

O'SMIRLARDA O'Z-O'ZINI BAHOLASH SHAKLLANISHINING PSIXOLOGIK JIHATLARI VA OILAVIY MUNOSABATLAR TA'SIRI

Nig'matova Shohsanam

**O'zbekiston Milliy Universiteti, Ijtimoiy fanlar fakulteti,
Psixologiya fanlari bo'yicha falsafa doktiri(PhD)**

Temirova Maryam

Muzaffarova Marjona

“Amaliy psixologiya” yo'nalishi 4 bosqich talabasi

<https://doi.org/10.5281/zenodo.19091849>

O'smirlik davri shaxs rivojlanishining o'ziga xos bosqichi bo'lib, unda insonning ruhiy, ijtimoiy va ma'naviy jihatdan shakllanishi jadal sur'atda kechadi. Bu davrda o'smirlar o'z shaxsini anglashga, o'z qobiliyatlari va imkoniyatlarini baholashga intila boshlaydilar. Ayniqsa, o'z-o'zini baholash jarayoni ushbu davrda muhim psixologik ahamiyat kasb etadi. O'z-o'zini baholash shaxsning o'ziga, o'z xatti-harakatlariga va o'z imkoniyatlariga beradigan bahosi sifatida namoyon bo'ladi. Ushbu jarayon o'smirning ijtimoiy muhitga moslashuvi, o'ziga bo'lgan ishonchi hamda kelajakdagi hayotiy faoliyatiga bevosita ta'sir ko'rsatadi.

O'z-o'zini baholash shaxsning o'ziga nisbatan shakllangan tasavvurlari tizimidir. O'smirlik davrida bu tasavvurlar asta-sekin murakkablashib boradi. O'smir o'zining tashqi ko'rinishi, qobiliyati, bilim darajasi, xulq-atvori va tengdoshlar orasidagi o'rnini baholashga harakat qiladi. Bu jarayonda u atrofidagi insonlarning fikriga katta e'tibor beradi. Ayniqsa, ota-ona, o'qituvchi va tengdoshlarning munosabati o'smirning o'ziga bo'lgan qarashini shakllantirishda muhim rol o'ynaydi.

Psixologik tadqiqotlarga ko'ra, o'smirlik davrida o'z-o'zini baholashning shakllanishi ko'p jihatdan shaxsning o'zini anglash darajasiga bog'liq. O'zini anglash jarayoni orqali o'smir o'zining kim ekanligini, qanday inson bo'lishni istashini anglay boshlaydi. Bu davrda o'smirlar ko'pincha o'zlarini boshqalar bilan taqqoslaydilar. Ular tengdoshlari bilan solishtirib, o'zining kuchli va zaif tomonlarini aniqlashga harakat qiladi. Agar o'smir o'z imkoniyatlarini real baholay olsa, unda sog'lom va barqaror o'z-o'zini baholash shakllanadi.

O'z-o'zini baholash shakllanishiga ta'sir ko'rsatadigan eng muhim omillardan biri bu oilaviy muhitdir. Oila shaxsning ilk ijtimoiylashuv muhiti hisoblanadi. Bola aynan oilada dastlabki ijtimoiy tajribalarni o'zlashtiradi, atrofdegilar bilan qanday munosabatda bo'lishni o'rganadi. O'smirlik davrida ham ota-onaning farzandga bo'lgan munosabati uning psixologik rivojlanishiga katta ta'sir ko'rsatadi. Agar ota-onalar farzandining fikrini hurmat qilsa, uning qiziqishlarini qo'llab-quvvatlasa va unga ishonch bildirsa, o'smir o'zini muhim va qadrlangan shaxs sifatida his qiladi.

Oiladagi ijobiy psixologik iqlim o'smir shaxsining sog'lom rivojlanishiga xizmat qiladi. Mehr-muhabbat, o'zaro hurmat va tushunishga asoslangan oilaviy munosabatlar o'smirda o'ziga nisbatan ijobiy munosabatni shakllantiradi. Bunday muhitda ulg'aygan o'smirlar odatda o'ziga ishongan, mustaqil fikrlay oladigan va ijtimoiy faol shaxs bo'lib yetishadi. Aksincha, oilada nizolar ko'p bo'lsa, ota-onalar o'rtasida kelishmovchiliklar mavjud bo'lsa yoki farzandga yetarli e'tibor berilmasa, bu holat o'smirning ruhiy holatiga salbiy ta'sir ko'rsatishi mumkin.

O'smirlik davrida ota-onaning tarbiya uslubi ham alohida ahamiyatga ega. Tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, demokratik tarbiya uslubi o'smirning sog'lom o'z-o'zini baholashini shakllantirishda eng samarali uslub hisoblanadi. Bu uslubda ota-onalar farzandining fikrini tinglaydi, unga mustaqil qaror qabul qilish imkonini beradi va uning harakatlarini qo'llab-quvvatlaydi. Natijada

o'smir o'z imkoniyatlariga ishonishni o'rganadi. Boshqa tomondan, haddan tashqari qattiqqo'l yoki e'tiborsiz tarbiya uslublari o'smirda o'ziga nisbatan salbiy munosabatni shakllantirishi mumkin.

Tengdoshlar bilan munosabatlar ham o'smirning o'z-o'zini baholashiga sezilarli ta'sir ko'rsatadi. O'smirlar uchun do'stlarining fikri va bahosi juda muhim hisoblanadi. Agar o'smir tengdoshlari orasida hurmat qozonsa, u o'zini jamiyatda muhim shaxs sifatida his qiladi. Bu esa uning o'ziga bo'lgan ishonchini oshiradi. Aksincha, tengdoshlar tomonidan rad etilish yoki doimiy tanqid o'smirda o'ziga nisbatan salbiy tasavvurlar paydo bo'lishiga olib kelishi mumkin. Shuningdek, ta'lim muhitining ham o'smirning o'z-o'zini baholashiga ta'siri katta. Maktab o'smir uchun nafaqat bilim olish joyi, balki ijtimoiy munosabatlar shakllanadigan muhit hamdir. O'qituvchining o'quvchilarga bo'lgan munosabati, ularni rag'batlantirish usullari va baholash tizimi o'smirning o'ziga bo'lgan qarashiga ta'sir ko'rsatadi. Agar o'qituvchi o'quvchining yutuqlarini e'tirof etsa va uni qo'llab-quvvatlasa, o'smir o'z imkoniyatlarini ijobiy baholashni o'rganadi.

Psixologlarning fikricha, o'z-o'zini baholashning barqaror shakllanishi o'smirning kelajakdagi hayotiy faoliyatida muhim rol o'ynaydi. O'ziga ishonchli bo'lgan shaxs hayotdagi qiyinchiliklarni yengishga, maqsadlariga erishishga va jamiyatda faol o'rin egallashga ko'proq intiladi. Shu sababli o'smirlik davrida sog'lom o'z-o'zini baholashni shakllantirish muhim pedagogik va psixologik vazifalardan biri hisoblanadi.

Xulosa qilib aytganda, o'smirlarda o'z-o'zini baholash shakllanishi murakkab psixologik jarayon bo'lib, u ijtimoiy muhit, maktab, tengdoshlar va ayniqsa oilaviy munosabatlar ta'sirida rivojlanadi. Oiladagi ijobiy muhit, ota-onaning qo'llab-quvvatlashi va farzandga nisbatan hurmatli munosabati o'smirning o'ziga bo'lgan ishonchini mustahkamlaydi. Shu sababli oila va ta'lim muassasalari o'smir shaxsining sog'lom rivojlanishini ta'minlashda muhim rol o'ynaydi.

Adabiyotlar, References, Литературы:

1. G'oziyev E.G'. Umumiy psixologiya. – Toshkent: O'zbekiston faylasuflari milliy jamiyati nashriyoti, 2010.
2. Karimova V.M. Ijtimoiy psixologiya. – Toshkent: Fan va texnologiya, 2012.
3. Nemov R.S. Psixologiya. – Moskva: Vldos, 2003.
4. Bojovich L.I. Lichnost i yeyo formirovanie v detskom vozraste. – Moskva: Prosveshcheniye, 2008.
5. Kon I.S. Psixologiya rannego yunoshestva. – Moskva: Prosveshcheniye, 1989.