

O‘SMIRLAR PSIXOLOGIYASIDAGI DOLZARB MASALALAR

Kuchkarova Fazilat Xankeldiyevna

Samarqand Zarmed universiteti “Ijtimoiy fanlar” kafedrasi mudiri, dotsent

Rahmonova Fariza, Alisherova Moxina

Samarqand Zarmed universiteti talabalari

Annotatsiya. O‘smirlar psixologiyasi jamiyatda doimo dolzarb bo‘lgan mavzulardan biri hisoblanadi. Bu bosqichda bolalar o‘zlarining shaxsiyati, dunyoqarashlari va ijtimoiy munosabatlarini shakllantirishga kirishadilar. O‘smirlik davri biologik, psixologik va ijtimoiy o‘zgarishlarning uyg‘unlashishi bilan belgilanadi. Mazkur maqolada o‘smirlarning psixologik xatti-harakatlari, ularning ota-onalar va atrofdagilar bilan munosabatlari, raqobat va individualizm masalalari, shuningdek, zamonaviy texnologiyalar ta’siri tahlil qilingan.

Kalit so‘zlar: o‘smirlar psixologiyasi, shaxsiy rivojlanish, ijtimoiy munosabatlar, individualizm, raqobat, zamonaviy texnologiyalar, biologik o‘zgarishlar, psixologik barqarorlik, kelajak perspektivasi, ota-ona rolida o‘zgarishlar.

Аннотация. Психология подростков является одной из актуальных тем в обществе. На этом этапе дети начинают формировать свою личность, мировоззрение и социальные отношения. Подростковый возраст характеризуется сочетанием биологических, психологических и социальных изменений. В данной статье рассматриваются психологические поведенческие особенности подростков, их взаимоотношения с родителями и окружающими, вопросы конкуренции и индивидуализма, а также влияние современных технологий.

Ключевые слова: психология подростков, личностное развитие, социальные отношения, индивидуализм, конкуренция, современные технологии, биологические изменения, психологическая устойчивость, перспективы будущего, изменения в родительской роли.

Annotation. Adolescent psychology is one of the most relevant topics in society. At this stage, children begin to shape their personality, worldview, and social relationships. Adolescence is characterized by a combination of biological, psychological, and social changes. This article analyzes adolescents' psychological behaviors, their relationships with parents and others, issues of competition and individualism, as well as the influence of modern technologies.

Key words: adolescent psychology, personal development, social relationships, individualism, competition, modern technologies, biological changes, psychological stability, future prospects, changes in parental roles.

Kirish. O‘smirlar psixologiyasi inson hayotining eng murakkab va nozik bosqichlaridan biridir. Ushbu davrda bolalar o‘zlarining fizik, intellektual va emotsional jihatdan katta o‘zgarishlarga ega bo‘ladilar. O‘smirlar hayotining bu bosqichi ularda mustaqillikka intilishni, o‘zaro munosabatlarda yangicha yondashuvlarni va kelajakka nisbatan rejalashtirishni talab qiladi. Shu sababli, o‘smirlar psixologiyasidagi dolzarb masalalar ham jamiyatda, ham oilada keng ko‘lamda muhokama qilinadi.

Zamonaviy dunyoda o‘smirlar psixologiyasiga ta’sir qiluvchi omillar juda ko‘p. Ularning orasida ijtimoiy media, o‘quv muhitdagi bosimlar, oilaviy munosabatlar va jinsiy identifikatsiya masalalari alohida o‘rin egallaydi. Mazkur maqolada o‘smirlar psixologiyasidagi asosiy dolzarb masalalar tahlil qilinib, ularga yechim topish yo‘llari ko‘rib chiqiladi.

Tahlil va muhokama. Biologik va psixologik o‘zgarishlar. O‘smirlik davri inson rivojlanishining eng murakkab va muhim bosqichlaridan biri hisoblanadi, chunki bu davrda biologik, fiziologik va psixologik jihatdan keskin o‘zgarishlar sodir bo‘ladi.

Pubertat davriga xos organizmdagi hormonlarning keskin o‘zgarishi natijasida o‘smirlarda emotsional labillik (o‘zgaruvchanlik), boyitish istagi va o‘z-o‘zini aniqlashga intilish kuzatiladi.

Bu jarayonlar o‘smirlarni o‘zlarini tanish asoslari, jinsiy identifikatsiya va boshqa shaxsiy masalalar bilan bog‘liq muammolar bilan qarshi-qarshi qo‘yadi.

Psixologik jihatdan esa, o‘smirlar mustaqillikka intilish, o‘z fikrlarini ifodalash va boshqalar bilan o‘zaro munosabatlarni qurish qobiliyatiga ega bo‘lishadi. Lekin ushbu jarayonlar ularning hayotida ko‘pincha stress, charchash va konfliktlarga olib keladi. Masalan, o‘smirlar o‘zlarining tanasidagi o‘zgarishlarga moslashishda qiyinchiliklarga duch kelishadi, chunki ular hali o‘zlarini to‘liq anglamaydilar.

Shu bois, ularning psixologik salomatligini saqlash uchun maxsus ko‘rsatmalar va qo‘llab-quvvatlash muhim ahamiyat kasb etadi.

Biologik o‘zgarishlar organizmni endokrin sistemasining o‘zgarishlari bilan bog‘liqdir. O‘smirlar yoshi bolalikdan kattalikka o‘tish jarayonini belgilaydi, bu esa ularda psixik dunyo tub burilishiga sabab bo‘ladi. O‘smirlar o‘zlarini yangicha sezishni boshlaydilar va bu ularni nozik holatlarga tushib qolishiga olib keladi

Ijtimoiy munosabatlar va raqobat. O‘smirlik davrida do‘stlik va jamoatchilik munosabatlari o‘ta ahamiyatga ega. O‘smirlar o‘zlarini guruh ichida aniqlashga harakat qiladilar va ularning o‘zaro munosabatlari tez-tez raqobatga olib keladi. Raqobatning intensivligi maktab, sport va ijtimoiy tarmoqlar kabi joylarda sezilarli darajada ortadi. O‘smirlar o‘zlarini boshqalarga nisbatan yetarli deb his qilish uchun harakat qiladilar, lekin bu jarayon ularni ko‘pincha ruhiy bosimga soladi.

Ijtimoiy media ham o‘smirlarning psixologik ahvoriga katta ta’sir ko‘rsatadi. Instagram, TikTok va boshqa platformalar o‘smirlarga ideal tarzda hayot kechirish va o‘zlarini boshqalar oldida namoyish qilishga undaydi. Natijada, ular o‘zlarini yetarli bo‘lmagan deb his qilishlari mumkin. Bunday holatlar depressiya va anksiyozlikka olib kelishi mumkin. Zamonaviy texnologiyalar orqali o‘smirlar virtual dunyoda o‘zlarini haqiqiy hayotga qaraganda erkinroq his qiladilar, ammo bu ularni real hayotdagi munosabatlardan uzoqlashtirishi mumkin

Oilaviy munosabatlar va ota-onalar roli. O‘smirlarlik davrida ota-onalar bilan munosabatlar o‘ta nozik holatga keladi. O‘smirlar o‘zlarining mustaqilligini isbotlashga intiladilar, ammo hali to‘liq o‘z-o‘ziga yetarli emaslar. Shu sababli, ota-onalar bilan konfliktlar ko‘plab kuzatiladi. Ota-onalar o‘smirlar bilan muloqot qilishda ochiq, tushunarli va qo‘llab-quvvatlovchi munosabatlarni saqlashlari kerak. Konfliktlarni hal qilishda ota-onalar o‘smirlarning o‘z fikrlarini ifodalash imkoniyatini berishlari zarur. Agar ota-onalar o‘smirlarning o‘zgarishlarini tushunmasa yoki qabul qilmasa, bu ularni ruhiy jihatdan zaif holatga tushirishi mumkin.

O‘smirlar oilaviy munosabatlarda o‘zlarini aniqlashga harakat qiladilar. Ular o‘zlarining boshqacha fikrlashini va istaklarini namoyon qilishga urinadilar. Lekin bu jarayon ota-onalar bilan zo‘r berishlariga olib kelishi mumkin. O‘smirlar o‘zlarining boshqacharoq fikrlashini namoyon qilish orqali o‘zlari haqidagi fikrlarni bildirishga intiladilar, ammo bu ota-onalar uchun qiyinlik tug‘dirishi mumkin. Shuning uchun, ota-onalar o‘smirlar bilan muloqot qilishda tushunarli va qo‘llab-quvvatlovchi bo‘lishlari lozim.

Zamonaviy texnologiyalar ta’siri. Zamonaviy texnologiyalar o‘smirlarning hayotiga chuqur ta’sir ko‘rsatadi. Ijtimoiy tarmoqlar, onlayn o‘yinlar va virtual kommunikatsiyalar ularning real hayotdagi munosabatlariga tasir qiladi. Ba’zan o‘smirlar virtual dunyoda o‘zlarini haqiqiy hayotga qaraganda erkinroq his qiladilar. Lekin bu ularni ijtimoiy izolyatsiyaga olib kelishi mumkin.

Ijtimoiy tarmoqlar o‘smirlarga yangi do‘stlar topish va o‘zlarini dunyoga namoyish qilish imkonini beradi, lekin bu ham negativ ta’sirlarga olib kelishi mumkin.

O‘smirlar o‘zlarini ideal hayot yo‘liga yaqinlashtirishga harakat qiladilar, ammo bu ularni haqiqiy dunyodagi muammolardan uzoqlashtirishi mumkin. Bundan tashqari, zamonaviy texnologiyalar o‘smirlarda vaqt rejalashtirish va real hayotdagi munosabatlarni rivojlantirish qobiliyatini kamaytirishi mumkin. Shuning uchun, o‘smirlarga texnologiya bilan ishlashda cheklovlar qo‘yish va ularni real hayotga qaratish muhimdir.

Xulosa. O‘smirlar psixologiyasidagi dolzarb masalalar keng ko‘lamli va murakkabdir. Ushbu davrda o‘smirlar biologik, psixologik va ijtimoiy jihatdan katta o‘zgarishlardan o‘tadilar. Ular o‘zlarini aniqlash, mustaqillikka intilish va kelajakka nisbatan rejalashtirishga harakat qiladilar. O‘smirlar psixologiyasidagi muammolarni hal qilish uchun ota-onalar, pedagoglar va psixologlar birgalikda ishlashi lozim. Bundan tashqari, zamonaviy texnologiyalar ta’sirini kamaytirish va o‘smirlarning real hayotdagi munosabatlarini rivojlantirish ham muhim ahamiyatga ega.

Mazkur masalalarni yechish orqali o‘smirlarning psixologik salomatligini saqlash va ularni mustaqil, barqaror va samarali fuqarolar sifatida tarbiyalash mumkin.

Foydalangan adabiyotlar ro‘yxati:

1. Bandura, A. (1986). *Social Foundations of Thought and Action: A Social Cognitive Theory* . Prentice-Hall.
2. Twenge, J. M., & Campbell, W. K. (2009). *The Narcissism Epidemic: Living in the Age of Entitlement* . Free Press.
3. Steinberg, L. (2014). *Adolescence* . McGraw-Hill Education.
4. Arnett, J. J. (2000). "Emerging Adulthood: A Theory of Development from the Late Teens Through the Twenties". *American Psychologist* , 55(5), 469–480.
5. Prensky, M. (2001). "Digital Natives, Digital Immigrants". *On the Horizon* , 9(5), 1–6.
6. Turkle, S. (2011). *Alone Together: Why We Expect More from Technology and Less from Each Other* . Basic Books.