O‘SMIRLIK DAVRINING PSIXOLOGIK XUSUSIYATLARI: KOGNITIV, EMOTSIONAL VA IJTIMOIY RIVOJLANISH TAHLILI

Diyorova Zuhra Bobonazar qizi
Chirchiq Davlat Pedadagogika Universiteti Pedagogika fakulteti
Psixologiya yo’nalishi 1-kurs talabalari
zuhradiyorova0@gmail.com
Malikova Nozigul Abduxamid qizi
nazgulmalikova200807@gmail.com
Yusufova Farangiz Yoqubjon qizi
farangizyusufova6@gmail.com
Movlamberdiyeva Gulnora Ashirberdi qizi
gulnaramovlqmberdiyeva@gmail.com
Radjabova Zuxra Mirzotilloyevna
Ilmiy rahbar: Chirchiq davlat pedagogika universiteti
Pedagogika fakulteti psixologiya kafedrasi katta o‘qituvchisi
https://orcid.org/0009-0009-7263-6781
zuxra.ps@mail.ru

Annotatsiya: Ushbu ilmiy maqolada o‘smirlik davrining o‘ziga xos psixologik xususiyatlari, jumladan, shaxsning kognitiv, emotsional va ijtimoiy rivojlanishi tahlil qilinadi. Jahon psixologiyasi olimlarining (E. Erikson, J. Piaje, L. Steynberg va S. Bleykmor) nazariyalari va zamonaviy neyrobiologik tadqiqotlarga tayangan holda, o‘smirlik davridagi "o‘zlikni anglash" jarayoni va uning xatti-harakatlarga ta'siri yoritib berilgan. Bundan tashqari inson ontogenezidagi eng murakkab bosqichlardan biri-o‘smirlik davrining psixofiziologik va ijtimoiy-psixologik xususiyatlari yoritilgan. Unda o‘smirlarda kechadigan gormonal o‘zgarishlar, "kattalik hissi"ning shakllanishi, tengdoshlar bilan muloqotning yetakchi o‘rni va kognitiv jarayonlarning rivojlanishi tahlil qilinadi. Shuningdek, davrga xos bo‘lgan inqirozlarni bartaraf etish va o‘smir shaxsining shakllanishida ijtimoiy muhitning ta’siri haqida ma’lumotlar berilgan.

Kalit so‘zlar: O‘smirlik davri, psixologik rivojlanish, kognitiv jarayonlar, emotsional beqarorlik, o‘zlikni anglash, neyrobiologiya, tengdoshlar ta'siri,.

Аннотация: В данной научной статье анализируются специфические психологические особенности подросткового возраста, включая когнитивное, эмоциональное и социальное развитие личности. На основе теорий мировых психологов (Э. Эриксон, Ж. Пиаже, Л. Штейнберг и С. Блейкмор) и современных нейробиологических исследований освещается процесс «самосознания» в подростковом возрасте и его влияние на поведение.

Ключевые слова: подростковый возраст, психологическое развитие, когнитивные процессы, эмоциональная нестабильность, самосознание, нейробиология, влияние сверстников

Abstract: This scientific article analyzes the specific psychological characteristics of adolescence, including the cognitive, emotional, and social development of the individual. Based on the theories of world psychologists (E. Erikson, J. Piaget, L. Steinberg, and S. Blakemore) and modern neurobiological research, the process of "self-awareness" during adolescence and its impact on behavior are highlighted. In addition, the psychophysiological and socio-psychological characteristics of adolescence, one of the most complex stages in human ontogenesis, are highlighted. It analyzes the hormonal changes that occur in adolescents, the formation of a "sense of adulthood", the leading role of communication with peers, and the development of cognitive processes. It also provides information on overcoming crises characteristic of the period and the influence of the social environment on the formation of the adolescent personality.

Keywords: Adolescence, psychological development, cognitive processes, emotional instability, self-awareness, neurobiology, peer influence,

KIRISH

Jahon sog‘liqni saqlash tashkiloti (JSST) o‘smirlik davrini 10 yoshdan 19 yoshgacha bo‘lgan davr etib belgilaydi. Bu davr bolalikdan kattalik hayotiga o‘tish bosqichi bo‘lib, nafaqat jismoniy (pubertat), balki keskin psixologik va ijtimoiy o‘zgarishlar bilan ham tavsiflanadi. Amerikalik psixolog G. Stenli Xoll o‘zining 1904-yilda nashr etilgan klassik asarida bu davrni "bo‘ron va stress" davri deb atagan edi. Zamonaviy xorijiy psixologiya bu davrni faqatgina inqiroz emas, balki kognitiv va hissiy jihatdan katta imkoniyatlar (plastiklik) davri sifatida ham qaraydi. Inson kamoloti murakkab va serqirra jarayon bo‘lib, uning har bir bosqichi o‘ziga xos ahamiyatga ega. Biroq, psixologiya fanida hech bir davr o‘smirlik davrichalik ziddiyatli, jo‘shqin va "bo‘ronli" deb tavsiflanmagan. Odatda 11-12 yoshdan 15-16 yoshgacha davom etadigan bu bosqich, shunchaki bolalik bilan yoshlik o‘rtasidagi "ko‘prik" emas, balki shaxsning qayta tug‘ilishi va o‘zligini anglash maydonidir.Mashhur psixolog L.S. Vigotskiy o‘smirlikni "psixik rivojlanishning inqirozli nuqtasi" deb atagan bo‘lsa, ko‘plab tadqiqotchilar uni "ijtimoiy tug‘ilish" davri sifatida e’tirof etadilar. Bu davrda bola vujudida kechadigan shiddatli fiziologik o‘zgarishlar uning ruhiy dunyosiga ham ko‘chadi. Kechagina ota-onasining har bir so‘ziga itoat etgan bola, bugun o‘z mustaqilligi, shaxsiy chegaralari va dunyoqarashi uchun kurashuvchi isyonkorga aylanadi.

METODOLOGIYA

O‘smirlik psixologiyasini tushunishda G‘arb olimlari tomonidan ishlab chiqilgan fundamental nazariyalar muhim ilmiy asos bo‘lib xizmat qiladi. Jumladan, Erik Erikson tomonidan ilgari surilgan psixososial rivojlanish nazariyasiga ko‘ra, o‘smirlik davri “o‘zlikni anglash (identifikatsiya) – rolni tushunmaslikka qarshi” inqiroz bosqichi sifatida tavsiflanadi. Bu bosqichda o‘smir “Men kimman?” va “Mening jamiyatdagi o‘rnim qayerda?” kabi muhim ekzistensial savollarga javob izlaydi. Ushbu jarayon muvaffaqiyatli yakunlansa, shaxsda barqaror identiklik shakllanadi. Shuningdek, Jean Piaget ning kognitiv rivojlanish nazariyasiga ko‘ra, o‘smirlik davrida individ formal operatsiyalar bosqichiga o‘tadi, ya’ni u nafaqat konkret hodisalar, balki abstrakt g‘oyalar, ehtimollar va farazlar ustida ham mustaqil va tanqidiy fikrlay boshlaydi.

Chet el ilmiy tadqiqotlari o‘smirlik davrini asosan uchta yo‘nalishda – kognitiv va neyrobiologik, emotsional hamda ijtimoiy rivojlanish jihatlari orqali izohlaydi. Kognitiv va neyrobiologik o‘zgarishlar doirasida so‘nggi yillarda Sarah-Jayne Blakemore tomonidan olib borilgan

tadqiqotlar o‘smir miyasida muhim o‘zgarishlar yuz berishini ko‘rsatadi. Xususan, hissiyot va mukofot tizimi bilan bog‘liq amigdala erta rivojlansa-da, mantiqiy fikrlash, qaror qabul qilish va impulslarni nazorat qilish uchun javob beruvchi prefrontal korteks 25 yoshgacha to‘liq shakllanmaydi. Shu sababli o‘smirlar ko‘pincha hissiyotlarga asoslangan tavakkal qarorlar qabul qiladilar. Aynan shu davrda metakognitsiya, ya’ni o‘z fikrlash jarayonlarini anglash va tahlil qilish qobiliyati ham rivojlanadi. Emotsional rivojlanish jihatidan o‘smirlik davri beqarorlik bilan xarakterlanadi. Jinsiy yetilish jarayonida testosteron va estrogen gormonlarining keskin oshishi asab tizimining qo‘zg‘aluvchanligini kuchaytiradi, natijada kayfiyatning tez-tez o‘zgarishi, agressivlik yoki ichki yopiqlik holatlari kuzatiladi. Bundan tashqari, o‘z-o‘zini baholash ham o‘zgaruvchan bo‘lib, o‘smirlar boshqalar ularni qanday qabul qilayotganiga nihoyatda sezgir bo‘ladilar. David Elkind bu holatni “xayoliy auditoriya” fenomeni orqali tushuntiradi, ya’ni o‘smir doimo atrofdagilar uni kuzatayotgandek va baholayotgandek his qiladi.

Ijtimoiy rivojlanish nuqtai nazaridan esa o‘smirlik davrining asosiy vazifalaridan biri ota-onadan psixologik jihatdan ajralish va mustaqillikka erishishdir. Bu jarayon ko‘pincha oilaviy ziddiyatlar orqali namoyon bo‘ladi. Shu bilan birga, bu davrda tengdoshlar guruhi o‘smir hayotida yetakchi o‘rin egallaydi. Laurence Steinberg ta’kidlaganidek, o‘smir uchun do‘stlarining fikri va guruh tomonidan qabul qilinish ehtiyoji ota-onaning fikridan ham ustun kelishi mumkin. Bu esa konformizm, ya’ni guruhga moslashish xulq-atvorini shakllantirib, ijobiy yoki salbiy ijtimoiy natijalarga olib kelishi ehtimolini oshiradi.

MUHOKAMA

O‘smirlar o‘z fikrlari haqida fikr yurita boshlaydilar, ya’ni refleksiya jarayoni kuchayadi. Bu holat ularda yuqori darajadagi sezuvchanlikni va fantastik auditoriya fenomenini yuzaga keltiradi. Natijada ular doimo atrofdagilar e’tibor markazida ekanliklarini his qiladilar va o‘zlarini ijobiy jihatdan namoyon etishga intiladilar.

Lev Vigotsky o‘smirlikni biologik yetilishdan ko‘ra ijtimoiy balog‘at sifatida talqin qiladi. Uning yondashuvi muhokama uchun muhim ilmiy asoslarni beradi. Xususan, muloqot rivojlanishning asosiy vositasi hisoblanadi. O‘smirning intellektual va axloqiy darajasi u muloqot qiladigan referent guruh sifatiga bog‘liq bo‘ladi. Tengdoshlar guruhidagi normalarni o‘zlashtirish orqali o‘smir o‘z “Men” konsepsiyasini shakllantiradi. Uning atrofidagi insonlar qanday xulq-atvorga ega bo‘lsa, o‘smir ham ma’lum darajada ushbu xususiyatlarni o‘zlashtiradi.

O‘smir o‘zini kattalardek tutishga intiladi, biroq uning tajribasi va ijtimoiy maqomi bunga to‘liq imkon bermaydi. Vygotskiy bu holatni rivojlanishdagi ichki ziddiyat sifatida izohlaydi. Agar kattalar o‘smirga yaqin rivojlanish zonasi doirasida mustaqil qaror qabul qilish va mas’uliyatli faoliyat imkoniyatini bermasa, uning ichki energiyasi destruktiv yo‘nalishga, ya’ni agressiya va qarshilikka aylanishi mumkin.O‘smirlik davrida xotira, diqqat va iroda jarayonlari sifat jihatdan o‘zgaradi va mantiqiy asosga o‘tadi. Endilikda bola ma’lumotni shunchaki yodlab qolmaydi, balki uni anglab, mazmunli ravishda o‘zlashtiradi. Bu jarayonda til va nutq muhim vositachi rolini bajaradi.O‘smirlik inqirozi shunchaki salbiy xarakter emas, balki kognitiv imkoniyatlar va ijtimoiy munosabatlar o‘rtasidagi nomuvofiqlik natijasidir. Shu sababli o‘smirni qat’iy nazorat qilish emas, balki u bilan hamkorlik qilish va unga ijtimoiy mas’uliyat yuklash muhim hisoblanadi.

Jean Piage nazariyasiga ko‘ra, o‘smirni kichik tadqiqotchi sifatida ko‘rish mumkin, Vigotskiy esa uni ijtimoiy shogird sifatida talqin qiladi. Inqirozning ijobiy yechimi o‘smirga o‘zining yangi intellektual imkoniyatlarini namoyon etish uchun xavfsiz ijtimoiy muhit yaratishdan iborat.

Piajening formal operatsiyalar bosqichi haqidagi qarashlari o‘smir tafakkurining tubdan o‘zgarishini tushuntiradi. O‘smir endi dunyoni mavjud holatda emas, balki ideal shaklda tasavvur qila boshlaydi. Bu esa ota-onalar, maktab va jamiyatdagi kamchiliklarni tanqidiy baholashga olib keladi. Shu bilan birga, o‘smir o‘z mantiqiy fikrlash qobiliyatiga ortiqcha ishonch bildirishi va o‘z kechinmalarini noyob deb hisoblashi mumkin.Piage va Vigotskiy nazariyalari o‘smirlik davrini nafaqat muammolar, balki katta imkoniyatlar davri sifatida talqin qilishga yordam beradi. Piaget o‘smir miyasida kognitiv qayta tuzilish jarayoni kechayotganini ko‘rsatsa, Vigotskiy bu jarayonda ijtimoiy muhitning hal qiluvchi rolini ta’kidlaydi.

XULOSA

O‘smirlik davri shaxs shakllanishining eng murakkab va ayni paytda eng muhim bosqichlaridan biridir. Inson ijtimoiy muhit orqali shaxsga aylanishi ko‘plab kitoblarda keltirib o‘tilgan. Xorijiy olimlar va zamonaviy psixologiya bu davrni muammo sifatida emas, balki ulkan kognitiv o‘sish va ijtimoiy moslashuv imkoniyati ekanligini ta’kidlaydi. O‘smirlarda kuzatiladigan isyonkorlik, hissiy beqarorlik va o‘ziga xoslikka intilish ularning miya rivojlanishi va "Men" konsepsiyasini qurishdagi tabiiy jarayonlardan biri hisoblanadi. Bu davrni ijobiy yengib o‘tish uchun ota-onalar va pedagoglarning yordami va qo‘llab-quvvatlashi talab etiladi. Oiladagi muhit inson psixikasiga ancha ta‘sir ko‘rsatadi, shunday ekan biz psixologlar bu jarayonni kelajak poydevorlarimizning ota-onalariga yetkazishimiz va chuqur tushuntirib borishimiz lozim. Ayni paytda yosh avlod orasida akseleratsiya jarayoni tezlashib bormoqda, bu esa bolalarda erta balog‘atga yetish, tez anglash, mustaqil fikrlash holatlari kelib chiqmoqda. Bu degani biz hamma narsani tez bilib qo‘yabmiz, bu esa hayotga bo‘lgan qiziqishimizning pasayishiga olib kelmoqda. Bu holat esa “Ko‘p bilsang, tez qariysan” degan maqolni asoslab qo‘ymoqda. Har bir insonda inqirozga uchrash yoshlari mavjud bu yoshni qanday psixik holatda o‘tkazishi ko‘proq ijtimoiy va oila muhitiga bog‘liq. Shunday ekan inqirozlar insonni susaytirmaydi, aksincha, kuchli qiladi va keyingi inqirozgacha tayyorlab boradi, bu jarayonda uni qo‘llab-quvvatlasak muvaffaqiyatga erishish darajasi yuqori bo‘ladi. Ayniqsa, O‘smirlik davrida farzandlarimizni tashlab qo‘ymasligimiz lozim.

Foydalanilgan adabiyotlar.

1.Erik Erikson (1968). "Identity: Youth and Crisis" (O‘zlikni anglash: Yoshlik va inqiroz)
2.Jan Piaje (1972). "Intellectual Evolution from Adolescence to Adulthood"
3.Sara-Jeyn Bleykmor (2018). "Inventing Ourselves: The Secret Life of the Teenage Brain" (O'zimizni kashf etish: O'smir miyasining yashirin hayoti)
4.Lorens Steynberg (2014). "Age of Opportunity: Lessons from the New Science of
5.G‘oziyev, E. G‘. (2010). Ontogenez psixologiyasi. Toshkent: Noshir. (O‘zbekiston oliy ta’lim tizimida o‘smirlik davri bo‘yicha eng ko‘p qo‘llaniladigan darslik).
6.Nishonova, Z. T. (2014). Yosh davrlari va pedagogik psixologiya. Toshkent: Fan va texnologiya.
7. Ziyonet.uz axborot-ta'lim portali — O'smirlik davri psixologiyasi bo'yicha ilmiy maqolalar to'plami.
8.Vigotsky, L.S. (1978).Mind in Society: The Development of Higher Psychological Processes. Cambridge: Harvard University Press.