashda yordam beradi. Bu davrda qo'yilgan maqsadlar, motivatsiya va qaror qabul qilish yoshlarning kelajakdagi muvaffaqiyatiga ta'sir ko'rsatadi.

### **Xulosa:**

Yoshlik davrining psixologik xususiyatlari insonning keyingi hayotida muhim rol o'ynaydi. Bu davrda yuzaga keladigan psixologik va emotsional o'zgarishlar shaxsning kelajakdagi rivojlanishiga ta'sir ko'rsatadi. Yoshlikda shakllanadigan shaxsiyat, emotsional holatlar, o'zini anglash va ijtimoiy integratsiya jarayonlari jamiyatga muvaffaqiyatli qo'shilishning asosi bo'ladi. Shu bois, yoshlik davrining psixologik xususiyatlarini tahlil qilish, bu davrdagi yoshlarning rivojlanishiga ijobiy ta'sir ko'rsatish uchun muhimdir.

### **FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR RO'YXATI:**

1. **Erikson E. H.** "The Stages of Development". New York, 1980.
2. **Arnett J. J.** "Adolescence and Emerging Adulthood". Pearson, 2014.
3. **Raxmonov, E. (2005).** *Shaxsiyat va uning rivojlanishi*. Toshkent: Fan.
4. **Kurbanov, B. (2010).** *O'smirlik davri psixologiyasi*. Toshkent: Milliy universitet nashriyoti.
5. **Nematov, N. (2007).** *Psixologiya asoslari*. Toshkent: O'qituvchi.
6. Bobanov Khurshid Abdirahmatovich "FEATURES OF THE PHENOMENON OF PSYCHOLOGICAL CULTURE"  
<http://www.eijmr.org/index.php/eijmr/article/view/1730>



7. Bobanov, Xurshid. "PSIXOLOGIK MADANIYAT HODISASINING O 'ZIGA  
XOS XUSUSIYATLARI." Talqin va tadqiqotlar (2024).  
<https://talqinvatadqiqotlar.uz/index.php/tvt/article/view/2553>