

O'SMIR YOSHIDAGI BOLALARDA KUZATILADIGAN O'ZGARISHLARNING PSIXOLOGIK TALQINI

Jo'rayeva Nargiza

Jamoat xavfsizligi universiteti talabasi

Annotatsiya. Hammamizga ma'lumki o'smir yoshdagi bolalar o'zini asta-sekin katta odam deb his qila boshlaydi, lekin ko'p odat va hususiyatlari bolalarcha bo'lib qoladi. Bu hissiyot o'smirda o'ziga, atrof muhitga, odamlarga nisbatan yangi hissiy pozitsiyani yuzaga keltiradi. O'smir o'z huquqlari doirasini kengaytiradi, kattalarni esa cheklashni xohlaydi. Natijada ota-onasi, do'stlari bilan tushunmovchiliklar yuzaga keladi. Ushbu maqolada o'smirlardagi aynan shu o'zgarishlar, muammolar va ularning yechimlari haqida so'z yuritiladi.

Kalit so'zlar : o'smir, o'smirlik davri, o'tish davri, o'zgarishlar, muammolar, psixologik o'zgarishlar, biologik o'zgarishlar.

Аннотация. Все мы знаем, что дети-подростки начинают чувствовать себя взрослыми, но многие их привычки и особенности остаются детскими. Это чувство формирует у подростка новую эмоциональную позицию по отношению к себе, окружающему, людям. Подросток расширяет рамки своих прав, а взрослых хочет ограничить. В результате возникают недоразумения с родителями и друзьями. В данной статье рассказывается об этих изменениях, проблемах и их решениях у подростков.

Ключевые слова: подросток, подростковый возраст, переход изменения, проблемы, психологические изменения, биологические изменения

Abstract. We all know that teenage children start to feel like adults, but many of their habits and characteristics remain childish. This feeling creates a new emotional position in a teenager towards himself, the environment, and people. A teenager expands the scope of his rights, and wants to limit adults. As a result, there are misunderstandings with parents and friends. This article talks about these changes, problems and their solutions in teenagers.

Keywords : teenager, adolescence, transition, changes, psychological changes, biological changes.

O'smirlik davri inson hayotidagi eng qiyin va ma'suliyatli davr hisoblanadi. Bu yoshda organizmning barcha tizimlarini tubdan qayta qurulishi amalga oshishadi. Jinsiy va jismoniy etilish fonida psixikada jiddiy va chuqur o'zgarishlar yuz beradi, xarakter va boshqa shaxs sifatlarining shakllanish jarayoni kuzatiladi. Umuman olganda yosh bolaning katta odamga aylanish jarayoni yaqqol ko'zga tashlanadi

O'smirlik davri inson bolalikdan yetuklikka o'tish davridir. Bu davr boshqa davrlardan o'zining murakkab, nisbatan keskinroq kechishi bilan farq qiladi. Bu davr taxminan bolalarning 5-8 sinflarda o'qish paytlariga to'g'ri keladi va 11-12 yoshdan 14-15 yoshgacha davom etadi. Ayrim bolalarda bu davr 1-2 yil ertaroq yoki kechroq kuzatilishi ham mumkin.

O'smirlik davri ayrim maxsus psixologik adabiyotlarda "o'tish davri", "og'ir davr", "inqiroz davri" kabi nomlar ham ataladi.

O'tish davrining inqirozi haqida biogenetik yo'nalish vakillari S.Xoll va Z.Freyd bu inqiroz biologik shartlanganligi tufayli muqarrardir deb hisoblasalar, Amerikalik antropolog M.Mid va R.Benedikt o'smirlik inqirozi ijtimoiy munosabatlarning natijasidir deb isbotlaydilar.

O'smirlik davrda yzaga keladigan o'zgarishlar va muammolarga to'xtalib o'tamiz. Bular quyidagilar:

Birinchi-o'smir organizmida ro'y beradigan o'zgarishlar.

O'smir organizmida ro'y beradigan o'zgarishlar shulardan iboratki, bola rivojlanishining bu davrida unda biologik, fiziologik yetuklik borasida tub o'zgarishlar amalga oshadi. Fiziologik rivojlanish va jinsiy balog'atga yetish jarayonining yangi bosqichi boshlanadi. Organizmdagi o'zgarishlar bevosita o'smir endokrin sistemasining o'zgarishi bilan boshlanadi. Bu davrda gipofiz bezining vazifalari faollashadi. Uning old qismidan ajralib chiqadigan garmon

organizm to'qimalarining o'sishi va boshqa muhim ichki sekretiya bezlari ishlashini kuchaytiradi. O'smirlik davrida endokrin va nerv sistemalari faoliyatining bolalik davrida mavjud bo'lgan muvozanati buziladi, yangisi esa endi o'rnatilayotgan bo'ladi. Bunday qayta qurilishlar o'smirning ichki holati, kayfiyati, ruhiyatiga ta'sir ko'rsatadi va ko'pincha uning umumiy serjahlliligi, harakat faolligiga, lanjligiga sabab bo'ladi.

Ikkinchdan- o'smirlik avtonomiyalari.

O'smirlik davrining xarakterli xususiyatlaridan yana biri – bu davrdagi o'smirlarda kuzatiladigan o'smirlik avtonomiyasi holatidir. O'smirlik avtonomiyasining huquqiy avtonomiya, emotsional avtonomiya kabi turlari farqlanadi. Ya'ni o'smir huquqiy hamda emotsional jihatdan biroz mustaqillikka intilishi yaqqol kuzatiladi.

Uchunchi- o'smirlarda do'stlik, yoqtirish, sevgi kabi hislarning paydo bo'lishi.

Bu davrda o'smir his-tuyg'ularida keskin o'zgarishlar ham yuzaga keladi. Ba'zida o'g'il-qizlarning kayfiyati ko'tariladi, ba'zida esa tushkunlik holatida o'zini sezishi ham mumkin. Shuning uchun unda tengdoshlari bilan bo'lgan munosabatda murakkabroq va mazmunliroq jihatlar ham kuzatila boradi. 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. O'zaro iliqlik munosabatlari asosida yarim bolalarcha muhabbat kichik maktab yoshidagi davrda, ya'ni 7-8 yoshlarda ham ko'rinadi.

To'rtinchidan- bu davrda o'smir va ota-onasi o'rtasida paydo bo'ladigan ko'ngilsizliklar.

Yuqorida, aytib o'tganimizdek bu davrda o'smirda juda ko'p o'zgarishlar paydo bo'ladi va ushbu o'zgarishlar natijasida ayrim ko'ngilsizliklar ham yuzaga keladi. Ulardan biri o'smirda kechayotgan bu holatni anglamaganligi yoki

e'tiborsiz qoldirganligi sababli ota-onasi bilan yuzaga keladigan ko'ngilsizliklardir. Bu holat hozirgi kunga ayniqsa ko'p uchraydi ota-ona farzandini moddiy jihatdan ta'minlaydi ammo ma'naviy hamda psixologik gamxo'rlikni unutib qo'yadi. Natijada turli tuman nizolar paydo bo'la boshlaydi.

Beshinchidan - o'smirlar psixologiyasida yuzaga keladigan o'zgarishlar.

O'smir asta sekin o'zini katta odam deb his qila boshlaydi, lekin ko'p odat va hususiyatlari bolalarcha bo'lib qoladi. Bu hissiyot kattalik hissi deb ataladi va o'smirlikdagi asosiy psixologik yangilikdir. Bu his o'smirda o'ziga, atrof muhitga, odamlarga nisbatan yangi hissiy pozitsiyani yuzga keltiradi. O'smir o'z huquqlari doirasini kengaytiradi, kattalarni esa cheklashni xohlaydi.

Yuqorida o'smirlik davrda yuzaga keladigan bu o'zgarishlardan ota-ona, maktab psixologi, o'qituvchi va pedagoglar, ta'lim berish va tarbiyaviy ishlarni olib borishda o'smirlardagi o'ziga xos psixofiziologik o'zgarishlarni inobatga olishlari talab etiladi.

O'smirda davrida yuzaga keladigan nizoli vaziyatlar.

Ayrim hollarda ochiq qarama-qarshilik muqarrar bo'lib qoladi. Gap shundaki, o'spirin kattalarni haddan tashqari himoya qilishidan xalos bo'lishni istaydi va ota-ona baribir katta yoshli bolasining har bir qadamini nazorat qilishni xohlaydi. Eng umumiy holatda, munosabatlarni sezilarli darajada yomonlashtiradigan bir qator ziddiyatli vaziyatlar yuzaga keladi.

O'smirlik davrida ozodlik va mustaqillik istagi

O'smirning ota-onalariga berilgan tavsiyalar asosan, bolasini har tomonlama patronaj qilishni to'xtatish uchun harakat qilishdir. Bunday xatti-harakatlar bolani so'zma-so'z g'azablanishga undaydi: u endi o'zini kichik his qilishni istamaydi, shuning uchun u uchun muhim qarorlar qabul qilinadi.

Bu yoshning yana bir muhim jihatlaridan biri o'smirlik yoshida kichik bir ko'ngilsizlik yoki mag'lubiyat ham o'smirning suistid ya'ni o'z joniga qasd

qilishiga sabab bo'lishidir. Shu mumammolar sababli ham bu davr asosan krizis davri yoki o'tish davri deb ham ataladi.

O'smirlik davriga kimningdir xatti-harakatini imitatsiya-qilish xosdir. Bu ham o'smirlikning e'tiborga molik jihatidir, ko'pincha ular o'zlariga tanish va yoqadigan kattalarning xatti-harakatlariga imitatsiya, taqlid qiladilar.

Yuqorida o'smirlik davrida yuzaga keladigan asosiy muammo hamda o'smirda yuz beradigan o'zgarishlar bilan tanishib chiqdik. Bu muammolarning yechimiga to'xtaladigan bo'lsak, o'smirlik davrini ko'ngildagidek o'tishini ta'minlash, har xil ko'ngilsiz holatlarning oldini olish uchun quyidagilarga asosiy e'tiborimizni qaratishimiz lozim:

Birinchi- o'smirning ota-onasiga ya'ni oilasidai ibrat

Bolalarning murg'ak qalbiga hech bir narsa ibratdek kuchli ta'sir etmaydi va barcha ibratlar ichida ota-ona ibratidan kuchliroq va mustahkamroq o'rin oladigan ibrat yo'q. [N. I. Novikov]¹

Har bir ota-ona farzandini turli muammolardan himoya qilishni istaydi. Ammo o'smir yoshda bola o'qishi, maktabi, baholari bilan bog'liq qarorlar qilishi va shu qarorlarining natijasiga javob berishni o'rgaandi. Shu joyda ularga ota-ona tomonidan erkinlik berilishi lozim, agar bu davrda ota-ona tomonidan erkinlik berilmasa katta hayotda ham doimo ularni kimdir boshqarishi kerak bo'ladi.

Ota-ona hamma narsani muhayyo qilishi bolada hech narsaga intilmaslikni keltirib chiqaradi. Barcha muammolarni ota-ona hal qilib berishi kelajakda uning hayotini ham ular boshqarishiga zamin yaratadi. Oilada sog'lom muhit yaratilishi zarur ota-ona ayniqsa, o'smir yoshdagi farzandiga kerakli vaqt ajratishi zarur. Bu yoshda bola ota-onasi bilan do'stlik aloqalarini o'rnatishi muhim

Ikkinchi- umumta'lim maktablarida psixolog shtatlariga e'tiborni qaratish

Maktab bola rivojlanishining asosiy qismini qamrab oladi. Aynan o'smirlik davri ham maktabda kechadi. Maktabda asosiy e'tibor psixologiya shtatlariga

¹ Ota-onalarga tavsiyalar ziyozukko.uz

qaratilishi zarur. Maktabda ta'lim va tarbiya doimo uzviy, chambarchas tarzda olib boriladi. E'tiborimizni maktablardagi psixologiya shtatlariga qaratadigan bo'lsak, ma'lumki hozirgi kunda maktablarda psixologiya shtatlari qisqartirilgan. Bu esa o'z navbatida ayrim kamchiliklarga ham sabab bo'lmoqda. Psixologlar sonining kamaygani psixologlarning o'quvchilarni qamrab olish ko'rsatgichining pasayishiga sabab bo'ldi. Undan tashqari maktab psixologlarining ish salohiyatini pasaytiruvchi omillar ham mavjud afsuski, ularga misol qilib maxsus jihozlangan konsultatsiya xonalarining yo'qligi, modifikatsiya qilingan metodlarning kamligi.

Uchunchi - ijtimoiy muhitga e'tiborni qaratish

Hammamizga ma'lumki inson rivojlanishida 3ta omil muhim ahamiyat kasb etadi, bular : 1)Biologik omil; 2) Ijtimoiy omil; 3) Tabiiy omil;

Ijtimoiy omil o'smirlik davrida juda muhim ahamiyatga ega. Bu davrda bola qanday ijtimoiy muhitdaligi juda katta ahamiyatga ega. Ijtimoiy muhit shaxs rivojlanishiga kuchli ta'sir ko'rsatadi. Shu sababli ota- ona bu davrda farzandining atrofidagi do'stlari kimligiga ham e'tibor qaratishi zarur. Avvalo, ota-ona o'smir yoshdagi farzandiga do'st sifatida munosabatda bo'lishi kerak .

To`rtinchidan- O'smir yoshdagi bolani qobiliyatidan kelib chiqib yo'naltirish

O'smirni qiynayotgan yoki uni o'ylantirayotgan muammolardan yana biri bu kasb tanlash ya'ni kelgusi hayot uchun ilk qadamlarni qo'yish. Bu insonning kelajak hayotini belgilab beruvchi muhim jarayondir. Ayrim ota-onalar farzandlarini ular tanlagan kasb egalari bo'lishini istaydilar, ular farzandlari orqali o'zlarining ro'yobga chiqmagan orzularini amalga oshirishni xohlaydilar, lekin shu paytda farzandining orzu intilishlari bilan hisoblashishni unutib qo'yadilar. Bu qarorlar esa farzandining kelgusi hayotida katta ko'ngilsizliklarga sabab bo'lishini o'ylab ham ko'rishmaydi. Bu davrda ota-onadan hamda maktab o'qituvchilari, maktab psixologlaridan kuchli sergaklik talab qilinadi. Ular bolaning qobiliyatidan kelib chiqib ularni yo'naltirishlari lozim.

Beshinchidan - o'smirlik davrida yetakchi faoliyat turlarini to'g'ri tashkil etish

O'smirlik davridagi yetakchi faoliyat turlari – *o'qish, muloqot hamda mehnat faoliyatidir.*

O'smirlik davri muloqotining asosiy vazifasi bu do'stlik, o'rtoqlikdagi elementar normalarni aniqlash va egallashdir. O'smirlar muloqotining asosiy xususiyati shundan iboratki, u to'la o'rtoqlik kodeksiga bo'ysunadi. O'smirlar o'z tengdoshlari bilan muloqotda bo'lishi muhim ahamiyatga egadir. O'smirlar do'stlik, o'rtoqlik va o'zaro yordamlashishni hamma narsadan yuqori qo'yadilar.

O'qish faoliyati, esa bu davrda eng zarur va foydali faoliyat turi hisoblanadi, shu sababli ham bu davrda bolani ko'proq badiiy kitob o'qishga bo'lgan qiziqishini uyg'otish zarur. Badiiy kitob uning fikrlashni hamda dunyoqarashini kengaytiradi.

Mehnat faoliyati ham ushbu davrda to'g'ri tashkil etilgan bo'lishi zarur, chunki bu davrda bola organizmida biologik o'zgarishlar yuz beradi. Ortiqcha yoki og'ir mehnat faoliyati bilan shug'illanish bolaning biologik rivojlanishiga salbiy ta'sir ko'rsatishi mumkin.

Bu davrda kattalar o'smirlarning foydali jamoa ishlarida muvaffaqiyatga erishishlarida yordam berishlari va bu bilan ularning o'z qadr-qimmatlarini namoyon qilishlariga imkon berishlari lozim. Aks holda ular boshqalarning oldida o'zlarini yuqori qo'yishlari, bepisandlik qilishlari mumkin. Buni ular o'zlarining qadr-qimmatlari tan olinmaganligi yoki kamsitilganligiga qarshi chiqib, salbiy ishlar va xatti-harakatlar orqali amalga oshirishlari mumkin bo'ladi.²

Xulosa qilib, shuni aytish lozimki o'smirlik bu inson umrining eng murakkab va shiddatli davridir. Bu davrda har kim har xil holatlarga duch kelishi, bu jarayon har kimda har xil tarzda kechishi mumkin. Ayrim hollarda 1-2 yil oldin yoki keyinroq namoyon bo'ladi. Bu davrda ota –onalardan, o'qituvchilardan, hamda

² Э.Нишанова, Д.Абдуллаева, Г. Байкунусова Усмирлик даври психодиагностикаси ва психокоррекцияси

o'smirning atrofdagilaridan biroz sergaklik, o'smirni tushunishga harakat qilish so'raladi.

O'zini deyarli katta inson deb his qilayotgan o'smirga atrofdagilar ham shunga mos tarzda munosabat bildirishlari lozim. Bu davrda inson qancha o'qib o'rgansa shuncha kamdir. Shu sababli ham o'smir ko'proq o'qish faoliyati bilan shug'ullanishi kerak.

Foydalanilgan adabiyotlar

1. Ota-onalarga tavsiyalar ziyozukko.uz
2. З.Нишанова, Д.Абдуллаева, Г.Байкунусова Усмирлик даври психодиагностикаси ва психокоррекцияси (Loticha)
3. Qisqacha psixologik lug'at.-Rostov-na-Donu:FENIKS. L.A.Karpenko, A.V.Petrovskiy, M.G.Yaroshevskiy. 1998
4. Religions.uz