

O'SPIRINLIK DAVRI — SHAXSIY KAMOLOTNING POYDEVORI

Hasanboyeva Kamola

University of Business and Science

Psixologiya yo'nalishi 4-bosqichi talabasi

<https://doi.org/10.5281/zenodo.21671411>

Annotatsiya. Ushbu maqolada o'spirinlik davrining ijtimoiy-psixologik xususiyatlari chuqur tahlil qilinadi. O'spirinlik inson hayotidagi shaxsiy kamolot, mustaqil fikrlash, axloqiy qadriyatlar shakllanishi va o'zlikni anglash jarayonining muhim bosqichi sifatida yoritiladi. Maqolada bu davrda yuzaga keladigan psixologik inqirozlar, ijtimoiy bosimlar va raqamli muhit ta'sirini hamda ularni yengib o'tish yo'llarini ko'rsatadi. Ota-onalar va pedagoglarning o'spirinlar bilan muloqoti, ularni tushunish va qo'llab-quvvatlashning ahamiyati ta'kidlanadi.

Kalit so'zlar. o'spirinlik psixologiyasi, shaxsiy kamolot, o'zlikni anglash, axloqiy tarbiya, raqamli muhit, emotsional xavfsizlik, ijtimoiy moslashuv.

Abstract. This article explores the socio-psychological characteristics of adolescence, highlighting it as a critical stage for personal development, independent thinking, moral formation, and identity exploration. This article examines the psychological crises and social pressures adolescents face, especially in the context of the digital environment, and suggests supportive strategies. The article emphasizes the essential role of parents and educators in understanding and guiding adolescents during this transformative period.

Keywords. adolescent psychology, personal development, self-identity, moral education, digital environment, emotional security, social adaptation

Inson hayotining har bir bosqichi o'ziga xos ijtimoiy-psixologik xususiyatlarga ega bo'lib, ularning har biri shaxs shakllanishi va taraqqiyoti jarayonida muhim rol o'ynaydi. Bu bosqichlar ichida o'spirinlik davri alohida ahamiyat kasb etadi. Mazkur davr inson hayotida shaxsiy kamolotning poydevori, ruhiy o'sishning eng nozik, ammo muhim pallasi hisoblanadi.

O'spirinlik – bu biologik yetilish va psixologik o'zgarishlar uyg'unlashgan, o'zlikni anglash va mustaqil fikrlashga bo'lgan ehtiyoj kuchaygan davrdir. Aynan shu bosqichda inson o'zining ichki dunyosini kashf etishga, jamiyatdagi o'rnini aniqlashga va hayotiy maqsadlarini shakllantirishga intiladi. O'spirin o'z fikri, qarashlari, ideallari bilan ijtimoiy muhitga moslashish yo'lida kurashadi. Bu esa shaxsiy kamolot jarayonining boshlanishi bo'lib xizmat qiladi. Shuni unutmash lozimki, o'spirinlik davri – bu faqat jismoniy o'zgarishlar emas, balki ruhiy sezuvchanlikning, hissiy zo'riqishlarning, qarama-qarshi his-tuyg'ular to'qnashuvining ham davridir. Inson aynan shu pallada hayotda ilk bor o'zini anglashga, shaxsiy “men”ini topishga harakat qiladi. Bu esa ruhiy mustahkamlik, aqliy pishqoqlik va axloqiy mezonlarning shakllanishida hal qiluvchi omil bo'lib xizmat qiladi.

Psixologlar fikriga ko'ra, o'spirinlik davrida yuzaga kelgan har bir ichki muammo yoki ijtimoiy ziddiyat yengil ko'ringan bo'lsa-da, u shaxsning butun hayotiga salbiy yoki ijobiy ta'sir ko'rsatishi mumkin. Shu sababli, bu davrda yosh avlod bilan muloqotda bo'lish, ularni eshitish, tushunish va qo'llab-quvvatlash – nafaqat ota-onalar, balki pedagog va jamiyat zimmasidagi dolzarb vazifalardan biridir.

O'spirinlik – bu iqtidorlar yuzaga chiqadigan, orzular shakllanadigan, hayotiy yo'l tanlanadigan davrdir. Bu bosqichda yoshlarning intellektual salohiyatini ro'yobga chiqarish, ularni ma'naviy-axloqiy qadriyatlar ruhida tarbiyalash, erkin fikrlovchi, mas'uliyatli va ongli shaxs sifatida voyaga yetkazish mamlakat taraqqiyoti uchun asosiy

kafolatlardan biridir. O'spirinlikning psixologik xususiyatlari

1. O'zlikni anglash ehtiyoji: O'spirinlikda inson o'z "men"ini izlaydi – "Men kimman?", "Qanday inson bo'lishni istayman?" kabi savollar tug'ila boshlaydi. Bu jarayon shaxsiy kamolotning yurak markazi hisoblanadi.

2. Mustaqillikka intilish: O'spirinlar avvalgidek kattalarga to'liq tayanmaydi. Ular qaror qabul qilishni o'rganadi, o'z fikriga ega bo'lishni istaydi. Bu esa ularni yetuklik sari yetaklaydi.

3. Axloqiy qadriyatlar shakllanishi: O'spirinlikda inson ezgulik va yovuzlik, haqiqat va yolg'on o'rtasida farq qila boshlaydi. Axloqiy ong va mas'uliyat hissi rivojlanadi.

4. Do'stlik va jamoadorlik: Bu davrda o'spirinlar o'z tengdoshlari bilan muloqotga katta ahamiyat beradi. Guruhga mansublik hissi kuchayadi. Do'stlik ular uchun shaxsiy qiymatga aylanadi.

5. Rol izlash va identifikatsiya: O'spirinlar o'zlariga "ideal shaxs" topib, o'sha kabi bo'lishga harakat qiladi. Bu aktyorlik, sport, ilm-fan, blogerlik yoki ota-onadagi ijobiy obraz bo'lishi mumkin.

O'spirinlar uchun emosional xavfsizlik muhiti muhim: uydagi mehr, tushunish va sabr ularda o'ziga ishonch uyg'otadi. O'qituvchilar va ota-onalarning behisob tanqidlari yoki taqqoslashlari o'spirin ruhiyatini izdan chiqarishi mumkin. Psixologlar ta'kidlashicha, bu davrda bolaning yutuqlari e'tirof etilishi, g'oyalariga hurmat bilan qaralish lozim. Mashhur psixolog Erik Erikson o'spirinlikni "shaxsiylik inqirozi" bosqichi deb atagan. Unga ko'ra, bu davrda inson o'zini jamiyatga nisbatan angelaydi va o'z o'rnini izlaydi. Agar bu inqiroz muvaffaqiyatli yengilsa, mustahkam shaxs shakllanadi. Bugungi o'spirinlar raqamli dunyoda ulg'aymoqda. Ularning e'tiborini telefonlar, ijtimoiy tarmoqlar, sun'iy go'zallik me'yorlari egallagan. Bu esa quyidagi muammolarga olib kelishi mumkin:

- O'ziga past baho berish
- Depressiya va izolyatsiya
- Vaqtini to'g'ri boshqara olmaslik
- Ijtimoiy bosim ostida qolish

Shu sababli, raqamli savodxonlik, ijtimoiy-emotsional ko'nikmalar va o'zini boshqarish bo'yicha tarbiya berish o'ta zarur.

Xulosa qilib aytganda, o'spirinlik davri – bu shunchaki o'tuvchi bosqich emas, balki inson shaxsining kelgusidagi hayot yo'nalishini belgilovchi asosiy poydevordir. Bu davrda yaratilgan muhit, berilgan tarbiya va ko'rsatilgan e'tibor kelajakda yuksak salohiyatli, barkamol avlodni shakllantirishda beqiyos ahamiyatga ega bo'ladi. Shu bois har bir ongli jamiyat uchun o'spirinlik davrini to'g'ri anglash va unga mas'uliyat bilan yondashish zaruriydir.

Adabiyotlar, References, Литературы:

1. Абдурахманова Г.Т., Абдуллаев А.М. *Psixologiya asoslari*. – Toshkent: "O'zbekiston", 2020
2. Бобоев Ш. *Pedagogik va yosh davrlar psixologiyasi*. – Toshkent: "Yangi asr avlodi", 2021.
3. Berk L.E. *Development Through the Lifespan*. – Pearson Education, 2014.
4. Erikson E. *Childhood and Society (Bola va jamiyat)*. – New York: W. W. Norton & Company, 1993.
5. Назарова Г.А. *Yoshlik davri psixologiyasi*. – Toshkent: Fan, 2016.
6. O'zbekiston Respublikasi Ta'lim va Fan Vazirligi: *Psixologiya darsliklari va metodik*

qo'llanmalar. – Toshkent, 2019–2023.

7. Piaget J. *The Psychology of the Child (Bolaning psixologiyasi)*. – Basic Books, 2000.
8. Vygotsky L.S. *Mind in Society: The Development of Higher Psychological Processes*. – Harvard University Press, 1978.
9. World Health Organization. *Adolescent Health and Development*. – WHO Reports, 2022.
10. Zokirova M.H. *O'spirinlik psixologiyasi*. – Toshkent: O'zMU nashriyoti, 2018.