

**O‘SMIR YOSHDAGI BOLALARDA YUZAGA KELUVCHI
PSIXIK VA PSIXOFIZIOLOGIK O‘ZGARISHLAR
HAMDA ULARNING XULQ-ATVORGA TA’SIRI**

Abdullayeva Dilrabo Baxtiyor qizi,

Urganch Davlat Pedagogika Instituti

“Pedagogika va psixologiya” kafedrası o‘qituvchisi

dilrabobaxtiyorovna@gmail.com

+998937519019

Annotatsiya. *Mazkur maqolada o‘smirlik davrida yuzaga keladigan psixik va psixofiziologik o‘zgarishlar, ularning kelib chiqish omillari hamda o‘smirlar xulq-atvoriga ko‘rsatadigan ta’siri ilmiy-nazariy jihatdan tahlil qilingan. O‘smirlik davri shaxs rivojlanishidagi eng murakkab va muhim bosqichlardan biri bo‘lib, bu davrda biologik yetilish, emotsional beqarorlik, ijtimoiy munosabatlarning qayta shakllanishi kuzatiladi. Maqolada psixofiziologik jarayonlar va ijtimoiy-psixologik omillar o‘rtasidagi o‘zaro bog‘liqlik yoritilgan hamda o‘smirlar xulq-atvoridagi ijobiy va salbiy namoyon bo‘lish shakllari ilmiy manbalar asosida asoslab berilgan.*

Kalit so‘zlar: *o‘smirlik davri, psixik o‘zgarishlar, psixofiziologik rivojlanish, ijtimoiy munosabatlar, xulq-atvor, emotsional holat, shaxs shakllanishi.*

Аннотация: *В данной статье с научно-теоретической точки зрения проанализированы психические и психофизиологические изменения, возникающие в подростковом возрасте, факторы их формирования, а также их влияние на поведение подростков.*

Подростковый возраст является одним из наиболее сложных и значимых этапов развития личности, в ходе которого наблюдаются процессы биологического созревания, эмоциональной нестабильности и перестройки социальных отношений. В статье раскрыта взаимосвязь психофизиологических процессов и социально-психологических факторов, а также на основе научных источников обоснованы позитивные и негативные формы проявления поведения подростков.

Ключевые слова: *подростковый возраст, психические изменения, психофизиологическое развитие, социальные отношения, поведение, эмоциональное состояние, формирование личности.*

Abstract: *This article provides a scientific and theoretical analysis of psychological and psychophysiological changes occurring during adolescence, the factors contributing to their emergence, and their impact on adolescent behavior. Adolescence is considered one of the most complex and significant stages of personality development, characterized by biological maturation, emotional instability, and the restructuring of social relationships. The article highlights the interrelationship between psychophysiological processes and socio-psychological factors and substantiates both positive and negative manifestations of adolescent behavior based on scientific sources.*

Keywords: *adolescence, psychological changes, psychophysiological development, social relationships, behavior, emotional state, personality formation.*

KIRISH

Zamonaviy jamiyatda oʻsmirlar muammosi psixologiya, pedagogika va ijtimoiy fanlar doirasida dolzarb masalalardan biri hisoblanadi. Oʻsmirlik davri

— bu bolalikdan kattalikka o'tish davri bo'lib, shaxsning psixik, jismoniy va ijtimoiy rivojlanishida tub burilishlar sodir bo'ladi. Aynan shu davrda organizmda gormonal o'zgarishlar kuchayib, psixik jarayonlar faollashadi va xulq-atvorda turli nomutanosibliklar yuzaga keladi.

O'smirlik davrida yuzaga keladigan psixik va psixofiziologik o'zgarishlarni chuqur o'rganish, ularning xulq-atvorga ta'sirini aniqlash va ijobiy rivojlanishni ta'minlash ilmiy-amaliy ahamiyatga ega.

ASOSIY QISM

O'smirlik davrining psixofiziologik xususiyatlari. O'smirlik davrining psixik va psixofiziologik xususiyatlari psixologiya fanida ko'plab olimlar tomonidan ilmiy tadqiq etilgan. Ushbu davr shaxs rivojlanishining murakkab va ziddiyatli bosqichi sifatida talqin qilinadi. Rus psixologi L.S.Vigotskiy o'smirlik davrini shaxs taraqqiyotidagi *inqirozli bosqich* sifatida baholab, bu davrda biologik yetilish va ijtimoiy omillar o'rtasidagi qarama-qarshilik kuchayishini ta'kidlagan. U o'smirlik davrida “yaqin rivojlanish zonasi” kengayishini va ijtimoiy muhitning shaxs shakllanishidagi hal qiluvchi rolini asoslab bergan. L.I.Bojovich o'z tadqiqotlarida o'smirlik davrida motivatsion sohaning qayta tuzilishini alohida ta'kidlaydi.

Olimning fikricha, o'smirlar xulq-atvoridagi keskin o'zgarishlar ichki ehtiyojlar va tashqi talablar o'rtasidagi nomuvofiqlik bilan bog'liq. Bojovich o'smirlik davrida shaxsiy qiziqishlar va ijtimoiy motivlarning ustuvorlik kasb etishini ilmiy jihatdan asoslagan. Amerikalik psixolog E. Erikson o'zining psixosotsial rivojlanish nazariyasida o'smirlik davrini “*identifikatsiya va rol chalkashuvi*” bosqichi sifatida tavsiflaydi. Eriksonning ta'kidlashicha, o'smirlar o'z “Men”ini anglashga, jamiyatdagi o'rnini belgilashga intiladi.

Ushbu jarayon muvaffaqiyatli kechmasa, xulq-atvorda beqarorlik va ijtimoiy moslashuv muammolari yuzaga keladi. Shuningdek, A. Gezell o'smirlik davridagi psixofiziologik o'zgarishlarni biologik yetilish bilan bog'liq holda izohlaydi. U o'smir organizmidagi jismoniy rivojlanish sur'atlari psixik holatga bevosita ta'sir ko'rsatishini tajribaviy tadqiqotlar asosida ko'rsatib bergan. J. Piaje o'smirlik davrida tafakkurning yangi bosqichi – *formal-mantiqiy fikrlash* shakllanishini ta'kidlagan. Uning fikricha, abstrakt tafakkurning rivojlanishi o'smirlarning mustaqil qaror qabul qilishiga, tanqidiy fikrlashiga va xulq-atvoridagi o'zgarishlarga sabab bo'ladi.

O'zbek olimlaridan E.G'.G'oziyev, M.G'.Davletshin, N.S.Sattorova kabi tadqiqotchilar o'smirlik davrining yosh va pedagogik psixologiya nuqtayi nazaridan xususiyatlarini o'rganib, psixik jarayonlar va xulq-atvor o'rtasidagi bog'liqlikni milliy mentalitet asosida yoritganlar. Ularning ilmiy ishlarida o'smirlar tarbiyasida oilaning, ta'lim muassasasining va ijtimoiy muhitning ahamiyati alohida ta'kidlangan. Zamonaviy tadqiqotchilar (R. Steinberg, L. Kohlberg va boshqalar) esa o'smirlar xulq-atvoridagi riskka moyillik, emotsional beqarorlik va axloqiy rivojlanish jarayonlarini neyropsixologik va ijtimoiy omillar bilan bog'liq holda tahlil qilganlar. Ularning izlanishlari o'smirlik davrida psixofiziologik jarayonlar bilan ijtimoiy tajribaning o'zaro ta'siri muhim ekanligini ko'rsatadi.

O'smirlik davri(umumiy qamrovda) 10-11 yoshdan 14–15 (ba'zan 16–17) yoshlarni qamrab oladi. Bu davrda organizmda biologik yetilish jarayoni jadallashadi. Gormonal tizimning faollashuvi natijasida markaziy asab tizimi sezgirliги oshadi, bu esa emotsional beqarorlikni yuzaga keltiradi.

O'smirlik davridagi psixofiziologik o'zgarishlar quyidagilarda namoyon bo'ladi:

- tez charchash va asabiylik;
- uyqu rejimining buzilishi;
- emotsional reaksiyalarning keskinligi;
- impulsiv harakatlarning ko'payishi.

Bu holatlar o'smirlarning xulq-atvorida tajovuzkorlik, o'zini tutishda qiyinchiliklar va qarama-qarshiliklarga moyillikni keltirib chiqarishi mumkin.

O'smirlik davrida psixik jarayonlarning rivojlanishi. Mazkur davrda tafakkur, xotira, diqqat va tasavvur kabi psixik jarayonlar sifat jihatdan o'zgaradi. O'smirlar abstrakt tafakkur qilish qobiliyatiga ega bo'la boshlaydi, o'z "Men"ini anglash kuchayadi. Shaxsiy "identifikatsiya" izlanishi amalga oshadi. Bu jarayonda o'smirlar turli xil rollarni o'zida sinab ko'rishi kuchayadi.

Psixik o'zgarishlarning asosiy jihatlari sifatida quyidagiarni keltirish mumkin:

- o'zini anglash va o'zini baholashning shakllanishi;
- mustaqillikka intilish;
- kattalar fikriga nisbatan tanqidiy munosabat;
- tengdoshlar fikriga yuqori darajada bog'liqlik.

Mazkur jarayonlar o'smirlarning ijtimoiy muhitga moslashuviga bevosita ta'sir ko'rsatadi.

Psixik va psixofiziologik o'zgarishlarning xulq-atvorga ta'siri. O'smirlik davrida yuzaga keladigan ichki ziddiyatlar ko'pincha xulq-atvorda namoyon bo'ladi. Bu holat quyidagi shakllarda kuzatiladi:

- agressiv yoki tajovuzkor xatti-harakatlar;
- ijtimoiy qoidalarga bo'ysunmaslik;
- xavfli xulq-atvor (riskka moyillik);
- emotsional yopiq holat yoki depressiv kayfiyat.

Biroq, mazkur davr faqat salbiy holatlar bilan cheklanmaydi. To'g'ri psixologik yondashuv, oilaviy va ta'lim muhitining qo'llab-quvvatlashi natijasida o'smirlar ijodkorlik, yetakchilik va ijtimoiy faollik kabi ijobiy sifatlarni namoyon etishi mumkin.

O'smirlar xulq-atvorini shakllantirishda ijtimoiy omillar. O'smir shaxsining shakllanishida oila, maktab va tengdoshlar muhitining roli katta. Psixologik qo'llab-quvvatlashning yetishmasligi o'smirlik inqirozining keskinlashuviga olib keladi.

Muhim ijtimoiy omillar:

- oiladagi psixologik muhit;
- pedagogik yondashuv;
- ijtimoiy tarmoqlarning ta'siri;
- madaniy va axloqiy qadriyatlar.

XULOSA

O'smirlik davrida yuzaga keladigan psixik va psixofiziologik o'zgarishlar shaxs rivojlanishining muhim tarkibiy qismi hisoblanadi. Ushbu o'zgarishlar o'smirlar xulq-atvoriga bevosita ta'sir ko'rsatib, ularning ijtimoiy moslashuvi va shaxs sifatida shakllanishida muhim rol o'ynaydi. Mazkur jarayonlarni ilmiy asosda o'rganish va to'g'ri psixologik-pedagogik yondashuvni qo'llash orqali o'smirlarning sog'lom rivojlanishini ta'minlash mumkin.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR

1. Vygotskiy L.S. *Pedologiya va o'smirlik psixologiyasi*. – Moskva, 2005.
2. Bojovich L.I. *Shaxs va uning bolalik davridagi shakllanishi*. – Moskva, 2008.
3. Erikson E. *Shaxs va ijtimoiy rivojlanish*. – Nyu-York, 1994.
4. G'oziyev E.G'. *Yosh va pedagogik psixologiya*. – Toshkent, 2010.
5. Davletshin M.G'. *Umumiy psixologiya*. – Toshkent, 2012.