



O'SMIRLIK DAVRIDAGI O'ZINI O'ZI ANGLASHNING O'ZIGA XOS XUSUSIYATLARI. O'ZINI QADRLASH VA UNGA TA'SIR ETUVCHI OMILLAR

Ro'zimuhammedova Dilorom Nurmuhammad qizi

Qo'qon universiteti Andijon filiali

Masofaviy psixologiya fakulteti

1-bosqich talabasi:

Anotatsiya. Ushbu ishda o'smirlik davrida shaxsning o'zini o'zi anglash jarayoni, "Men" konsepsiyasining shakllanishi, o'zini qadrlashning psixologik ahamiyati va unga ta'sir etuvchi asosiy omillar tahlil qilinadi. O'smirlik — jadal tafakkur, hissiy beqarorlik va shaxsiy identifikatsiya jarayonlari kuchayadigan bosqich bo'lib, ushbu davrda o'zini anglash barqaror emas, balki o'zgaruvchan holatga ega bo'ladi. Tadqiqotda oilaviy munosabatlar, tengdoshlar ta'siri, ijtimoiy muhit va o'smirning ichki psixologik holati o'zini qadrlashga qanday ta'sir ko'rsatishi ilmiy asosda yoritilgan. Ish natijalari o'smirlar bilan ishlovchi psixolog, o'qituvchi va ota-onalar uchun amaliy ahamiyatga ega.

Kirish. O'smirlik davri shaxs rivojlanishidagi eng muhim bosqichlardan biridir. Bu davrda bola tanasida fiziologik o'zgarishlar sodir bo'lishi bilan birga, psixologik jarayonlar ham keskin faollashadi. O'smir o'zining kimligi, jamiyatdagi o'рни, imkoniyatlari va shaxsiy qadri haqida chuqurroq o'ylay boshlaydi. Shu bois, o'smirlik davri "o'zini o'zi anglash"ning eng faol shakllanuvchi davri sifatida e'tirof etiladi. O'zini qadrlash — shaxsning o'ziga bo'lgan ijobiy yoki salbiy munosabati bo'lib, u o'smirning ruhiy barqarorligi, muloqotga kirishishi, o'qishdagi muvaffaqiyatlari va kelajakda yetuk shaxs bo'lib shakllanishida muhim o'rin tutadi. O'zini qadrlashning past bo'lishi o'smirlarda qo'rquv, ishonchsizlik, ijtimoiy faollikning kamayishi kabi oqibatlarini keltirib chiqaradi. Mazkur mavzu o'smirlarning psixologik rivojlanishini chuqur anglash va ularga to'g'ri yondashuvni shakllantirish uchun dolzarbdir. Shu sababli ushbu ishda o'smirlik davrida o'zini o'zi anglashning o'ziga xos xususiyatlari, o'zini qadrlashning shakllanishi va unga ta'sir etuvchi omillar ilmiy asosda yoritiladi.

O'smirlik davri shaxsning psixologik rivojlanishida muhim burilish davri hisoblanadi. Bu bosqichda o'smirning "Men" obrazi shakllanib boradi, mustaqil fikrlash kuchayadi, shaxsiy qarashlar va hayotiy pozitsiyalar paydo bo'ladi. O'zini o'zi anglash jarayoni jismoniy o'zgarishlar, emosional tebranishlar va ijtimoiy munosabatlar bilan chambarchas bog'liq bo'ladi. O'zini qadrlash o'smirlikning eng sezgir psixologik ko'rsatkichlaridan biridir. Bu davrda o'smir o'zini ko'proq boshqalar bilan taqqoslaydi, tengdoshlar fikriga kuchli e'tibor beradi va ota-onalarning munosabatidan ta'sirlanadi. Ijobiy o'zini qadrlash o'smirga o'ziga ishonch, faol muloqot, tashabbuskorlik va psixologik barqarorlik beradi. Past o'zini qadrlash esa ko'pincha uyatchanlik, o'ziga ishonmaslik, emosional beqarorlik va ijtimoiy chekinishga olib keladi. O'smirning o'zini qadrlashiga ta'sir etuvchi omillar:

- Oilaviy munosabatlar (mehr-muhabbat, qo'llab-quvvatlash, tanqid darajasi);
- Maktab muhiti va o'qituvchilarning bahosi;
- Tengdoshlar guruhi va ijtimoiy mavqe;
- Shaxsning o'z-o'zini baholash tajribasi va ichki motivatsiya;



– Muvaffaqiyat yoki muvaffaqiyatsizlik tajribalari.

Ushbu tezis o'smirlik davrida shaxsning psixologik holatini chuqurroq tushunish va ularga samarali pedagogik-psixologik yordam ko'rsatish zarurligini ta'kidlaydi.

Xulosa. O'smirlik davri shaxs rivojlanishidagi eng muhim va mas'uliyatli bosqichlardan biridir. Bu davrda o'smir o'zining jismoniy, ruhiy va ijtimoiy o'zgarishlarini chuqur his qilib, o'z shaxsiyatini anglashga intiladi. O'zini o'zi anglash va o'zini qadrlash jarayonlari uning "Men" konsepsiyasini shakllantiruvchi asosiy omillar sanaladi. Tadqiqotdan ma'lum bo'ladiki, o'smirning o'zini qadrlashi bevosita tashqi va ichki omillarga bog'liq. Oiladagi mehr-muhabbat va qo'llab-quvvatlov, maktabdagi ijobiy pedagogik atmosfera, tengdoshlar bilan sog'lom muloqot – bularning barchasi o'smirning o'ziga bo'lgan ishonchini kuchaytiradi. Aksincha, ko'p tanqid, kamsitish, solishtirish, bosim o'tkazish kabi omillar past o'zini qadrlashni shakllantiradi. O'smirning ruhiy barqarorligi, faolligi, tashabbuskorligi va kelajakdagi muvaffaqiyati ko'p jihatdan aynan o'zini qadrlash darajasiga bog'liq. Shu sababli bu davrda o'smirlarni qo'llab-quvvatlash, ularning mustaqillikni his qilishiga va o'zini anglashiga yordam berish eng muhim vazifalardan biridir.

Adabiyotlar ro'yxati

1. Karimova V. "Yosh davrlari psixologiyasi". – Toshkent: O'qituvchi, 2018.
2. G'oziev E. "Umumiy psixologiya". – Toshkent: Fan, 2019.
3. Erikson E. "Shaxs rivojlanishi nazariyasi". – Nyu-York, 1993.
4. Jumayev N. "O'smirlar psixologiyasi va tarbiyasi". – Toshkent, 2020.
5. Rogers C. "On Becoming a Person". – Boston, 1961.
6. Berk L. "Child and Adolescent Development". – Pearson Education, 2017.