

O‘SMIRLIK YOSHI DAVRIDAGI PSIXOFIZIOLOGIK O‘ZGARISHLARNING AHAMIYATI

Egamnazarova Nasiba Komiljon qizi
O‘zMU Jizzax filiali, talaba

Annotatsiya: Maqolada o‘smirlik yoshi davridagi psixofiziologik o‘zgarishlarning ahamiyati yoritilib, unda o‘smirlik davrida bola o‘z hayotini, xavfsizligini ta‘minlash borasida nisbatan mustaqillikka erishishi, o‘zini-o‘zi himoya qila olishi, lozim bo‘lsa o‘zi o‘z imkoniyatlari darajasida mehnat qilib, yetarli darajada daromad qilishi, o‘z ehtiyojlarini mustaqil ravishda o‘zi qondira olishi mumkin bo‘ladi.

Kalit so‘zlari: o‘g‘il-qizlar, kayfiyat, tushkunlik holati, yoqtirish yoki yoqtirmaslik, sevgi, qiziqishlar, mashqlar, manfaatlar, o‘rtoqlik va do‘stlik.

O‘smirlik davrining xarakterli xususiyatlaridan yana biri — bu davrda o‘smirlarda kuzatiladigan o‘smirlik avtonomiyasi holatidir. O‘smirlik avtonomiyasining huquqiy avtonomiya, emotsional avtonomiya, makoniy avtonomiya kabi turlari farqlanadi.

Ma‘lumki, bola dunyoga kelgan kundan boshlab kimningdir qaramog‘iga muhtoj bo‘ladi. Ota-onasi va boshqa yaqinlari uni oziqlantiradi, kiyintiradi, tarbiyalaydi va bolani muntazam nazorat ostida tutadi. Ular bolani har tomonlama qo‘llab-quvvatlab turadilar va bola bunday qo‘llab-quvvatlash, daldalarga muhtojlik his etib turadi.

O‘smirlik davrida esa bola o‘z hayotini, xavfsizligini ta‘minlash borasida nisbatan mustaqillikka erishadi. Endi u o‘zini-o‘zi himoya qila olishi, lozim bo‘lsa o‘zi o‘z imkoniyatlari darajasida mehnat qilib, yetarli darajada daromad qilishi, o‘z ehtiyojlarini mustaqil ravishda o‘zi qondira olishi mumkin bo‘ladi.

Ba‘zida o‘g‘il-qizlarning kayfiyati ko‘tariladi, ba‘zida esa tushkunlik holatida o‘zini sezishi ham mumkin. Yonidagi o‘rtoqlari va tengdoshlariga nisbatan do‘stlik, yoqtirish yoki yoqtirmaslik kabi xislatlarni ham boshidan kechirishi yoki bo‘lmasa tengdosh o‘g‘il yoki qizlarga nisbatan sevgiga o‘xshash hislarni o‘zidan o‘tkazishi ham mumkin. Shuning uchun unda tengdoshlari bilan bo‘lgan munosabatda murakkabroq va mazmunliroq jihatlar ham kuzatila boradi. Bir xil qiziqishlar, mashqlar, manfaatlar birligi asosida o‘rtoqlik va do‘stlik munosabatlari vujudga keladi.

Do‘stlar bilan suhbatlashuv gohida shunchalik yoqimli va muhim bo‘ladiki, qarindoshlar bilan bunchalik zavqli bo‘lmasligi mumkin. Chunki bu davrda yaqin, tushunadigan kishi bilan dardlashish, sirlashish ehtiyoji yuqori bo‘ladi. Shuning uchun bu davrda har bir o‘smirning orzusi chin do‘st topish va unga ham do‘st bo‘lishdir. Unda bu davrda do‘stlarga muhtojlik ehtiyoji yuzaga keladi, o‘z his-tuyg‘ulari va muammolarini o‘rtoqlashmoqchidek ko‘rinadi va haqiqatan ham bunga intiladi. Psixolog tili bilan aytganda, do‘st — bu «alter Ego», ya‘ni ikkinchi

«Men» boʻlib, u oʻsha paytdagi «Men» ning bir qismi sifatida idrok qilinadi. Doʻst oʻsmir uchun shunday odamki, u bilan barcha dard-u hasratlarini muhokama qiladi, qalbidagi muammolarini unga toʻkib solgisi keladi. Shuning uchun uni xush koʻrishlarini va unga maslahatlar berishlarini xohlaydi. Doʻstlik tuygʻusi psixologik jihatdan oʻz-oʻzini anglash va boshqa odamni tushunishga yordam beradi. Bu davrga xos ikkita xususiyat u ham boʻlsa, oʻz tengdoshlari bilan muloqot qilishning ehtiyoji ortishi va shu muloqotni amalga oshirish hisoblanadi. Muloqotni kutish — murakkab oʻziga xos holat boʻlib, bunda oʻsmir shartli va shartsiz ravishda qiziqarli va muhim, takrorlanmas uchrashuv va muloqotni kutadi. Shu sababdan ular otanalari, atrofidagi kattalar va umuman boshqalarga diqqat va qiziqish bilan qaraydilar. Muloqot koʻpayishi natijasida doʻstlik kelib chiqadi va bu doʻstlik oʻsmir uchun oʻzini mustaqil va katta odam sifatida hisoblay olishiga turtki boʻla oladi. Doʻstlikning asosiy sharti esa — oʻzaro bir-birini tushunish hisoblanadi. Doʻstlar gohida gap-soʻzsiz ham yuz ifodasi, yurish-turishga qarab ham tushuna oladilar. Oʻsmirlik davridagi oʻgil-qizlarda bu his muhim boʻlganligi uchun oʻqituvchi ularda kim bilandir doʻst boʻla olishlari uchun oʻzlarida qaysi sifatlarni mujassam eta olishi kerakligini uqtirishi kerak. Bu xislatlar esa ushbulardir:

- hurmat, uni oʻz xatti-harakatlari va fikrlashi bilan koʻrsatish mumkin. Doimo oldida boʻlish, eʼtibor bilan tinglash, kerak boʻlsa yordam bera olish, kechira olish;

- rostgoʻy boʻlish, oʻzini boshqalardan ustun, yuqori qoʻymaslik, ikkiyuzlamachilik qilmaslik;

- dilkashlik, boshqa odam fikriga quloq tutish, oʻzaro tushunishga erishish.

Bilish kerakki, doʻstlar osmondan tushmaydi. Buning uchun har bir odam oʻzi birinchi qadamni tashlashiga toʻgʻri keladi. Boʻsh vaqtni toʻgʻri tashkil qilib turli toʻgaraklar, jismoniy mashqlarni oʻrgatadigan maskanlarda shugʻullanilsa ham doʻst orttirish imkoniyati paydo boʻladi. Qiz bola bilan oʻgil bolaning orasida doʻstlik hislari va munosabatlari boʻladi, buni inkor etib boʻlmaydi. Bu doʻstlik tufayli ular bir-birlariga ijobiy taʼsir etadilar, ular bir-birlarini tarbiyalaydilar. Qizlar bilan oʻgil bolalar doʻstlik munosabatida boʻlmasalar, oʻgil bolalar johil, qoʻpol, shavqatsiz boʻlib qolishlari mumkin. Qizlar esa shalpaygan, beqaror boʻlishlari mumkin.

Doʻstlik munosabatlarining ahamiyatini ifoda etuvchi mil liy merosimizdan biri — xalq maqollarida ham doʻstlikning odam uchun kerakligi bayon etilgan:

— Doʻstsiz boshim, tuzsiz oshim;

— Doʻst bilan obod uying gar boʻlsa u vayrona ham, doʻst qadam qoʻymas ekan, vayronadir koshona ham.

Doʻstlikni ifodalovchi qanday maqollarni yana keltirish mumkin? Shuningdek, oʻquvchilarda doʻstlik mavzusiga qiziqishni orttirish uchun darsda kim koʻproq maqol yoki hikmatlar keltirish musobaqasini tashkil etish mumkin.

Tanadagi boʻlayotgan oʻzgarishlar va jinsiy rivojlanish mobaynida yigit va qizlarning oʻzaro qiziqishi kuchayadi va bu kuchayish yoqtirish, sevgi tarzida ham namoyon boʻladi. Agar doʻstlik oʻzaro bir-birini tushunishga asoslangan oʻzaro

munosabatlar ko‘rinishi bo‘lsa, sevgi esa qalblar yaqinligiga asoslangan va his-tuyg‘ularining namoyon bo‘lishining muhim alomatidir. Sevgi bu nafaqat hissiyot, balki boshqalarni seva olish qobiliyati va sevimli bo‘la olishdir. Shu sababdan o‘smirlar uchun bu hissiyotning borligi juda katta ahamiyatga egadir. O‘smirlar bir-biriga mehr qo‘yishganda asosan tanlagan odamlarining tashqi ko‘rinishlari, aqliy imkoniyatlari va obro‘lariga e‘tibor beradilar. Lekin keyinchalik yosh ulg‘ayib borgan sari odamlar sevgi obyektini tanlashda uning tashqi qiyofasi, aqli yoki qandaydir afzalliklariga emas, balki uning insoniy fazilatlariga ko‘proq e‘tibor berishlari kuzatiladi.

Aytish mumkinki, sevgi hissini dastlabki bosqichi — o‘zaro yoqtirib qolish, yoki simpatiya bo‘lib, bunda tanlagan odamning tashqi qiyofa belgilariga ko‘proq ahamiyat beriladi. Masalan, chiroyli kiyingan va orasta bo‘lib ko‘ringan qiz bola davrada ko‘pchilikning nigohini o‘ziga tortadi va natijada davradagilarning ko‘pchiligi uni yoqtirib qolishlari mumkin, lekin shu yoqtiruvchilar orasida qaysi biri shu qizga ham ma‘lum darajada yoqsagina, ular o‘rtasida o‘zaro yoqtirish yuzaga kelishi mumkin bo‘ladi. Shu tarzda o‘g‘il-qizlar orasida o‘zaro yoqtirishdan keyin boshqa bosqich — sevgiga aylanishi mumkin. Demak, o‘smirlik davridagi o‘g‘il-qizlar ko‘pincha davralarda bo‘lishni, birovlariga yoqish uchun tashqi ko‘rinishlariga alohida e‘tibor beradilar. Shuning uchun yoqimtoy bo‘lsa-yu, lekin biror odamning e‘tiboriga sazovor bo‘lmasa, o‘smir o‘g‘il-qizlarda xafalik hissi yuzaga kelishi mumkin. O‘smirlarda sevgi munosabatlarining kechishida faqat qarama-qarshi jins vakili emas, balki aynan shu davrda ota-onaning qadrlanishi va ularga nisbatan sevgi-muhabbat, yaqin aka-uka yoki opa-singilga nisbatan muhabbat, qiziqqan predmeti yoki narsasiga nisbatan ham muhabbat ko‘rinishlari yuzaga kelishi va namoyon bo‘lishi mumkin. O‘smirlar o‘zlarining qiziqqan obyektlarini nuqsonsiz, ideal tarzda tasvirlaydilar o‘z tuyg‘ularini o‘zlari ham hali anglab yetmaydilar, ular his tuyg‘ularini qanday qilib izhor etish va o‘zlarini qanday tutishni ham bilmaydilar, ularning bu hissiyotlari ko‘proq mavhum o‘ylarga olib keladi. Natijada kim to‘g‘risida ko‘proq o‘ylash ehtiyojga aylanadi.

Agar o‘smir kimgadir nisbatan o‘z his-tuyg‘ularida do‘stlikka qaraganda boshqacha ekanligini payqasa, kuchayib borayotganini sezsa, demak, bu o‘smirda do‘stlikdan boshqacha hissiyotni kechayotgani ayon bo‘ladi. Sevish va sevilish ajoyib tuyg‘u bo‘lib, bunda o‘ziga xos hayajonli daqiqalarda bezovtalanish, tanlagan kishisi bilan birga ko‘proq vaqt o‘tkazish haqida o‘ylash ko‘payadi va bu holat asosiy maqsadga aylanib qoladi. Aytish kerakki bu tuyg‘u o‘zaro hurmat, xushmuomalalik va ishonchga asoslanadi. Xayoliy muhabbat og‘ushida inson ko‘pincha boshqalarning kamchiligini payqamaydi chunki xayolot va tasavvur ko‘proq ifodalanadi.

АДАБИЁТЛАР РЎЙХАТИ

1. Ғозиев Э. Психология. – Т.: Ўқитувчи, 1994. –Б. 136.
2. Шоумаров Ғ.Б. Оила психологияси. – Т.: Шарқ, 2008. – Б. 63.

3. Umida IBAIDULLAYEVA, Rustam ABDURASULOV The influence of the level of conflict of adolescents on their psychological level/
4. R Abdurasulov, U Ibaydullayeva METHODS OF OVERCOMING INTERNAL CONFLICTS BETWEEN TEENAGERS/Архив Научных Публикаций JSPI, 2020
5. Ibaydullayeva, U., & Mamatqulova, Y. (2022). Ota-ona va farzandlar ortasidagi inqirozli vaziyatlarda psixologik yordam korsatishning oziga xos xususiyatlari. Zamonaviy Innovatsion Tadqiqotlarning Dolzarb Muammolari Va Rivojlanish Tendensiyalari: Yechimlar Va Istiqbollar, 1(1), 471–473. Retrieved from
6. Qarshiboyeva, G.A., Ibaydullayeva, U., Oila psixologiyasi// O'quv qo'llanma/ 2022, b.256
7. Ibaydullaev T. G. PHILOSOPHICAL AND CULTURAL FOUNDATIONS OF THE CLASSIFICATION AND GENESIS OF CLOTHES //Theoretical & Applied Science. – 2020. – №. 4. – С. 754-757.
8. Ibaydullayev T. G. ETHNIC CLOTHS AS A MAIN FACTOR OF NATIONAL CULTURAL DEVELOPMENT //EurasiaScience. – 2019. – С. 119-120.
9. Ибайдуллаев Т. ГАРМОНИЯ УЗБЕКСКОЙ НАЦИОНАЛЬНОЙ ШВЕЙНОЙ КУЛЬТУРЫ И СОВРЕМЕННОСТИ // Научно-просветительский журнал "Наставник". – 2021. – No 1. – С. 92-95.
10. Ibaydullaev T. A study of national clothes and games as an individual part of cultural heritage //ACADEMICIA: An International Multidisciplinary Research Journal. – 2022. – Т. 12. – №. 6. – С. 13-15.
11. Ибайдуллаев Т. КЛАССИФИКАЦИЯ УЗБЕКСКОГО ТРАДИЦИОННОГО КОСТЮМА (В РАЗРЕЗЕ АНАЛИЗА ЖЕНСКИХ КОСТЮМОВ) //InterConf. – 2021.
12. Karshiboeva, G. Характеристики мотивационных потребностей подростков с суицидальным поведением. EurasianUnionScientists, 1(10 (79), 48-49.
13. Karshibayeva, G. Diagnostics and Preventive Measures against the Suicidal Behavior of Teenagers. YOUNG SCIENTIST USA.
14. Каршибаева, Г. А., Б. У. Расулов, Д. Р. Расулова, О. Э. Эшмуратов. Психологическая диагностика личностных и эмоциональных аспектов суицидального поведения подростка : непосредственный // Образование и воспитание. — 2018. — № 2 (17).
15. Abdurasulov R.A., Karshiboeva G.A, Turakulov L.T. (2021). The importance of motivation to avoid failure in achieving the success of young football players. PSYCHOLOGY AND EDUCATION.
16. Степанов Е.И. Современная конфликтология: Общие подходы к моделированию, мониторингу и менеджменту социальных конфликтов: Учебное пособие. — М.: Издательство ЛКИ, 2008.