

O‘SMIRLIK DAVRIGA XOS PSIXOLOGIK HOLAT - AGRESSIVLIK MUAMMOSI

Qodirova Malikaxon Kaxramonovna – JDPU, katta o‘qituvchi
Ismoilova Madina Farxod qizi – JDPU, 1-bosqich talabasi

Annotatsiya: Maqolada o‘smirlik davri, o‘smirlik davrida bo‘ladigan biologik va psixologik o‘zgarishlar, o‘smirlar psixologik holatlarining o‘ziga xosligi va unda bo‘ladigan o‘zgarishlar haqida ma’lumotlar berilgan. O‘smirlarda agressiyaning vujudga kelishi, sabablari va uni oldini olish masalalari keltirib o‘tilgan.

Kalit so‘zlar: o‘smirlik davri, psixik holatlar, agressiya, o‘tish davri, hissiyot, kayfiyat, o‘ziga baho, charchash, tajovuz, qoniqmaslik, ziddiyat, frustratsiya, ishonchsizlik, emotsiya, emotsional munosabat.

Аннотация: В статье представлены сведения о периоде подросткового возраста, биологических и психологических изменениях, происходящих в подростковом возрасте, особенностях психологического состояния подростков и изменениях, происходящих в них. Отмечено возникновение агрессии у подростков, ее причины и вопросы профилактики.

Ключевые слова: подростковый возраст, психические состояния, агрессия, переходный период, эмоция, настроение, самооценка, утомляемость, агрессия, неудовлетворенность, конфликт, фрустрация, недоверие, эмоция, эмоциональное реагирование.

O‘smirlik – bolalikdan kattalikka o‘tish davri bo‘lib, fiziologik va psixologik jixatdan o‘ziga xos xususiyatlari bilan xarakterlanadi. Bu bosqichda bolalarning jismoniy va psixik taraqqiyoti juda tezlashadi, hayotdagi turli narsalarga qiziqishi, yangilikka intilish ortadi, xarakteri shakllanadi, ma’naviy dunyosi boyiydi, ziddiyatlar avj oladi. O‘smirlik balog‘atga yetish davri bo‘lib, yangi xislar, sezgilar va jinsiy hayotga taalluqli chigal masalalarning paydo bo‘lishi bilan ham xarakterlanadi.

O‘smirlik yoshida psixologik jixatdan eng muhim hislat - voyaga yetish yoki kattalik hissining paydo bo‘lishi alohida ahamiyatga ega. Kattalik ijtimoiy-axloqiy sohada, aqliy faoliyatda, qiziqishda, munosabatda, ko‘ngil olish jarayonida, xulq-atvorning tashqi shakllarida o‘z ifodasini topadi. O‘smir o‘z kuchi va quvvati, chidamliligi ortayotganini, bilim saviyasi kengayayotganini anglay boshlaydi.

L.S.Vigotskiy o‘smirlik davridan qiziqishlarning o‘zgarishiga bog‘liq ravishda ikki farazni salbiy va ijobiy ta’sirni ajratib ko‘rsatgan bunda quyidagi salbiy xulq atvor ko‘rinishlari namoyon bo‘ladi: ish qobiliyatining, o‘zlashtirishning pasayishi, o‘smirlarning qo‘polligi va yuqori qo‘zg‘aluvchanligi, uning o‘zidan qoniqmasligi va havotirlanishi. Ijobiy faza keng chuqur yangi qiziqishlarning paydo bo‘lishi bilan harekterlanadi. O‘smirlarda boshqalarning va o‘zini psixologik kechinmalarga qiziqish paydo bo‘ladi.

D.R.Rahmonova qo‘rquvning ijtimoiy psixologik xususiyatlarni yoritib berar ekan, oilada tashqarida o‘smirlarda emotsional xususiyatlar namoyon bo‘lishiga hamda shaxsni psixik holatlarini ko‘rsatkichlariga ko‘ra oilada tarbiyalanayotgan o‘smirlardan farq qilishini aytib o‘tgan. Rahmonova tadqiqotlarini ijobiy tomoni shundaki u bu davr xususiyatlarini turli muhitda tarbiyalanayotgan o‘smirlar misolida o‘rgandi. Ularning natijalarini o‘zaro solishtirish orqali xulosa chiqardi.

G.V. Xurulnovaning fikricha o‘smirlarning stressli vaziyatlardan chiqish malakalarining mavjud emasligi xulq atvorning kognitiv bosqichda ma’lum darajada stressdan keyingi buzilishlarni vujudga keltiradi. U o‘smirlarda stress reaksiyalarini vujudga kelishiga oiladagi, tengdoshlaridagi va kattalar bilan shaxslar aro munosabatlar jarayonidagi muammolar sabab bo‘ladi deb hisoblaydi.

O‘smirlarda endokrin sistemasi bilan bo‘g‘liq o‘zgarishlar nerv sistemasiga ham ta’sir ko‘rsatadi. Shuning uchun ham ularda tez tez jahl chiqishi, agrssivlik kabi holatlar kuzatiladi. Barcha o‘smiralda kuzatiladigan bu jarayonlarda ularga to‘g‘ri yo‘lni ko‘rsatishimiz darkor.

Shu o‘rinda o‘smirga xos yana bir jihat agressivlik ekanini alohida ta’kidlash lozim.

O‘smirlik agressiyasi muammosi uzoq vaqt mobaynida yopiq bo‘lgan mavzular sirasiga kiritilganligi bois, yetarli darajada o‘rganilmagan mavzulardan biri hisoblanadi. Agressiya o‘smirlarda yuzaga kelgan ijtimoiy vaziyat, hodisalar ustidan o‘ziga xos nazorat qilishning maqbul usuli sifatida qabul qilinadi.

Agressivlik o‘z-o‘zidan paydo bo‘ladigan holat emas. Ko‘p hollarda psixologik hissiy emotsional holatlar ta’sirida vujudga keladi:

Qattiq charchash. Agar o‘smir haddan ziyod charchagan bo‘lsa, psixik agressiya shakllanadi. Bu o‘smir hissiy emotsional holatiga kuchli ta’sir ko‘rsatadi. Atrofga munosabatning pasayishi yoki aksincha kuchayishi (qo‘pol munosabat) kuzatiladi.

O‘ziga past baho. «Men yomon odamman. Shuning uchun o‘zimni shunday tutaman».

Tobora yomonlik hissi o‘smir uchun chuqur, ma’lum bir hatti-harakatni bajarishga psixofiziologik tayyorlik xolati – ustanovkaga aylanadi. Bu toifadagi o‘smirlarda arzimagan, yumshoq tanqid ham psixik og‘riqning shakllanishiga olib keladi.

Agar o‘smir doimiy tarzda shunday salbiy tajribaga ega bo‘laversa, u ertaroq himoyalanihga intiladi. Ko‘p hollarda uning hayotiy tajribasida shunga o‘xshash holatlar uchragan, o‘zi uchun xavfli deb hisoblagan vaziyatdan himoyalanihga harakat qiladi. O‘smirda ijtimoiy muhitdagi insonlar bilan yaqin emotsional munosabatlar o‘rnatilmaganligi, o‘zini himoyasiz hisoblashi xavotirlanish darajasining ortishiga olib keladi. Buning natijasida tushkun kayfiyat, agressivlik, frustratsiya, holsizlik, beparvolik, havotir, parishonxotirlik kabi hissiy holatlar yuzaga keladi.

Bularning ichida eng havflisi va zararlisi agressivlikdir.

Agressiya destruktiv tabiatga ega bo'lgan individual biologik yoki ijtimoiy xulq ko'rinishidir. Agressiv holatning kelib chiqishi biologik va ijtimoiy psixologik omillarga ega bo'lib, uni boshqara olish qobiliyatiga juda kam insonlarga qodirdirlar. Demak, o'smir tabiiy holatda agressiyani boshqara olish xususiyatiga ega emas. Chunki o'smirda individual biologik o'zgarishlar ayni avjiga chiqqan bo'ladi, shu bilan birga ijtimoiylashuv jarayonidagi qiyinchiliklar unga bevosita doimiy ta'sir etib turadi.

Agressiv xulqqa ega o'smirlarda quyidagi hissiy holatlar namoyon bo'ladi:

- Atroflaridagi insonlarni hatto yaqinlarini ham dushman deb biladilar;
- Bu masalada o'zlariga baho bera olmaydilar (past baho yoki xato baho berish);
- o'zlari bilan bog'liq bo'lgan har qanday muammoga kattalarni aybdor deb biladilar;
- muammolarni yecha olmaydilar;
- o'zlarining hislarini hech kimga aytmaydilar;
- doimiy nafrat;
- atrofdagilarning his-tuyg'ulariga befarqlar va ularning harakatlaridan umuman qoniqmaydilar;
- agressiv xulq ularning fikricha yaxshi natijalarga ega bo'lishni ta'minlaydi, ya'ni har qanday muammoning yechimi deb biladilar.

O'smirlik davri xususiyatlari shundayki, o'smir o'zining nohaqligini tan olishga qiynaladi. Atrofdagilarning uning xulqini salbiy baholashi unga kuchli ta'sir ko'rsatadi. Shuning uchun suhbat jarayoni nihoyatda ehtiyotkorlikni talab qiladi.

O'smirlarga jazo qo'llashda ehtiyotkorlik zarur. O'smir o'zini nima uchun jazolanganligini tushunishi kerak. Unga nisbatan qo'yilgan talablar aniq, xolis, lekin ko'p bo'lmasligi, muhimi, uning imkoniyatlari darajasida bo'lishi zarur. Bu talablarga kattalar o'zlari ham rioya qilishlari maqsadga muvofiq bo'ladi.

O'smirlarda agressiv xulq ko'rinishlarining namoyon bo'lishi holatlarida keskin vaziyatni yumshatish, o'smirning shaxsiga hurmat bilan qarash talab etiladi. Bunday vaziyatlarda quyidagilarni qo'llash mumkin emas:

- ovozni ko'tarish, tahdid qilish;
- tazyiq o'tkazish;
- noroziligini baqiriq bilan bildirish;
- agressiv yuz va tana harakatlaridan foydalanish;
- mazah, kalaka qilish;
- o'smir shaxsiga yoki uning yaqinlari, do'stlariga nisbatan salbiy fikr; - jismoniy kuch ishlatish;
- nizoli vaziyatga begonalarini jalb qilish;
- o'zining haqligini tinmay ta'kidlash;

Бандура А., Уолтерс Р. Подростковая агрессия. Изучение влияния воспитания и семейных отношений. / Перевод с англ. – М.: «Апрель Пресс», 1999.

- axloqiy mavzularda uzundan-uzoq suhbatlar o'tkazish;
- jazolash yoki jazolash bilan qo'rqitish;
- o'smirni tengdoshlari bilan taqqoslash, uning boshqalarga nisbatan zaif jihatlari ni ta'kidlash;
- o'smirlar bosim o'tkazish;
- o'z harakatlarini oqlash maqsadida mukofot va'da qilish.

Xulosa o'rnida shuni aytish mumkinki, o'smirlik davrida bo'ladigan ko'plab o'ziga xos o'zgarishlar uning psixologiyasiga, ayniqsa psixologik holatlariga ta'sir etar ekan, o'smirlar bilan har qanday munosabatlarda ehtiyotkorlik bilan munosabat yuritish zarur. Shu bilan birga o'smir yoshidagi (10-11, 14-15 yosh) bolalar bilan ishlaydiganlar (ota-onalar, yaqinlari, pedagoglar, psixologlar) o'smirlik davrining psixologik rivojlanishi, balog'at davridagi o'zgarishlar yuzasidan bilimga ega bo'lishlari shart deb oylaymiz.

Foydalanilgan adabiyotlar:

1. Пиаже Ж. Агрессия в подростковом возрасте. – Санкт-Петербург, «Питер», 2007. 4.
2. Бандура А., Уолтерс Р. Подростковая агрессия. Изучение влияния воспитания и семейных отношений. / Перевод с англ. – М.: «Апрель Пресс», 1999.
3. Берковиц Л. Агрессия и агрессивное поведение. – Воронеж: «Научная книга», 2004. –С. 80.
4. Румянцева Т.Г., Бойко И.Б. Понятие агрессии и агрессивности в подростковом возрасте. – Минск: «Университетское», 2002. –С. 72.
5. XALIMOVA M.V., SHOBDURAXIMOVA U.T. O'SMIRLIK DAVRIDA YUZAGA KELADIGAN AGRESSIV XULQNI PSIXOLOGIK KORREKSIYA QILISH IMKONIYATLARI. Ta'im psixologiyasi. 2015-24-bet.
6. Malikaxon Qodirova, [MAKTABGACHA YOSHDAGI BOLALARNING BILISH QOBILIYATLARINI RIVOJLANTIRISH](#), [Журнал Педагогики и психологии в современном образовании: № 3 \(2021\): Zamonaviy ta'limda Pedagogika va psixologiya fanlari](#)
7. Malikaxon Qodirova, [МАШГУЛОТЛАР ВА УЛАРНИНГ БОЛА ИДРОКИНИ ШАКЛЛАНИШИДАГИ АҲАМИЯТИ](#), [Журнал Педагогики и психологии в современном образовании: № 1 \(2021\): Zamonaviy ta'limda pedagogika va psixologiya fanlari](#)
8. Malikaxon Qodirova, [O'SMIRLAR PSIXOLOGIYASI VA O'SMIR XULQ-ATVORINING O'ZIGA HOSLIGI](#), [Журнал Педагогики и психологии в современном образовании: № 3 \(2021\): Zamonaviy ta'limda Pedagogika va psixologiya fanlari](#)
9. Malikaxon Qodirova, [AGRESSIYANING NAZARIY ASOSLARI](#), [Журнал Педагогики и психологии в современном образовании: № 3 \(2021\): Zamonaviy ta'limda Pedagogika va psixologiya fanlari](#)

10. Malikaxon Qodirova, ВОСПРИЯТИЕ " Я " У ДЕТЕЙ , Журнал Педагогики и психологии в современном образовании: № 1 (2020): Journal of Pedagogy and psychology in modern education
11. Malikaxon Qodirova, ЧЕЛОВЕК И СТРЕСС , Журнал Педагогики и психологии в современном образовании: № 1 (2020): Journal of Pedagogy and psychology in modern education
12. Qodirova, M. (2023). DEVELOPMENT OF COGNITIVE ACTIVITY OF PRESCHOOL CHILDREN. *Science and innovation*, 2(B4), 258-261.
13. Atamurodova, R. (2022). АБДУЛЛА ОРИПОВНИНГ «СОҲИБҚИРОН» ДОСТОНИ-ТАЪЛИМ ЖАРАЁНИДА МИЛЛИЙҒУРУР ВА ИФТИХОР ТУЙҒУСИНИ ШАКЛЛАНТИРУВЧИ ВОСИТА СИФАТИДА. *Журнал Педагогики и психологии в современном образовании*, 2(3).
14. Atamurodova, R. (2021). ВЗГЛЯДЫ АВИЦЕННЫ О ДУШЕ И РАЗУМЕ ЧЕЛОВЕКА. *Журнал Педагогики и психологии в современном образовании*, 1(4).
15. Atamurodova, R. (2021). ЎҚУВЧИЛАРДА ТАФАККУРНИ ШАКЛЛАНТИРИШДА БАДИИЙ АСАРЛАРДАН ФОЙДАЛАНИШ. *Журнал Педагогики и психологии в современном образовании*, 1(4).
16. Алимкулов, С. О. У., Атамуродова, Р. К., & Жуманова, Н. Ш. (2017). Внедрение современной информационной технологии в систему народного образования в Узбекистане. *European science*, (7 (29)), 43-45.
17. Atamurodova, R. (2024). ЎҚУВЧИЛАРДА ТАФАККУРНИ РИВОЖЛАНТИРИШДА БАДИИЙ АСАРЛАРНИНГ ЎРНИ . *Журнал Педагогики и психологии в современном образовании*, 3(5). извлечено от <https://ppmedu.jdpu.uz/index.php/ppmedu/article/view/9357>
18. Odiljonova, K. (2023). O‘QUVCHILARDA SOG‘lom tafakkurni rivojlantirishning psixologik xususiyatlari. *Fan va innovatsiyalar* , 2 (B4), 267-272.
19. Qarshiboyeva, G., & Odiljonova, X. (2022). ЎҚУВЧИЛАРДА ВАЛЕОЛОГИК БИЛИМНИ ОШИРИБ БОРИШ АСОСЛАРИ. *Журнал Педагогики и психологии в современном образовании*, 2(5).
20. Abduazizkhan, A. Y. (2023). PSYCHOLOGICAL ASPECTS OF ETHICAL ATTITUDES IN STUDENTS BASED ON AXIOLOGICAL APPROACHES. *American Journal of Interdisciplinary Research and Development*, 15, 216-220.
21. Камолова, Ш. У. (2023). ЎҚИТУВЧИНИНГ КАСБИЙ КОМПЕТЕНТЛИГИ ПЕДАГОГИК ФАОЛИЯТНИ АМАЛГА ОШИРИШ АСОСИЙ ОМИЛ СИФАТИДА: Камолова Ширин Усаровна, ЖДПУ катта ўқитувчиси Амонхонова Янглишхон, Педагогика ва психология йўналиши 2-босқич магистри. *Образование и инновационные исследования международный научно-методический журнал*, (2), 123-126.
22. Odiljonova, X. (2024). O‘QUVCHILARDA VALEOLOGIK TAFAKKURNI O‘STIRISHNING NAZARIY ASOSLARI. *Журнал Педагогики и психологии в современном образовании*, 4(1), 3-11. извлечено от <https://ppmedu.jdpu.uz/index.php/ppmedu/article/view/9411>

23. Amonxonova, Y. (2024). INNOVATSION TA'LIM MUHITIDA UMUMTA'LIM MAKTABLARI RAHBARLARINING PSIXOLOGIK-PEDAGOGIK VA INNOVASION BOSHQARUVI HAMDA AXBOROT TA'MINOTI. Журнал Педагогики и психологии в современном образовании, 4(1), 12-20. извлечено от <https://ppmedu.jdpu.uz/index.php/ppmedu/article/view/9412>
24. Odiljonova, X. (2024). O'QUVCHILARDA VALEOLOGIK TAFAKKURNI O'STIRISHNING NAZARIY ASOSLARI. Журнал Педагогики и психологии в современном образовании, 4(1), 3-11. извлечено от <https://ppmedu.jdpu.uz/index.php/ppmedu/article/view/9411>
25. Alibekov, D. (2024). TA'LIM TIZIMIGA INNOVATSION YONDASHUVNING STRATEGIK AHAMIYATI. Журнал Педагогики и психологии в современном образовании, 4(1), 21-26. извлечено от <https://ppmedu.jdpu.uz/index.php/ppmedu/article/view/9446>
26. Qodirova, M. (2022). O'SMIRLAR TARBIYASINING QIYINCHILIK XUSUSIYATLARI VA ULARNING KELIB CHIQUISH SABABLARI. Журнал Педагогики и психологии в современном образовании, 2(5). извлечено от <https://ppmedu.jspi.uz/index.php/ppmedu/article/view/5105>
27. Qaxramonovna, Q. M. (2022, March). TARBIYASI QIYIN O'SMIRLAR BORASIDAGI TADQIQOTLAR. In *International Virtual Conference on Language and Literature Proceeding* (Vol. 1, No. 1).
28. Qodirova, M., & Abirqulova, S. (2022). O'SMIRLARGA XOS AGRESSIVLIK VA UNING KO'RINISHLARI. Журнал Педагогики и психологии в современном образовании, 2(5). извлечено от <https://ppmedu.jspi.uz/index.php/ppmedu/article/view/6416>
29. Qodirova, M., & Nasimov, D. (2022). MUTAFFAKKIR OLIMLARIMIZ O'QUV FAOLIYATI HAQIDAGI QARASHLARI. Журнал Педагогики и психологии в современном образовании, 2(5). извлечено от <https://ppmedu.jspi.uz/index.php/ppmedu/article/view/6415>
30. Qodirova, M., & Nasimov, D. (2023). PSIXOLOGIYADA QO'RQUV MUAMMOSINING ILMIY TADQIQ ETILISHI . Журнал Педагогики и психологии в современном образовании, 3(1). извлечено от <https://ppmedu.jdpu.uz/index.php/ppmedu/article/view/7725>
31. Кадырова Маликахон Кахрамановна, КОНФЛИКТНОЕ ПОВЕДЕНИЕ ЧЕЛОВЕКА. Джизакский Государственный педагогический университет, <https://doi.org/10.5281/zenodo.7600237>