

O'SMIRLARDAGI PSIXOSOMATIK KASALLIKLARNING O'ZIGA XOS XUSUSIYATLARI

Rashidova Gulnoza G'ulomovna

Pedagogika fanlari bo'yicha falsafa doktori (PhD)

Soyimnazarov Navro'zbek Baxtiyor o'g'li

O'zbekiston Milliy universiteti Jizzax filiali talabasi

Annotatsiya. Ushbu maqolada o'smirlilik davridagi ijtimoiy-psixologik xususiyatlari, psixosomatik kasalliklarning kelib chiqishi haqida umumiy ma'lumot berilgan. O'smirlarda ikkilamchi jinsiy xususiyatlarning shakllanishidan tashqari, tana qismlarining munosabatlarida o'zgarishi va o'smirlilik bolalikdan kamolotga o'tish davri sifatida doimo tanqidiy deb hisoblanishi, bu yoshdagi inqiroz (balog'atga yetishish) yosh yoshdagi inqirozlardan sezilarli darajada farq qilishi haqida batafsil bayon etilgan.

Аннотация. В данной статье представлены общие сведения о социально-психологических особенностях подросткового возраста и происхождении психосоматических заболеваний. Помимо формирования у подростков вторичных половых признаков, изменения соотношения частей тела и того факта, что подростковый возраст всегда считается критическим как период перехода от детства к зрелости, кризис этого возраста (пубертатного периода) существенно отличается от кризисов юности.

Abstract. This article provides general information about the socio-psychological features of adolescence, the origin of psychosomatic diseases. In addition to the formation of secondary sexual characteristics in adolescents, changes in the relationship of body parts, and the fact that adolescence is always considered critical as a period of transition from childhood to maturity, the crisis of this age (puberty) is significantly different from the crises of young age done.

Kalit so'zlar: Endokrin, psixika, ong, intensiv, somatapsixika, neyron.

Ключевые слова: эндокринная система, психика, сознание, интенсив, соматапсихика, нейрон.

Key words: Endocrine, psyche, consciousness, intensive, somatapsychics, neuron.

Hozirgi vaqtda o'smirlarni 12-15 yoshli bolalar deb atash odat tusiga kirgan va 11-12 yosh davri prepubertal davr, 13-15 yosh esa balog'atga etishish davri sifatida belgilanadi. O'smirlilik bolalikdan kamolotga o'tish davri sifatida doimo tanqidiy deb hisoblangan, ammo bu yoshdagi inqiroz (balog'atga yetishish) yosh yoshdagi inqirozlardan sezilarli darajada farq qiladi. Bu eng o'tkir va eng uzun. Bu o'smirga bir qator somatik, psixologik va ijtimoiy omillarning birgalikda ta'siri bilan bog'liq.

O'smirning tanasida bo'ronli va ba'zan og'riqli somatik o'zgarishlarning markazida balog'atga etishish bilan yakunlanadigan endokrin tizimning intensiv

qayta tuzilishi yotadi. O'smirlarda ikkilamchi jinsiy xususiyatlarning shakllanishidan tashqari, tana qismlarining munosabatlarida o'zgarish mavjud; magistral oyoq-qo'llarining jadal rivojlanishi bilan hali ham bolalarcha. Harakatlar bir vaqtning o'zida burchakli va noqulay bo'ladi. Ko'pincha ichki organlar tananing tez o'sishiga (mushaklar massasining keskin o'sishi va o'sishi) mos kelmaydi, bu esa bir qator funksional kasalliklarning, ayniqsa yurak-qon tomir tizimining rivojlanishiga olib keladi.

Gormonlarning ikkilik ta'siri prinsipiga ko'ra, endokrin tizimni qayta qurish psixikadagi tegishli o'zgarishlarsiz davom eta olmaydi. Shu munosabat bilan, o'smirlarda ayniqsa keskin endokrin o'zgarishlar davrida aniq ruhiy bezovtalik, tashvish darajasining oshishi kuzatiladi. Ushbu tashvishdan xalos bo'lishga, uni tashlab yuborishga harakat qilib, ular tez-tez to'qnash kelishadi, jamoaviy janjallar ko'pincha qayd etiladi. Bu, shuningdek, o'smirlarning katta shovqinli rok-kontsertlarga borishga, giyohvandlik va spirtli ichimliklarni iste'mol qilishga moyilligini tushuntiradi.

O'smirlar faqat gormonal ta'sirlardan kelib chiqqan ruhiy o'zgarishlar bilan bir qatorda, endokrin tizimni qayta qurish bilan bevosita bog'liq bo'lmagan chuqur psixologik, shaxsiy o'zgarishlarni ham boshdan kechiradilar. Bunday o'zgarishlar o'z-o'zini hurmat qilish hissi, o'z imkoniyatlari va qobiliyatlari bilan yangi o'z-o'zini anglashni shakllantirishni o'z ichiga oladi. Do'stlik va sevgining yuqori tuyg'ulari rivojlanadi va to'liqroq amalga oshiriladi va sevgi hech qanday jinsiy ehtiyojlar bilan bog'liq emas, aksincha, faqat platonik, ruhiy xususiyatga ega.

O'smirlik davrida bolaning atrof-muhitga va o'ziga bo'lgan ko'plab oldingi munosabatlari buziladi va tiklanadi, o'smirning mustaqil hayotini boshlaydigan hayotiy pozitsiyasi shakllanadi. Voyaga etish bir martalik hodisa emas, balki uzoq jarayon bo'lib, uning biologik va ijtimoiy jihatlari o'z kuchlariga, o'ziga xos ritmi va rivojlanish sur'atlariga ega. O'smirlarning jismoniy va aqliy rivojlanishining yuqori, ammo sinxron bo'lmagan sur'ati tufayli, ular hali ham yetarli darajada ijtimoiy yetuk bo'lmagan sharoitlarda har doim ham qondirish mumkin bo'lmagan juda ko'p ehtiyojlarga ega. Shu sababli, o'smirlik davridagi ehtiyojlardan mahrum bo'lish yoshroq yoshga qaraganda tez-tez kuzatiladi va sezilarli darajada namoyon bo'ladi va o'smirning aqliy va ijtimoiy rivojlanishida hamohanglik yo'qligi sababli uni yengish juda qiyin.

O'smirlikning asosiy neoplazmasi - kattalar tuyg'usining shakllanishi, ya'ni o'smir ehtiyojlarining asosiy qismi kattalarnikidan farq qilmaydigan holat. Biroq, ob'ektiv ravishda o'sib ulg'ayganida, u uchun ijtimoiy vaziyat, qoida tariqasida, o'zgarmaydi - u talaba bo'lib qoladi va bir qator fuqarolik huquqlaridan mahrum bo'lgan ota-onasiga qaram bo'ladi. Shuning uchun ko'plab da'volar hal qilib bo'lmaydigan qiyinchiliklarga olib keladi, haqiqatga zid keladi. Bu o'smirlik inqirozining asosiy psixosotsial sababidir.

O'smirning psixologik qayta tuzilishining eng sezilarli va muhim ko'rinishlaridan biri kattalar, xususan, ota-onalar bilan munosabatlarning keskin o'zgarishidir. Muhim shaxslarning o'zgarishi sodir bo'ladi va o'smirlar hayotning

ko'p sohalarida faqat tengdoshlarining fikriga amal qiladilar, ota-onalari va atrofidagi kattalarning fikrlarini deyarli e'tiborsiz qoldiradilar. Ota-onalarning bolalar shaxsining shakllanishiga ta'siri qanchalik katta bo'lmasin, uning eng yuqori cho'qqisi o'tish yoshida emas, balki bola hayotining birinchi yillarida bo'ladi. O'smirlik davrida oilaviy munosabatlar sezilarli o'zgarishlarga uchraydi. Agar bolaligida ota-ona bola tomonidan hissiy iliqlik va qo'llab-quvvatlash manbai, kuch tashuvchisi va imtiyozlar va jazolarni taqsimlovchi, katta do'st va maslahatchi sifatida qabul qilingan bo'lsa, o'smirlik davrida ota-onalar va ota-onalar o'rtasidagi hissiy aloqalar shakllanadi. bola aniq zaiflashgan. O'smir o'zini vasiylikdan ozod qilishga intiladi. Huquqlarning kengayishi uning ota-onasidan passiv ravishda hech qanday foyda kutmasligiga, aksincha, ota-onasiga oshirib yuborilgan moddiy resurslarni faol ravishda taqdim etishiga olib keladi.

Agar bolaligida ota-ona ko'pincha o'rnak bo'lsa, o'smirlik davrida uning fazilatlari tanqid qilinadi, kamchiliklari yoritiladi. Biroq, o'smirning nazarida oilaning obro'si sezilarli darajada pasayganiga qaramay, u hali ham o'zini ishonchli va xotirjam his qiladigan joy bo'lib qolmoqda. Va agar o'smirlar bo'sh vaqtlarini o'tkazishni, dam olishni, intim tajribalarini faqat tengdoshlari bilan baham ko'rishni afzal ko'rsalar, ular qiyin paytlarda maslahat uchun ota-onalariga murojaat qilishadi. Ota-onalar va o'smirlar o'rtasidagi psixologik to'siq nafaqat o'smirning yoshga bog'liq egosentrizmi va maksimalizmi, balki o'z tajribasining xatosizligiga mutlaq ishonch, dunyoga o'z ko'zlari bilan qaray olmaslik bilan izohlanadi. ota-onalar tomonidan o'smir. Ma'lumki, o'smirlar o'z ota-onalarini farzandlarinikidan ko'ra ob'ektivroq baholaydilar. Shuni ta'kidlash kerakki, ota-onalar bilan norasmiy muloqotga bo'lgan ehtiyoj o'smirlar orasida juda yuqori, ammo u yarmidan kam qondiriladi. Shunday qilib, o'smirlarning faqat uchdan bir qismi onasi bilan muloqot qilishdan qoniqish hosil qiladi va har o'ninchidan biri otasi bilan. Ota-onalari bilan ishonchli munosabatlarga ega bo'lgan maktab o'quvchilari orasida ularning aksariyati barqaror o'zini-o'zi hurmat qiladilar va aloqalari qat'iy tartibga solingan o'quvchilarning to'rtidan bir qismigina.

Ota-onalardan tashqari, o'smirning hayotidagi boshqa muhim kattalar ham o'qituvchilardir. Tan olish kerakki, keyingi paytlarda o'qituvchining ishi sezilarli darajada murakkablashdi va ayniqsa, o'rta maktab o'quvchilari bilan shug'ullanish qiyin. Bu o'qituvchilarga ham, o'smirlarga ham qo'yiladigan talablar bir-biriga zid ekanligi bilan izohlanadi.

Zamonaviy o'smir maktab o'quvchisining holati noaniq. Bir tomondan, katta lavozim o'smirlarga qo'shimcha mas'uliyat yuklaydi, unga murakkabroq topshiriqlar beriladi, undan ko'proq so'raladi. Boshqa tomondan, o'z huquqlari uchun u butunlay o'qituvchilar va maktab ma'muriyatiga bog'liq. O'quvchining maktabga nisbatan ichki pozitsiyasi uning muassasa sifatidagi unga, o'quv jarayoni va bilimiga, o'qituvchilariga, kursdoshlariga bo'lgan munosabatidan iborat bo'lib, bu yerda shuni ta'kidlash kerakki, o'rta maktab o'quvchilaridan farqli o'laroq, o'smirlarning munosabati kamroq farqlanadi va ular shunchaki maktabni "yoqtiradi" yoki "yoqtirmaydi".

O'qituvchilik o'smirning etakchi faoliyati bo'lib qolmoqda. Yosh maktab o'quvchilari bilan taqqoslaganda, bu faoliyatning sabablari

Agar 1-2-sinflarda bola hali ta'lim mazmunini bilmasa va asosan o'qituvchining ma'lum bir munosabati bo'lgan belgiga e'tibor qaratsa, o'spirin uchun, birinchi navbatda, o'rganish. tengdoshlar orasida obro' qozonish, yaxshi talaba sifatida obro' qozonish demakdir, garchi yaxshi o'quvchining obro'si har doim ham obro' qozonishga yordam bermasligini sezish mumkin, aksincha bo'lmasa.

O'smirlik davrida o'qituvchilar bilan munosabatlar ancha murakkab va farqlanadi, bu o'smirlarning maktabga mos kelmasligining sabablaridan biridir. Ota-onalar singari, o'qituvchi ham bolaning ongida bir qator funktsiyalarga ega: ota-onalarni almashtirish, jazo va mukofotlarni tasarruf etish huquqi; ma'lum bir sohadagi nufuzli bilim manbai, katta o'rtoq va do'st. Kichik o'quvchi bu funktsiyalarni ajratmaydi, o'qituvchini bir butun sifatida qabul qiladi va ota-onalar bilan bir xil mezonlarga ko'ra baholaydi. Yoshi bilan vaziyat o'zgaradi. O'smir endi o'qituvchida ota va ona timsolini ko'rmaydi. O'qituvchining kuchi ham kichik - u hatto beparvo o'quvchini darsga qatnashdan chetlatolmaydi. O'smir o'qituvchiga mos keladigan maksimalizm bilan bir qator talablarni qo'ya boshlaydi. Shunday qilib, "ideal o'qituvchi" timsolida uning individual fazilatlarini - tushunish qobiliyati, hissiy munosabat, samimiylik birinchi o'ringa chiqadi. Ikkinchi o'rinda kasbiy kompetentsiya, bilim darajasi va o'qitish sifati, uchinchi o'rinda hokimiyatni adolatli boshqarish qobiliyati. Tabiiyki, hamma o'qituvchilar ham bu fazilatlarining uyg'un kombinatsiyasiga ega emaslar, shuning uchun o'qituvchilarning farqlanishi va ular bilan munosabatlarning o'zi, har xil nizolarning paydo bo'lishi, ko'pincha o'smirlarni maktabga borishni o'jar istamaslikka olib keladi.

Boshqa tomondan, sevimli o'qituvchiga ehtiros va beparvolik shaklida bog'lanish holatlari tez-tez uchrab turadi. Ammo bunday qo'shimchalar ko'p bo'lishi mumkin emas, aksariyat o'spirinlar bir yoki ikkita o'qituvchi bilan yaqin hissiy aloqaga ega va yoshi bilan bu munosabatlar yanada tanlanadi.

O'quvchi va o'qituvchining o'zaro tushunishiga to'sqinlik qilayotgan asosiy to'siq – rol munosabatlarining mutlaqlashuvi, sodda-byurokratik "maktab" va "o'qish-tsentrizm" bo'lib, buning ortida o'qituvchilar tayyorgarligining pastligi, istaksizligi, ba'zan esa o'qituvchining o'zini-o'zi tarbiyalashda o'z xohish-istaklari yo'q. hatto qo'rquv, o'z shogirdlarida shaxsiyatlarni ko'rish. Va bu erda shuni esda tutish kerakki, shaxsiy yondashuv nafaqat individual xususiyatlarni hisobga oladi.

Bu talabaga shaxs sifatida, mas'uliyatli va mustaqil shaxs sifatida doimo va hamma narsada izchil, samimiy munosabatdir. Va, ehtimol, Ksenofontning "Sokrat xotiralari" asarida: "Yoqmagan odamdan hech kim hech narsani o'rgana olmaydi" degan qadimgi so'zini eslash o'rinli bo'lar edi.

O'smirlikning asosiy tendentsiyalaridan biri ota-onalar, o'qituvchilar va umuman oqsoqollar bilan muloqotni tengdoshlariga qayta yo'naltirishdir. Ota-onalar o'rnini bosa olmaydigan tengdoshlar bilan muloqotga bo'lgan ehtiyoj

bolalarda juda erta paydo bo'ladi va yosh bilan ortadi. O'smirlarning xulq-atvori o'z mohiyatiga ko'ra jamoaviy guruhdir. Tengdoshlar bilan muloqot o'smirlar kattalar ularga aytmagan ko'plab kerakli narsalarni o'rganadigan juda muhim ma'lumot kanalidir. Masalan, o'smirlar gender masalalari bo'yicha ma'lumotlarning ko'p qismini tengdoshlaridan oladilar.

Bundan tashqari, o'smirlar muloqoti shaxslararo munosabatlarning o'ziga xos turidir. Guruh o'yinlari va birgalikdagi faoliyatning boshqa turlari ijtimoiy o'zaro ta'sirning zaruriy shartlarini, jamoaviy intizomga bo'ysunish va shu bilan birga o'z huquqlarini himoya qilish, shaxsiy manfaatlarni jamoat manfaatlari bilan bog'lash qobiliyatini rivojlantiradi. Va nihoyat, bu hissiy aloqaning o'ziga xos turi. Guruhga mansublik, hamjihatlik, o'rtoqlik o'zaro yordami onglari nafaqat o'smirning kattalardan mustaqilligini osonlashtiradi, balki unga juda muhim hissiy farovonlik va barqarorlik hissini beradi.

O'smirlik va o'smirlik davridagi muloqot psixologiyasi ikkita ehtiyojning qarama-qarshi o'zaro bog'liqligi asosida qurilgan: izolyatsiya va tegishli bo'lish, guruh yoki jamoaga qo'shilish zarurati.

Shaxsni shakllantirishdagi yoshga bog'liq qiyinchiliklar bilan bog'liq yolg'izlik, bezovtalik hissi o'smirlarda tengdoshlari bilan muloqot qilish va guruhlashish uchun cheksiz tashnalikni keltirib chiqaradi, ular jamiyatda kattalar rad etadigan narsani topadilar yoki topishga umid qiladilar: hissiy iliqlik. , zerikishdan xalos bo'lish va o'z ahamiyatini tan olish. Ba'zi psixologlar hatto muloqotni o'smirlik va yoshlikning etakchi faoliyati deb bilishadi. Muloqotga bo'lgan kuchli ehtiyoj ko'plab bolalar uchun chidab bo'lmas "poda tuyg'usi" ga aylanadi: ular nafaqat bir kunni, balki bir soatni o'zlaridan tashqarida o'tkaza olmaydilar va agar ularda o'z kompaniyasi bo'lmasa, biron bir kompaniya bo'lmasa. Bu ehtiyoj ayniqsa o'g'il bolalarda kuchli.

O'smirlar guruhlariga xos xususiyat - bu juda yuqori darajadagi muvofiqlik. O'z mustaqilligini oqsoqollardan qattiq himoya qilgan o'smirlar ko'pincha o'z guruhi va uning rahbarlarining fikrlarini mutlaqo tanqid qilmaydi. Zaif diffuz "Men" kuchli "Biz" ga muhtoj, bu esa o'z navbatida qandaydir "Ular" dan farqli ravishda tasdiqlanadi.

Boshqalar kabi bo'lish istagi (va "hamma" faqat "bizniki") kiyim-kechak, did va xatti-harakatlarga taalluqlidir. Bunday qarama-qarshilik, individuallik bir xillik orqali tasdiqlansa, ko'pincha yoshlik tashvishlari manbai bo'ladi. Shunga qaramay, bu bir xillik ehtiyotkorlik bilan saqlanadi va kim qiyinchilikka duch kelsa, qiyin kurashga dosh berishi kerak. Jamiyat qanchalik ibtidoiy bo'lsa, u individual tafovutlar, qarama-qarshilik va umuman, boshqa narsalarga shunchalik toqat qilmaydi.

Shifokorlar, ayniqsa, pediatrlar uchun o'smirlik davrining xususiyatlarini bilish nafaqat psixologik va ijtimoiy yondashuvlar, balki o'smirlar psixiatriyasi nuqtai nazaridan ham muhimdir. Bu yerda o'smirlarning ma'lum bir ijtimoiy vaziyatga xos xatti-harakatlar reaksiyalarining ba'zi shakllariga e'tibor qaratish kerak, ular hali patologik emas, lekin ba'zida "marginal psixopatiya" ga aylanish

xavfi bilan to'la. Paydo bo'lgan jinsiy mayl tufayli qarama-qarshilik, taqlid, kompensatsiya, giperkompensatsiya, emansipatsiya, guruhlash va boshqa ba'zi reaksiyalar deb atash odatiy holdir .

Muxolifatning reaksiyasi- faol norozilik bo'lib, uning sababi o'smirlar qo'yiladigan juda yuqori talablar, haddan tashqari ish yuki, yo'qotish, kattalar e'tiborining etishmasligi bo'lishi mumkin. Bolalikda paydo bo'lgan qarama-qarshilik o'smirlar davrida kuchayadi.

Taqlid reaksiyasi- qoida tariqasida, bir guruh tengdoshlar tomonidan belgilanadigan ma'lum bir modelga taqlid qilish istagida namoyon bo'ladi. Agar rol modeli asosiy bo'lsa, reaksiya xulq-atvorning buzilishining sababi bo'lishi mumkin.

Giperkompensatsiya reaksiyasi- o'smirlar o'zi zaif bo'lgan sohada muvaffaqiyatga erishish istagida namoyon bo'ladi; ba'zi hollarda muvaffaqiyatsizliklar asabiy buzilish bilan yakunlanadi.

Emansipatsiya reaksiyasi- o'zini oqsoqollarning vasiyligi, nazorati va homiyligidan ozod qilish istagida namoyon bo'ladi. U kattalarning buyruqlari, qonunlari va standartlariga taalluqlidir.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati

1. Менделевич В. Д.Клиническая (медицинская) психологи
2. Sharofitdinov, A., & Soyimnazarov, N. (2023). BOSHQARUVCHI SHAXSIDA EMOTSIONAL INTELLEKTNING O'ZIGA XOSLIGI. *Журнал Педагогика и психологии в современном образовании*, 3(1).
извлечено от <https://ppmedu.jdpu.uz/index.php/ppmedu/article/view/7932>
3. Sharofitdinov Abdulla XXX, Soyimnazarov Navro'zbek Baxtiyor ugli Characteristics of Emotional Intelligence in Managers Volume: 01Issue: 10|Oct–2022
4. Rashidova, G. ., & Soyimnazarov, N. (2023). FORMATION AND DEVELOPMENT OF SCIENTIFIC AND LIFE CONCEPTS IN THE PSYCHE OF A CHILD. *Евразийский журнал социальных наук, философии и культуры*, 3(5 Part 2), 35–38. извлечено от <https://www.in-academy.uz/index.php/ejsspc/article/view/15374>
5. Abdulla Sharofitdinov, Navro'zbek Soyimnazarov, HISSIY BEQARORLIK VA UNI OLDINI OLISHNING PSIXOLOGIK USULLARI , *Журнал Педагогика и психологии в современном образовании: Том 3 № 1 (2023)*
6. Rashidova G. G. Socio Cultural Approach as a Modern Direction of Teacher Training //International Journal of Multicultural and Multireligious Understanding. 2021. – Т. 8. – No. 8. – С. 169-172.
7. Rashidova G. G. INTERPRETATION AND INTERDEPENDENCE OF THE CONCEPTS OF «COMPETENT» AND «COMPETENCE» //Theoretical & Applied Science. – 2021. – №. 8. – С. 83-89.

-
8. Sharofitdinov, A., & Soyimnazarov, N. (2023). RAHBARLARDA EMOTSIONAL NAZORAT VA O'Z-O'ZINI ANGLASH. Журнал Педагогика и психологии в современном образовании, 3(1).
 9. Sharafitdinov Abdulla XXX, Soyimnazarov Navro'zbek Baxtiyor ugli, (2022). PSYCHOLOGICAL DESCRIPTION OF THE CONCEPT OF EMOTIONAL INTELLIGENCE. *Spectrum Journal of Innovation, Reforms and Development*, 7, 71–75. Retrieved from <https://sjird.journalspark.org/index.php/sjird/article/view/240>