

O'SPIRINLIK DAVRIDAGI YOSHLARGA PSIXOLOGIK YORDAM KO'RSATISH

Yuldosheva Nasiba Muxtorovna

*Buxoro viloyati Buxoro tuman 40-umumiy
o'rta ta'lim maktabining amaliyotchi psixologi*

Annatsiya: Mazkur maqola – ilk o'spirinlik davrida yoshlar hayotidagi o'zgarishlari, hissiyotlarni yoshga doir rivojlanish tahlili, rivojlanish jarayonida muammolarini o'rganishga mo'ljallangan.

Kalit so'zlar: Emotsanal zo'riqish, ilk o'spirinlik davri, hissiy yuksalish, stress, himoya mexanizmi, kelajak .

Hayotda o'z o'rnini topishga intilish kasb-hunar egallash, ixtisoslikni tanlash, istiqbol rejasini tuzish, kelajakka jiddiy munosabatda bo'lishni keltirib chiqaradi. Biroq bu davr kuch-g'ayrat, shijoat, qahramonlik ko'rsatishga urinish, jamoat, jamiyat va tabiat hodisalariga romantik munosabatda bo'lish bilan boshqa yosh davrlaridan keskin farqlanadi. Ayniqsa, turmush va o'qish faoliyatlarining yangicha shart-sharoitlari sinf jamoasidagi o'zgacha vaziyat, o'spirinlarning maktabda egallagan yuqori mavqei, jamoatchilik ishlarida tajriba orttirishlari ular oldiga yuksak talab hamda mas'uliyatli vazifalar qo'yadi. Bu davrda yuqori sinf o'quvchilari maktab muhitida tashkilotchilik, rahbarlik, tarbiyachilik, tashviqotchilik vazifalarini o'tay boshlaydilar.

Ilk o'spirinlik yoshi davriga 15-18 yoshlardagi (IX—XI sinf o'quvchilari) kiradilar. Bu davrda o'quvchi jismonan baquvvat, o'qishni tugatgach, mustaqil mehnat qila oladigan, oliy maktabda o'zini sinab ko'radigan imkoniyatga ega bo'ladi, ma'naviy jihatdan yetuklikka erishadi. O'spirin 16 yoshida mamlakat fuqarosi va 18 yoshida esa saylash hamda saylanish huquqiga ega bo'ladi. Bularning barchasi o'spiringa fuqaro sifatida ijtimoiy jihatdan voyaga etishi, hayotda o'z o'rnini topishi, o'z taqdirini o'zi hal qilishi va yetuk shaxs sifatida ma'naviy o'sishi uchun jamiki shart-sharoitlarni yaratadi. Ilk o'spirinniig shaxsi ijtimoiy hayotda, maktab jamoasida, tengqurlari bilan munosabatlarda egallagan mutlaqo yangicha mavqei ta'sirida, o'qish va turmush sharoitidagi o'zgarishlar ta'sirida tarkib topa boshlaydi. Mazkur davrning yana bir xususiyati — mehnat bilan ta'lim faoliyatining bir xil ahamiyat kasb etishidan iboratdir. Mavjud shart-sharoitlar ta'siri ostida o'spirinning aqliy va axloqiy jihatdan o'sishida o'ziga xos o'zgarishlar, yangi xislat va fazilatlar namoyon bo'ladi. Yuqori sinf o'quvchilari ijtimoiy hayotdagi dolzarb vazifalarni hal qilishda faol ishtirok eta boshlaydilar. Ijtimoiy hayotda faol qatnashish, ta'lim xarakterining o'zgarishi yigit va qizlarda ilmiy dunyoqarash, barqaror e'tiqodning shakllanishiga, yuksak insoniy his-

tuyg'uning vujudga kelishiga, bilimni o'zlashtirishga ijodiy yondashishni kuchayishiga olib keladi.

Amerikalik olim G.Djons 12 yoshli o'smirlar va 17 yoshli ilk o'spirinlarning emotsional reaksiyalarini (teri-galvanik reaksiyalar) solishtirdi. U so'zli qo'zg'atuvchilarni yoqimli, yoqimsiz va befarqlarga ajratgan. Tajriba natijalaridan ma'lum bo'lishicha, umumiy emotsional reaksiya o'smirlarga nisbatan ilk o'spirinlarda yuqori bo'lgan. Lekin ular orasidagi asosiy farq tanlash darajasida kuzatilgan: ilk o'spirinlar o'smirlarga nisbatan befarq va yoqimsiz so'zlarga javob qaytarganlar. Shunday qilib, ilk o'spirinlarning emotsiyalari, intellekt singari aniq qo'zg'atuvchi bu sinaluvchi uchun qanday ahamiyatga egaligini hisobga olmasdan o'lchash mumkin emas. Ilk o'spirinlik davridagi emotsional qiyinchilik va muammolarni aniq qarab chiqish lozim, chunki ularning kelib chiqish sabablari har xil.

O'smirlik davridagi dismorfofobiya — o'z tanasi va tashqi ko'rinishidan tashvishlanish ilk o'spirinlik davrida o'tib ketadi. Ilk o'spirinlarda namoyon bo'ladigan xavotirlanish belgilari bu yoshdagi maxsus qiyinchiliklarga reaksiya emas, balki ilgari olingan ruhiy jarohatlanishning keyin namoyon bo'lishidir. Ko'pchilikda o'smirlikdan ilk o'spirinlikka o'tishda muloqotchanlik va umumiy emotsional kayfiyat yaxshilanadi.

Ye.A.Silining longityud tadqiqotlaridan ma'lum bo'lishicha, u bolalarni 7 va 9-sinflarda kuzatib, o'smirlarga nisbatan ilk o'spirinlarda kamroq impulsivlik va emotsional qo'zg'aluvchanlik, ko'proq ekstravertlik va emotsional barqarorlik kuzatilishini aniqlagan. A.V.Kuchmenko tadqiqotlarida ham 16—18 yoshli ilk o'spirinlar o'smirlarga qaraganda, o'zlarining nerv sistemasi tipiga bog'liq bo'lmagan holda bosiqlik va barqarorlik kuzatilgan.

Amerikalik psixolog R.Kettel tadqiqotlarida ham ilk o'spirinlarda o'smirlarga nisbatan muloqotchanlik, odamlar bilan kirishimlilik, boshqaruvchanlik kabi xislatlar ortishini, umumiy qo'zg'aluvchanlik kamayishini aniqlagan. Shunday qilib, ilk o'spirinlik yoshi emotsional holatlarni ifodalash usullari va emotsional reaksiyalarning differensiallashishini hamda o'z-o'zini nazorat qilish va o'z-o'zini boshqarishning ortishini kuzatish mumkin. Ilk o'spirinlarning kayfiyati o'smirlarga nisbatan barqaror va anglangan hamda ijtimoiy sharoitning keng doirasiga mos bo'ladi. Doimo hissiyotni vujudga keltiradigan shaxsiy muhim munosabatlar doirasining kengayishi oliy hislarning rivojlanishida namoyon bo'ladi. Axloqiy norma va tamoyillarning ma'lum tizimini o'zlashtirish jamiyat va boshqa odamlar oldida mas'uliyat hissi, hamdardlik qobiliyati, do'stlik va muhabbat ehtiyoji, o'rtoqlik hissi va axloqiy-siyosiy hislar kabi yuksak axloqiy hislarga aylanadi. Shuni alohida, ta'kidlash kerakki, o'spirin qizlar katta yoshdagi kishilarning ta'siriga osonroq beriladilar, o'spirin yigitlar esa kattalardan ko'ra tengdoshlari ta'siriga ko'proq beriladilar. Shuning uchun yuqori sinf o'quvchisi shaxsining tarkib topishiga maktab muhiti xususan sinf jamoasi, rasmiy va norasmiy tengqur boshliqlar kuchli ta'sir etadi. Sinf jamoasi umumiy maqsadni

belgilashga, jamoa a`zolari o`rtasida iliq munosabatlar o`rnatishga, shaxsiy va jamoatchilik munosabatlar rivojlanishiga imkoniyatlar yaratadi.

Sinf va maktab jamoalari ta`sirida matonatlilik, jasurlik sabr-toqatlilik, kamtarlik, intizomlilik, halollik, hamdardlik kabi fazilatlar takomillashadi va xudbinlik, loqaydlik, munofiqlik, laganbardorlik, dangasalik, qo`rqoqlik, g`ayrlik singari illatlarning barham topishi tezlashadi. Jamoa a`zolari o`rtasidagi ahillik, birlik, yag`ona maqsadga intilish, iliq psixologik iqlim mavjud salbiy xatti-harakatlarni yo`qotish uchun xizmat qiladi. Ilk o`spirin tomonidan qabul qilingan xulq-atvor normalarining buzilishi unda aybdorlik hissini vujudga keltiradi. Shu bilan birga unda estetik hislar doirasi ham kengayadi. Ilk o`spirinlarda intellektning rivojlanishi bilan birga hazil-mutoyiba hissining ham rivojlanishini ta`kidlash joiz. Intellektual va praksis hislar ham sezilarli rivojlanadi. Sodda bolalarcha qiziquvchanlik tafakkur jarayonidan ongli zavqlanish, qiyinchiliklarni yengishdan quvonish, ijodga ongli intilish va boshqalarga aylanadi.

Foydalanilgan adabiyotlar:

1. Vygotskiy L.S. San'at psixologiyasi. M., 1986 yil.
2. Dodonov B.I. Hissiyot qadriyat sifatida. Moskva, Politizdat, 1978.272 p.
3. Maklakov A.G. Umumiy psixologiya: Universitetlar uchun o'quv qo'llanma. - SPb.: Piter, 2008. - 583 p.
4. Shibusani T. Ijtimoiy psixologiya. Rostov n / a: Feniks, 1999, 539 p. - 74-bet