

O‘SMIRLIK DAVRIDA PSIXOLOGIK VA FIZIOLOGIK O‘ZGARISHLAR VA ULARNING XUSUSIYATLARI

*Toshkent ijtimoiy innovatsiya universiteti
Boshlang‘ich ta‘lim yo‘nalishi 1-kurs talabasi
O‘rina Nargiza Nuriddin qizi*

Annotatsiya: Ushbu maqolada o‘smirlik davri, o‘smirlik psixologiyasining xususiyatlari, o‘smirlik davrining ijtimoiy-psixologik jarayonlari yoritilgan. O‘smirlarning hayot tarzi va jismoniy jihatdan rivojlanishi bayon etilgan.

Kalit so‘zlar: shaxs rivojlanishi, o‘smirlik, psixologik xususiyatlar, o‘smir shaxsi, fiziologik o‘zgarishlar, ijtimoiy omillar, ta‘lim, taqlid, mustaqil fikrlash.

Аннотация: В данной статье описывается период подросткового возраста, особенности подростковой психологии, социально-психологические процессы подросткового возраста. Описан образ жизни и физическое развитие подростков.

Ключевое слово: Развитие личности, подростковый возраст, психологические особенности, личность подростка, физиологические изменения, социальные факторы, воспитание, критика, самостоятельное мышление.

Annotation: This article describes the period of adolescence, features of adolescent psychology, socio-psychological processes of adolescence. Lifestyle and physical development of teenagers are described.

Keyword: Personality development, adolescence, psychological characteristics, adolescent personality, physiological changes, social factors, education, criticism, independent thinking.

Hayot davomida inson rivojlanishning bir necha bosqichlaridan o‘tadi. Har bir shaxs ma‘lum ijtimoiy muhitda jamiyat a‘zosi, yaxlit shaxs sifatida kamol topsa, uning rivojlanishi va o‘sishi bir xil bo‘lmaydi. Bu rivojlanish natijasida uning psixikasi, ruhiy holatlari, ongi rivojlanadi. O‘smirlik - insoniyat yoshlari rivojlanishining eng qiyin va ayni paytda muhim bosqichidir. Erta o‘smirlik davri 11-13 yoshni, kattaroq o‘smirlik davri esa 14-15 yoshni o‘z ichiga oladi. Bu davrning eng muhim xususiyati shundaki, u yoshlikdan kamolotga, bolalikdan kattalikka o‘tishni belgilaydi. O‘smirlik - bu ota-onalar uchun ham, bolalar uchun ham qiyin davr. Bu yoshda bolalar o‘z fikrini eng to‘g‘ri deb hisoblashadi. Ota-onalar o‘zlari bola deb o‘ylagan farzandi endi o‘zini ifoda etayotganini qabul qilish qiyin bo‘ladi fikr va qarashlar. Aksariyat o‘quvchilarda o‘smirlik yoshiga o‘tish, asosan, 5-sinf dan 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 bo‘lib, fiziologik va psixologik jismoniy jihatdan o‘ziga xos xususiyatlari bilan xarakterlanadi. Ota-onalar o‘z farzandlariga endi kerak emasligini his qilishlari mumkin. Bolalar o‘zlarini axloqiy jihatdan o‘sgan deb his qilsalar ham, ular moddiy va jismonan ota-onalariga qaram bo‘lib qoladilar. Bu yerda barcha tushunmovchiliklar kelib chiqadi [1].

O‘smirlik davrida shaxsiyat rivojlanishida keskin o‘zgarishlar boshlanadi. Bu o‘zgarishlar fiziologik va psixologik o‘zgarishlardir. Fiziologik o‘zgarishlar balog‘at yoshining boshlanishi va shu bilan bog‘liq holda organizmning barcha a‘zolarining mukammal rivojlanishi va o‘sishi, organizm hujayralari va tuzilmalarining isloh qilinishidir. O‘smirlik jadalligi va tananing notekis

rivojlanishi bilan tavsiflanadi. Bu davrda tananing intensiv rivojlanishi va suyaklarning qattiqlashishi sodir bo'ladi. Bundan tashqari, yurak va qon tomirlarining faoliyatida nomutanosiblik mavjud bo'lib, bu bolaning xatti-harakatining o'zgarishiga olib keladi va bazida noqulaylik tug'diradi. Bu, albatta, asab tizimiga ta'sir qiladi va bola osongina infeksiyalanadi. O'smirlar atrofdagi jamiyat, do'stlar, o'tish davri va boshqalarning ta'siri tufayli ziddiyatlarga duch kelishadi.

O'smir uchun, agar uning fikri ota-onasi tomonidan rad etilsa, bola bu fikrda qat'iyroq bo'ladi. Bunday vaziyatda ota-onalar uning fikrini hurmat qilishlarini his qilishlari va shuning uchun uning qarorlari natijalari haqida u bilan maslahatlashishlari kerak. Bunday holda, savol berish orqali bolani fikrlashga va to'g'ri qaror qabul qilishga undash kerak. O'smirlik davridagi faoliyatning asosiy turi ta'lim, tarbiya va ishlab chiqarish mehnati bilan bog'liq. Shu bilan birga, o'smir o'g'il-qizlarning aqliy rivojlanishida xarakterli o'zgarishlar ro'y beradi, ularning mehnatga, o'qishga ongli munosabati kuchayadi, kelajakdagi mehnatda egallagan bilim, ko'nikma va malakalarning har tomonlama barkamol bo'lishi uchun zarur shart-sharoitlardan biri ekanligini anglashi unda ishtirok etish shakllanadi. [2]. O'smirlik davrining aqliy rivojlanishining o'ziga xos xususiyati shundaki, o'smir barqaror rivojlanadi, ammo bu rivojlanish ko'p narsalarni o'z ichiga oladi. Ushbu rivojlanish ta'lim jarayonida sodir bo'lganligi sababli, to'g'ri tashkil etilgan o'quv faoliyati bola psixikasining muvozanatiga ta'sir qiladi va uni turli fikrlardan chalg'itishi uchun asos yaratadi. Ayniqsa bu davrda diqqat, xotira va fikrlash jarayonlari rivojlanadi. O'smirlar o'zlarini kattalar kabi tutishga harakat qilishadi. Ular o'zlarining qobiliyatlari, qobiliyatlarini va qobiliyatlarini ma'lum darajada do'stlari va boshqa odamlarga namoyish etishga moyildirlar. Bu holatni oddiy kuzatish orqali osongina ko'rish mumkin. O'smirlik davriga xos bo'lgan psixologik xususiyatlarni o'rganish orqali o'smir shaxsining shakllanishi, rivojlanishi va kamolotini va unga ta'sir qiluvchi biologik va ijtimoiy omillarning bevosita ta'sirini tushunish mumkin. Bu davrda o'smir baxtli bolalik bilan xayrlashgan, ammo balog'at yoshida hali o'z o'rnini topa olmagan holatda. Agar bu davrda yaramas o'smirni o'z tengdoshlari biror sababga ko'ra rad etsa, u buni o'ta dahshatli hodisa sifatida ko'radi, uning qiziqishlari so'na boshlaydi va hatto yo'qolib qolishi ham mumkin [3]. O'smirlik davrida o'jarlik, o'z kamchiliklarini inkor etish, urushqoqlik kabi xususiyatlar namoyon bo'ladi. Kattalarga nisbatan tajovuzkor munosabatning paydo bo'lishi, negativizm, ongsiz xulq-atvor belgilari to'g'ridan-to'g'ri balog'atga etish natijasida paydo bo'ladigan belgilar emas, balki bilvosita o'smir yashayotgan ijtimoiy sharoitlar ta'siri ostida: tengdoshlari hisobiga, uning o'z mavqei. turli jamoalar, kattalar bilan munosabatlar, maktab va oila munosabatlar orqali yuzaga keladigan xarakter xususiyatlari. Ushbu ijtimoiy sharoitlarni o'zgartirish orqali o'smirlarning xatti-harakatlariga bevosita ta'sir ko'rsatish mumkin. O'smirlik yoshida qizlar va ug'il bolalarning jismoniy qiyofasida muhim o'zgarishlar ro'y beradi. Bu davrning boshlanishida qizlar o'g'il bolarga nisbatan tezroq rivojlanadilar. Bu narsa qiz bolalarning ertaroq jinsiy balog'atga yetishishiga bog'liqdir. VII-VIII sinflarda o'g'il bolalar tez o'sib, qiz bolalar bilan tenglashib oladilar. 9-10 sinfga o'tganlarida bu bosqich o'g'il bolalarda yuqorilab ketadi. Qizlar 14 yoshda, o'g'il bolalar 15 yoshda balog'atga yetadilar. O'smirlik davrida o'g'il bolalarning bo'yi 25-30 sm, qiz balalarniki 18-20 sm o'sadi. O'smirlik yoshining 2-davrda yuz suyaklari, ayniqsa uning o'rta qismi (burun, yuqori jag', yonoq) juda tez shakillana boshlaydi.

O'smirlik va o'smirlik davri kasb tanlash, shuningdek, yoshlarning o'z-o'zini anglash, o'z qadr-qimmatini anglash, atrofdagilar bilan munosabatlarida tajriba orttirish davri hisoblanadi. Aynan o'smirlik davri bola qalbida kimgadir ishonish, unga yaqin odamni bilish, uning ruhiyatida sodir bo'layotgan barcha o'zgarishlardan xabardor qilish istagi va ehtiyojini uyg'otadi. Bu davrda ilk bor tushunchalar paydo bo'ldi "do'stlik", "sevgi", "sevgi". Shuning uchun ham odamlar kamolot va qarilik davrida yoshlik va o'smirlik yillarini eng beg'ubor, jozibali, eng yoqimli davr

sifatida eslashadi. O'smir o'zida sodir bo'layotgan o'zgarishlar, o'zini tashvishga solayotgan muammolar haqida kattalar bilan bo'lishishga juda ehtiyoj sezadi, lekin u hech qachon birinchi bo'lib buni qilmaydi. O'smir kichik bolalarga o'xshab muomala qilinishiga, ijtimoiy munosabatlarga qat'iy qarshilik qiladi va har qanday tanqid va tavsiyalarni to'g'ri qabul qilmaydi. Bu vaqtda bola mustaqil fikrlay boshlaydi, hamma narsani o'zi bajarishi mumkinligini his qiladi va u shaxsiy yoki oilaviy vazifalar bo'ladimi, u bu ishlarni o'zi qilishni xohlaydi va buni ta'kidlashni xohlaydi, kattalarga o'zining qo'lidan kelganini ko'rsatadi. bu. . Ammo u o'zini har doim ham jismonan va ruhiy jihatdan buyuk his qilmasa ham, uning jismoniy holati va aqli ba'zi muammolarni hal qilish uchun yetarli emas. Chunki u hali jamiyatning konkret a'zosi bo'la olmadi[4]. Har bir ota-ona o'z farzandini turli muammolardan himoya qilishni xohlaydi. Maktabda o'smirning mavqei yanada keskin o'zgaradi. Uni endi bir necha o'qituvchi o'qitadi. O'smir oldida har bir o'qituvchining o'ziga xos metod va usullariga moslashish, ularning talablarini anglab, bilib olish kabi murakkab vazifa turadi. Endi o'smir ko'pgina yangi o'quv fanlarini o'rganib olishi kerak bo'ladi. O'smirning bolalar jamoasiga bo'lgan munosabati ham murakkablashadi. O'smiringa o'zining o'qishi, mehnati va xatti-harakatlariga mas'uliyat bilan qarash jamoat topshiriqlarini aniq bajarish, bilim va ko'nikmalarni egallashda reja bo'yicha sistemali ravishda ko'tarila borish kabi avvalgidan ko'ra jiddiyroq talab quyiladi. O'smirning oiladagi Ammo o'smirlik davrida bola maktab, maktab va baholar haqida qaror qabul qilishni va bu qarorlarning oqibatlarini bartaraf etishni o'rganadi. Agar ularga bu yerda erkinlik berilmasa, ular doimo, hatto katta hayotda ham kimdir tomonidan nazorat qilinishiga to'g'ri keladi. Shunday ekan, o'smirlarga kelajak haqida o'ylash, to'g'ri qaror qabul qilish, ularga imkoniyat va tushuncha berish zarur. "Kelajakda nima qilishni xohlaysiz?" Siz kim bo'lishni xohlaysiz?" Bunday savollar bolani o'ylantiradi. U darhol javob bermasligi mumkin, lekin bir muncha vaqt o'tgach, u bu haqda o'ylaydi. O'smirlik davri qarama-qarshiliklarga boy davrdir. Uni ba'zi olimlar « krizislar » « tanazzullar » davri ham deb ataydilar. Sababi o'smir ruhiyatida shunday inqiroziy holatlar ro'y beradiki, u bu inqirozni bir tomondan o'zi hal qilgisi keladi, ikkinchi tomondan, o'zi hal qilishga imkoniyati, kuchi va aqli yetmaydi.

Xulosa qilib shuni aytishimiz mumkinki, o'smirlik davrida ota-onalar bolaning tarbiyasiga alohida e'tibor berishi kerak. Chunki bu davrda bola o'ziga xar xil yomon odatlarni qabul qilishi, tengdoshlari ta'sirida tavakkal qilishga va noto'g'ri qarorlar qabul qilishga har qachongidan xam moyil bo'lishadi. O'smir qancha o'jar, qaysar va asabiy bo'lmasin u vaqti-vaqti bilan ota-onasi mehriqiga muxtoj.

Foydalanilgan adabiyotlar:

1. Abramova G.S. Rivojlanish psixologiyasi: Universitet talabarlari uchun darslik - M., 2000;
2. M.G. Davletshin va boshqalar "Yosh davrlar va tarbiya psixologiyasi" T.TDPU. 2009;
3. 3. Dolgaya N.A. Kadetlar korpusi sharoitida o'smirlarning ijtimoiy-pedagogik moslashuvi // Dog'iston davlat pedagogika universiteti yangiliklari. Psixologiya va pedagogika fanlari. - Maxachqal'a, 2011 yil - 4-son;
4. 4. Gaziev E. Psixologiya (O'smirlar psixologiyasi). Toshkent, "O'qituvchi", 1994. - 224 b.
5. G'oziev E. Psixologiya. T., "O'qituvchi", 1994
6. 5. Krutetskiy V.A. Pedagogik psixologiya asoslari. T., "O'qituvchi", 1976