

O'SMIRLIK DAVRIDA QO'RQUV YUZAGA KELISHINING PSIXOLOGIK XUSUSIYATLARI

Yakshiyev Asilbek Amir oglu

**Head of the educational and ideological
work unit of the battalion of the National Guard military
unit - psychologist captain
bek19109233@mail.ru**

O'smirlik davri shaxs rivojlanishining murakkab va ziddiyatli bosqichlaridan biri bo'lib, aynan ushbu davrda turli emotsional holatlar, jumladan qo'rquv kechinmalari kuchayishi kuzatiladi. O'smirlarda qo'rquv holatlarining yuzaga kelishi biologik, psixologik, ijtimoiy va pedagogik omillar bilan bog'liq holda shakllanadi. Ushbu davrda nerv tizimi va gormonal tizimdagi o'zgarishlar emotsional sezgirlikning ortishiga olib kelib, o'smirlarning tashqi ta'sirlarga nisbatan yuqori darajada hissiy reaksiya bildirishiga sabab bo'ladi. Shu bois qo'rquv o'smir psixikasida himoya reaksiyasi sifatida namoyon bo'lishi mumkin.

Psixologik jihatdan o'smirlarda qo'rquvning paydo bo'lishiga o'ziga-o'zi ishonchsizlik, past o'zini baholash, muvaffaqiyatsizlikdan qo'rqish va kelajak bilan bog'liq noaniqliklar ta'sir ko'rsatadi. O'smirlik davrida “Men” konsepsiyasining faol shakllanishi natijasida shaxs o'z imkoniyatlarini boshqalar bilan taqqoslay boshlaydi. Natijada tengdoshlari tomonidan rad etilish, tanqid qilinish yoki ijtimoiy mavqeini yo'qotishdan qo'rqish holatlari yuzaga keladi. Ayniqsa, kommunikativ qiyinchiliklarga ega o'smirlarda ijtimoiy qo'rquv va xavotir darajasi yuqoriroq kuzatiladi.

O'smirlarda qo'rquv holatlarining yuzaga kelishi muammosi ko'plab xorijiy, rus va o'zbek psixolog olimlari tomonidan ilmiy jihatdan tadqiq etilgan. Olimlarning fikricha, qo'rquv o'smirlik davrida shaxs rivojlanishining tabiiy emotsional reaksiyalaridan biri bo'lib, uning paydo bo'lishida biologik, psixologik va ijtimoiy omillar muhim rol o'ynaydi.

Sigmund Freud psixoanalitik yondashuvda qo'rquvni shaxsning ichki ziddiyatlari va ong osti konfliktlari bilan bog'laydi. Uning fikricha, qo'rquv insonning bostirilgan hissiyotlari va xavotirli kechinmalarining tashqi ifodasi hisoblanadi. Freyd o'smirlik davrida biologik instinktlar va ijtimoiy talablar o'rtasidagi ziddiyat kuchayishi natijasida xavotir va qo'rquv holatlari ortishini ta'kidlaydi.
[1]

Erik Erikson o'smirlik davrini “identiklikka erishish yoki rol chalkashuvi” bosqichi sifatida tavsiflab, ushbu davrda o'z “Men”ini anglay olmaslik, kelajakdagi mavqe va kasbiy yo'nalish bilan bog'liq noaniqliklar qo'rquvning asosiy manbalaridan biri ekanligini ko'rsatadi. Eriksonning fikricha, o'smirlar tengdoshlari tomonidan qabul qilinmaslik yoki ijtimoiy mavqeini yo'qotishdan kuchli xavotirlanadi.[2]

Lev Vygotsky qo'rquvning shakllanishida ijtimoiy muhit va muloqotning roliga alohida e'tibor qaratadi. Uning fikricha, o'smirning emotsional holati atrofidagi ijtimoiy munosabatlar, oilaviy muhit va pedagogik ta'sirlar orqali shakllanadi. Salbiy ijtimoiy muhit va kommunikativ qiyinchiliklar o'smirlarda xavotir va qo'rquvning kuchayishiga olib keladi.[3]

Oilaviy muhit ham qo'rquv holatlarining shakllanishida muhim omil hisoblanadi. Oiladagi nizolar, ota-onaning haddan tashqari nazorati, avtoritar tarbiya uslubi, emotsional sovuqlik yoki aksincha, ortiqcha himoya qilish o'smirning psixologik barqarorligiga salbiy ta'sir ko'rsatadi. Bunday sharoitda o'smirda xavfsizlik hissi pasayib, ichki xavotir va qo'rquv kuchayadi. Shuningdek,

oiladagi zo‘ravonlik, ajrim yoki doimiy stressli vaziyatlar qo‘rquvning surunkali shaklga o‘tishiga sabab bo‘lishi mumkin.

Ijtimoiy omillar ham o‘smirlarda qo‘rquv holatlarining yuzaga kelishida muhim rol o‘ynaydi. Zamonaviy axborot oqimi, internet va ijtimoiy tarmoqlarda zo‘ravonlik, salbiy axborotlar va kiberbulling holatlarining keng tarqalishi o‘smirlarning emotsional holatiga salbiy ta‘sir etmoqda. Bundan tashqari, tengdoshlari bilan munosabatlarda muvaffaqiyatsizlikka uchrash, jamoaga moslasha olmaslik yoki ijtimoiy izolyatsiya qo‘rquv va xavotir holatlarini kuchaytiradi.

Pedagogik omillar ham o‘smir psixologiyasida qo‘rquvning shakllanishiga sabab bo‘lishi mumkin. Ta‘lim jarayonidagi ortiqcha bosim, yuqori talablar, o‘qituvchilarning salbiy munosabati yoki baholashdagi adolatsizlik o‘quvchilarda imtihon qo‘rquvi, omma oldida chiqishdan qo‘rqish va o‘z imkoniyatlariga ishonchsizlikni yuzaga keltiradi. Ayniqsa, muvaffaqiyatsizlik uchun doimiy tanqid qilinadigan o‘smirlarda xavotir va qo‘rquv darajasi yuqori bo‘ladi.

Shuningdek, ekstremal va travmatik vaziyatlar — yo‘l-transport hodisalari, tabiiy ofatlar, zo‘ravonlik holatlari yoki yaqin insonini yo‘qotish kabi omillar ham o‘smir psixikasida kuchli qo‘rquv reaksiyalarini shakllantiradi. Bunday holatlar ayrim hollarda posttravmatik stress buzilishi, depressiv holatlar va ijtimoiy moslashuv qiyinchiliklariga olib kelishi mumkin.

Umuman olganda, o‘smirlarda qo‘rquv holatlarining yuzaga kelishi biologik, psixologik, oilaviy va ijtimoiy omillarning o‘zaro ta‘siri natijasida shakllanadi. Shu sababli qo‘rquvning oldini olish va psixologik korreksiyasini amalga oshirishda o‘smirning individual xususiyatlarini hisobga olish, sog‘lom psixologik muhit yaratish hamda psixologik-pedagogik qo‘llab-quvvatlash tizimini kuchaytirish muhim ilmiy-amaliy a**ЎАМИЯТ** kasb etadi.

Adabiyotlar, References, Литературы:

- 1.Sigmund Freud. (1926). Inhibitions, symptoms and anxiety. London: Hogarth Press.
2. Erik Erikson. (1968). Identity: Youth and crisis. New York: W.W. Norton & Company.
3. Lev Vygotsky. (1978). Mind in society: The development of higher psychological processes. Cambridge, MA: Harvard University Press.