

**O‘SMIRLIK DAVRIDA NAMOYON BO‘LADIGAN XAVOTIRLANISH
HOLATINING PSIXOLOGIK XUSUSSIYATLARI**

Hasanova Dilshoda Sadullayevna
Toshkent Kimyo xalqaro universiteti
Samarqand filiali 1-bosqich magistranti
Email:hasanovadilshoda5@gmail.com
ORCID:0009-0001-7097-9651
+998885772712

Annotatsiya

Ushbu maqolada o‘smirlik davrida haqida tushuncha, o‘smirlarda namoyon bo‘ladigan xavotirlanish holatlari, ularni kelib chiqish sabablari hamda o‘smirlarning jismoniy va psixik taraqqiyotidagi bilish jarayonlari xususiyatlari tadqiq qilinadi.

Kalit so‘zlar: inqiroz, xavotir, qo‘rqo‘v, stress, g‘amginlik, deprissiya.

Kirish

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‘shish 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 davrida nerv tizimi va psixikasida oliy jarayonlar xulq-atvorning o‘zgarishi bilan moslashish talab etiladi.

O‘smirlik davridagi inqiroz — o‘smir kechinmalari, uning strukturasi, mazmunining qat’iy o‘zgarishi ya’ni buzilishidir. L.S.Vigotskiy 13 yoshni inqirozni sindiradigan nuqtasi deb atagan. Inqirozdan keyingi davrlar (14—15 yosh) ota-onalar va o‘qituvchilar tomonidan subyektiv yanada qiyinroq deb ataladigan yangi psixologik tuzilmalar shakllanadi. Inqirozning kechishi kattalarning o‘sayotgan boladagi o‘zgarishlarni sezuvchanligiga, tarbiya taktikasini mohirona o‘zgartirishiga,



o‘smirning yangi ehtiyojlari, yangi qobiliyatlariga bog‘liq ravishda munosabatlarni o‘zgartirishiga bog‘liq.

Sog‘lom o‘smirlarga ham kayfiyatning beqarorligi, depressiv kechinmalar, tez ranjish va boshqalar xos. O‘smirlarda ko‘p uchraydigan «mos emaslik affekti» (arzimas narsaga ham kuchli reaksiya bildirish) o‘zini past baholash va intilish darajasining yuqoriligi orasidagi qarama-qarshilik bilan bog‘liq. O‘smir intellektining o‘ziga xosligi va affektiv sohasi bilan bog‘liq ravishda o‘smirlar egotsentrizmining o‘ziga xos shaklini ajratishadi. [1.:c.551-592] O‘smir o‘ziga, o‘zida ro‘y berayotgan psixofizologik o‘zgarishlarga qiziqadi, u o‘zini zo‘r berib analiz qiladi, o‘z-o‘zini baholaydi.

Unda boshqalar ham uning haqida o‘ylashi, uning tashqi ko‘rinishiga qiziqishi, fikrlari, xulq-atvori va hissiyotlariga qiziqadi, degan illyuziya paydo bo‘ladi. «Xayoldagi auditoriya» fenomeni egotsentrizm komponentlaridan biri bo‘lib, uni har doim tomoshabinlar kuzatadi, u esa har doim sahnaning o‘rtasida deb ishonadi. O‘smirlik egotsentrizmining boshqa komponenti bu shaxsiy afsonadir. Shaxsiy afsona — bu shaxsiy kechinmalarga asoslangan muhabbat, hasad, uyat kabi hislarning o‘ziga xosligiga ishonishdir. Bunday egotsentrizm cho‘qqisi o‘spirinlik davriga o‘tishga to‘g‘ri keladi, bunda tengdoshlari bilan o‘z hissiyotlarini bo‘lishish, ular bilan yaqin ishonchli munosabatlarni o‘rnatish orqali barham berish mumkin.

O‘zbekistonlik psixologlarning O‘smirlik davri xususiyatlari borasidagi tadqiqotlariga e‘tiborimizni qaratadigan bo‘lsak, G.B.Shoumarovning shogirdi D.R.Rahmonovanning «O‘smirlarda qo‘rqinch determinatsiyasi xususiy holatlarining turli vaziyatlarda rivojlanishi» mavzusidagi ilmiy tadqiqot ishida mehribonlik uylarida, oilada va mehnat tuzatish koloniyalarida yashovchi o‘smirlarda tadqiqot olib borgan bo‘lib, psixik og‘ishish chegaraviy zonasining uchta, ya‘ni dezintegratsiyalashgan, biologik va ijtimoiy tarkibiy qismlarini aniqlashga imkon beradigan qo‘rqinch determinatsiyasi mexanizmlarini yoritib bergan va o‘z ilmiy izlanishlariga tayangan holda shaxslararo munosabatlar jarayonida emotsional zo‘riqish tufayli yuzaga keladigan qo‘rqinchning o‘smirlar psixik holatiga jiddiy ta‘sir ko‘rsatishini ta‘kidlab o‘tgan. Uning fikricha, qo‘rquv fenomenologiyasi uni tashkil etuvchi biologik, ijtimoiy va dezintegratsion komponentlarga bog‘liqdir. Muallif dezintegratsion qo‘rquv deganda o‘smir emotsional sohasiga jiddiy rezonans olib keluvchi xayoliy subyektiv idrok etilgan xavf-xatarning shaxsda mavjudligini nazarda tutib, ushbu qo‘rquv biologik hamda ijtimoiy qo‘rquv xususiyatlarini va uning darajalarini aniqlashda sababiy omil hisoblanishini ta‘kidlaydi. D.R.Rahmonova qo‘rquvning ijtimoiy-psixologik xususiyatlarini yoritib berar ekan, oiladan tashqaridagi o‘smirlarda

emotsional namoyon bo'lishiga hamda shaxsning psixik holatlari ko'rsatkichlariga ko'ra oilada tarbiyalanayotgan o'smirlardagidan farq qilishini aytib o'tadi. Tadqiqotchi tomonidan dezintegratsion qo'rquv pubertat davridagi yosh xususiyati sifatida ko'rib, o'smirda ijtimoiy vaziyat malakasining rivojlanishi psixik holatlar xarakteri va psixotravmatik holatlarni yengib o'tishni belgilab berishi e'tirof etilgan.

D.R.Rahmonova tadqiqotining ijobiy tomonlari shundaki, u bu davr xususiyatlarini turli muhitda tarbiyalanayotgan o'smirlar misolida o'rganadi. Ya'ni ularning natijalarini o'zaro solishtirish orqali xulosa chiqaradi. O'smirlarda stress holatidan keyingi psixologik xususiyatlarni tadqiq etgan G.V.Xrulnova jarohatdan keyingi stress holati belgilari, jarohatdan so'nggi stress holatining tarqalganligi, psixologik jarohatni boshidan o'tkazgan o'smirlardagi boshqa psixik buzilish va shaxsiy og'ishishning ifodalanishiga e'tiborini qaratib, jinsiy belgilar bo'yicha stressli holat dinamikasining psixologik xususiyatlarini yoritib beradi. G.V.Xrulnovaning fikricha, o'smirlarning stressli vaziyatlardan chiqish malakalarining mavjud emasligi somatik, emotsional, xulq-atvor, kognitiv, shaxsiy bosqichda ma'lum darajada stressdan keyingi buzilishlarni vujudga keltiradi. U o'smirlarda stress reaksiyalarini vujudga kelishiga oiladagi, tengdoshlari va kattalar bilan shaxslararo munosabatlar jarayonidagi muammolar, travmatik malaka sabab bo'ladi, deb hisoblaydi.

O'smirlik davri xususiyatlari va emotsional o'zgarishlarni tadqiq etish B.M.Umarovning ilmiy tadqiqot ishlarida ko'rishimiz mumkin. U bolalar hamda o'smirlar suitsidining yosh va ijtimoiy-psixologik xususiyatlarini yoritib bergan bolib, olimning fikricha, o'qituvchi, o'quvchi hamda oila a'zolari o'rtasidagi shaxslararo nizolar, «sevgi-muhabbatga bog'liq bo'lgan nizolar», «qo'rquv», «his-hayajon», «g'am-g'ussa» va yosh davri «inqirozlari» bolalar, O'smirlar suitsidining asosiy sabablari bo'lib hisoblanadi. Muallif qo'rquv holatiga suitsidni yuzaga keltiruvchi omil sifatida qaraydi. O'smirlardagi o'zini-o'zi psixologik muhofaza qilish haqidagi tasavvurlarning shakllanishi eng avvalo ulardagi maktab hayotiga, o'zini o'zi baholashga, shaxslararo umumiy muloqotga bogliq bezovtalik me'yorlariga, shuningdek, o'smirlar faolligini ta'minlovchi xotirjamlik, g'ayrat-shijoatlilik, hissiy ko'tarinkilik, o'z-o'ziga ishonchlilik sifatlariga mutanosiblilik yoki nomutanosiblik ko'rsatkichlarining namoyon etilishi bilan bog'liqligini ko'rsatadi. O'smirlardagi o'zini o'zi adekvat hissiy baholash va ijtimoiy vaziyatga bog'liq me'yoriy bezovtalik motivatsiyasi ko'rsatkichlariga psixologik muhofaza mezonlari sifatida qaraladi.

G.K.Tulyaganova «Tarbiyasi qiyin» o'smirlarning motivatsion ehtiyoj doirasidagi qiziqishlarining psixologik xususiyatlarini tadqiq etar ekan, uning



ta'kidlashicha, tarbiyasi «qiyin» o'smirlar qiziqish sistemasi ko'p jihatdan ularni qurshagan «muhit» yetakchi ehtiyojiga, yosh xususiyatiga, muomala doirasiga bog'liqdir, mo'tadil o'smirlar tarbiyasi «qiyin»lardan farqli o'laroq o'z qiziqishlarini boshqarish imkoniyatiga egadirlar. Yosh xususiyatiga ko'ra qiziqishning o'zgaruvchanligi kichik maktab yoshidan boshlanadi, ularda qiziqishning zaif ifodalanganligi oldingi taraqqiyot bosqichi hosilasidir. G..Tulyaganovning fikricha, 6-sinf dan boshlab tarbiyasi «og'ir» o'smirlarda o'quv jarayoniga nisbatan qiziqish va motivatsiya susayadi, ammo ayrim tarbiyasi og'ir o'smirlar o'quv motivatsiyasi yuksakligi bilan ajralib turadilar. Deviant xulq-atvorli o'smirlarda o'z-o'ziga baho berishning o'ziga xos xususiyatlari masalalari N.G.Kamilova ishlarida yoritilgan bo'lib, ijtimoiy maqbul xulq-atvorni ta'minlashda yordam beradigan o'z-o'ziga baho berishning asosiy xususiyati o'ziga bo'lgan emotsional-qadriyatli munosabatni belgilovchi, kongruentlik va o'z-o'zini anglash bilan xarakterlanuvchi konstruktivlik ekani ta'kidlanadi. Deviant xulq-atvorli o'smirlarda esa destruktiv o'z-o'ziga baho berish xos bolib, bu holat ularning shaxslararo munosabatlar jarayonida o'z o'rnini topishiga to'sqinlik qiladi, turli nizolarni vujudga keltiradi va shaxsdagi xulqiy buzilishlarga sabab boladi.

Z.Nishanovanning shogirdi Sh.T.Alimbayeva tadqiqotlarida O'smirlik davrida xavotirlanishning ijodiy tafakkurga ta'siri o'rganilgan. Xavotirlanish namoyon bo'lishining psixologik xususiyatlaridan biri ushbu hissiy holatning ijodiy tafakkur namoyon bo'lishi va uning taqdimotiga ta'sirida ifodalanadi. Ammo xavotirlanishning ijodiy tafakkur namoyon bo'lishiga ta'siri bilvosita amalga oshsa, ijodiy tafakkur mahsullarini taqdim etish jarayoniga ta'siri bevositalik xarakterini kasb etadi. Xavotirlanishning ijodiy tafakkurga ta'sirida o'quv motivatsiyasining bilvositalovchi roli mavjud. Ichki o'quv motivatsiyasi ustun bo'lganda xavotirlanish ijodiy tafakkurning namoyon bo'lishiga ta'sir ko'rsatmasligi, tashqi motivatsiya ustun o'quvchilarda esa ushbu ta'sir ma'lum darajagacha stimulyazifasini bajarib, xavotirlanishning yuqori darajasida esa ijodiy tafakkurning susayishiga sabab bo'lishi aniqlandi. Shuningdek, o'quvchilardagi ichki o'quv motivatsiyasining yuqori bolishi shaxs bilan bogliq xavotirlanishning pasayishiga olib kelsa, tashqi o'quv motivatsiyasining ustunligi shaxs bilan bogliq xavotirlanishning ortishiga sabab boladi. Ichki motivatsiya ustun bolganda taqdimot natijalarining past bolishini, tashqi motivatsiya ustun bolganda esa aksincha, ijodiy tafakkur mahsullarini taqdim etish darajasining yuqori bolishini ko'rish mumkin.

Xulosa. Xulosa o‘rnida shuni aytish joizki, o‘smirlik davridagi xavotirlanish holatining namoyon bo‘lishining psixologik xususiyatlarini tushunish o‘smirlarning ruhiy salomatligi muammolari orqali ularni tan olish, hal qilish va qo‘llab-quvvatlash uchun muhim ahamiyatga ega. O‘smirlardagi tashvishning kognitiv, hissiy, xulq-atvori, ijtimoiy va jismoniy o‘lchamlarini tan olish orqali ota-onalar, o‘qituvchilar va ruhiy salomatlik mutaxassislari o‘smirlarga rivojlanishning ushbu notinch bosqichinichidamlilik va qo‘llab-quvvatlash bilan boshqarishga yordam berish uchun moslashtirilgan tadbirlarni taqdim etishlari mumkin. Mehr-shafqatli va tushunarli muhitni yaratib, biz o‘smirlarga o‘zlarining tashvishlarini samarali boshqarish va hayotning ushbu o‘zgaruvchan bosqichida rivojlanish imkoniyatini berishimiz mumkin.

Adabiyotlar ro‘yxati

1. Alimbayeva Sh.T. O‘smiriar o‘quv faoliyatida xavotirlanish namoyon bo‘lishining psixologik xususiyatlari. Ps.f.n.... dis. —T., 2011. -148 b. 365
2. Суннатова Р.И. Индивидуально-типологические особенности мыслительной деятельности: Дис. ... докт. психол. наук. — Т., НУУз, 2001. - 311 с. 362
3. Туляганова Г.К. Интересы «трудных» подростков как отражение их мотивационно-потребностной сферы: Автореф. дис. ... канд. психол. наук. - Т.: ТГПИ, 1993. - 22 с.
4. Камилова Н.Г. Особенности самооценки подростков с девиантным поведением: Автореф. дис. ... канд. психол. наук.— Т.: НУУз, 200.— 22 с. 360
5. G‘oziyev E. Umumiy psixologiya. -T.: O‘zbekiston faylasuflari milliy jamiyati. 2010. - 548 b.
6. G.K.Tulyaganova, Umarov B.M. Bolalar va O‘smirlar suitsidining yosh va ijtimoiy psixologik xususiyatlari: Psixol. fan. nomz. ... dis. — Т.: TDPU, 1993. — 154 b.
7. Muxtorov E.M. O'smirlar guruhida o‘zini o‘zi psixologik muhofaza qilishning o‘ziga xos xususiyatlari: Psixol. fan. nomz. ... dis. avtoref. —Т.: TDPU, 2009. - 24 b. 359
8. Kadirova A.T. O‘smirlarda oilaviy nizolar to‘g‘risida ijtimoiy tasavvurlarning shakllanishi: Psixol. fan. nomz. ... dis. —Т.: O‘zMU, 2007. — 146 b.
9. Abdusattorova O.A. Oila muhitida o‘smirlarda shakllanadigan jinsiy identifikatsiyaning gender xususiyatlari: Psixol. fan. nomz. ... dis. — Т.: O‘zMU, 2007. - 155 b. 361



10. Поливанова К.Н. Психологический анализ кризисов возрастного развития.// Вопросы психологии. 1994.№1. С.61-69.

11. Рахманова Д.Р. Особенности детерминации страха у подростков с различной ситуацией развития (на примере мальчиков): Дис. ... канд. психол. наук. — Т.: НУУз , 2006. — 152 с. 357