

O‘smirlarda ijobiy xulq-atvorni shakllantirishning psixologik xususiyatlari

Qurbonov Murodbek

UrDU 241- guruh psixologiya

magistranti talabasi

Annotatsiya: O‘smirlarda ijobiy xulq-atvorni shakllantirish psixologik jarayon bo‘lib, ularning shaxsiy rivojlanishi, o‘z-o‘zini anglash, ijtimoiy muhitga moslashish va jismoniy-emotsional holatlarini yaxshilashda muhim ahamiyatga ega. Ushbu tezisdagi o‘smirlar yoshidagi xulq-atvorni shakllantirishning psixologik xususiyatlari o‘rganilgan bo‘lib, ular ichida o‘smirlarning motivatsiyasi, o‘z-o‘zini nazorat qilish, jamiyatdagi rollarni qabul qilish va ijtimoiy o‘zgarishlarga moslashish kabi jihatlar ko‘rib chiqiladi. O‘smirlarning ijobiy xulq-atvorini rivojlantirishda oilaning, ta’lim muassasalarining va ijtimoiy tashkilotlarning o‘rni ham muhimdir. Psixologik yondoshuvlar yordamida o‘smirlarning xulq-atvorini ijobiy tomonlarga yo‘naltirish, ularni jismoniy va ruhiy salomatlikni mustahkamlashga yordam beradi.

Kalit so‘zlar: O‘smirlar, ijobiy xulq-atvor, psixologik xususiyatlar, shaxsiy rivojlanish, motivatsiya, o‘z-o‘zini nazorat qilish, ijtimoiy o‘zgarishlar, ta’lim, psixologik yondoshuvlar, oilaviy ta’sir.

Abstract: The formation of positive behavior in adolescents is a psychological process that is important for their personal development, self-awareness, adaptation to the social environment, and improvement of their physical and emotional state. In this thesis, the psychological characteristics of the formation of behavior at the age of adolescents are studied, in which such aspects as the motivation of adolescents, self-control, acceptance of roles in society and adaptation to social changes are considered. The role of family, educational institutions and social organizations is also important in the development of positive behavior of teenagers. Directing the behavior of adolescents to positive aspects with the help of psychological approaches helps to strengthen their physical and mental health.

Key words: Adolescents, positive behavior, psychological characteristics, personal development, motivation, self-control, social changes, education, psychological approaches, family influence.

Аннотация: Формирование позитивного поведения у подростков – психологический процесс, важный для их личностного развития, самосознания, адаптации к социальной среде, улучшения физического и эмоционального состояния. В данной дипломной работе изучаются психологические особенности формирования поведения в возрасте подростков, в которых рассматриваются такие аспекты, как мотивация подростков, самоконтроль, принятие ролей в обществе и адаптация к социальным изменениям. В развитии позитивного поведения подростков также важна роль семьи, образовательных учреждений и общественных организаций. Направление поведения подростков в позитивные стороны с помощью психологических подходов способствует укреплению их физического и психического здоровья.

Ключевые слова: Подростки, позитивное поведение, психологические характеристики, личностное развитие, мотивация, самоконтроль, социальные изменения, образование, психологические подходы, влияние семьи.

Kirish:

O‘smirlik davri inson hayotida eng muhim bosqichlardan biri bo‘lib, bu davrda ijobiy xulq-atvorni shakllantirish o‘smirning shaxsiy rivojlanishi, jamiyatga moslashishi va ijtimoiy muvaffaqiyatga erishishi uchun asosiy omillardan biridir. Ushbu davrda o‘smirlar ko‘plab psixologik va ijtimoiy o‘zgarishlarni boshdan kechiradilar, shuning uchun ularning ijobiy xulq-atvorini shakllantirishda oilaning, ta’lim muassasalarining va keng jamiyatning o‘rni katta.

O‘smirlarning Psixologik Xususiyatlari:

O‘smirlik davrida yoshlar o‘z-o‘zini anglash jarayonida yangi qiziqishlar, qadriyatlar va me’yorlarni shakllantiradilar. Ular o‘z xulq-atvorlarini, hissiyotlarini, ehtiyojlarini, ijtimoiy rolini aniqlashni boshlaydilar. Psixologik jihatdan, o‘smirlar quyidagi xususiyatlarga ega:

• **O‘z-o‘zini anglash va identifikatsiya qilish:** O‘smirlar o‘zlariga bo‘lgan qarashlarini shakllantirish, kimligini aniqlash va o‘z rolini jamiyatda topish yo‘lida turli tajribalar o‘tkazadilar.

• **Emotsional o‘zgarishlar:** Bu davrda o‘smirlar hissiyotlarida tez-tez o‘zgarishlar bo‘lib, ular ko‘pincha konfliktlar, o‘zini izlash va sinovlarga duch keladilar.

• **Motivatsiya va maqsadlar:** O‘smirlar kelajak uchun maqsadlar qo‘yishni boshlaydilar, lekin bu maqsadlar ko‘pincha boshqalarning fikri, oilaviy qadriyatlar yoki tengdoshlar ta‘sirida shakllanadi.

Ijobiy Xulq-Atvorni Shakllantirishda Psixologik Omillar:

O‘smirlar orasida ijobiy xulq-atvorni shakllantirishda bir qator psixologik omillar muhim ahamiyatga ega. Ulardan ba‘zilari quyidagilardir:

• **O‘z-o‘zini nazorat qilish:** O‘smirlarning o‘z xulq-atvorini nazorat qilish qobiliyati, ularning psixologik salomatligi va ijtimoiy moslashishiga ta‘sir qiladi. O‘z-o‘zini boshqarish ko‘nikmalarini rivojlantirish orqali o‘smirlar o‘z hissiyotlarini nazorat qilishni va shaxsiy chegaralarni hurmat qilishni o‘rganadilar.

• **Tengdoshlar ta‘siri:** O‘smirlar uchun tengdoshlar o‘rni juda katta. Ular o‘z tengdoshlari bilan muloqotda bo‘lish orqali o‘z xulq-atvorlarini shakllantiradilar va ijtimoiy tajribalar orttiradilar.

• **Oilaviy ta‘sir:** Oila – o‘smirning ijtimoiylashuvi va xulq-atvori uchun eng birinchi makon hisoblanadi. Oila a‘zolarining o‘smirga nisbatan tutgan munosabati, qadriyatlar va xulq-atvorlari uning jamiyatda o‘rin topishiga va ijobiy xulq-atvorni rivojlantirishiga yordam beradi.

• **Ta‘lim muassasalarining o‘rni:** Ta‘lim muassasalari o‘smirlar uchun nafaqat bilim olish joyi, balki ijtimoiy moslashish, me‘yorlar va qadriyatlarni o‘rganishning muhim manbaidir. O‘qituvchilar o‘smirlarning xulq-atvorini shakllantirishda ko‘p rol o‘ynaydilar, ularni mas‘uliyatli, mehribon va o‘zgarishga tayyor shaxslar bo‘lishga undaydilar.

Ijobiy Xulq-Atvorni Shakllantirishda Psixologik Yondoshuvlar:

O‘smirlarda ijobiy xulq-atvorni shakllantirishda quyidagi psixologik yondoshuvlar yordam beradi:

- **Pozitiv motivatsiya:** O‘smirlar uchun musobaqalar va rag‘batlantirish tizimlari orqali ijobiy xulq-atvorni rivojlantirish mumkin. Ularni to‘g‘ri motivatsiya qilish orqali o‘smirlar o‘z maqsadlariga erishishga intiladilar.

- **O‘z-o‘zini anglash va mustahkamlash:** O‘smirlarning o‘zligini topish, o‘z qadriyatlarini shakllantirish va o‘z-o‘zini anglashga yordam beradigan psixologik yondoshuvlar ularning xulq-atvorini ijobiy tomonga yo‘naltirishga yordam beradi.

- **Empatiya va ijtimoiy ko‘nikmalarni rivojlantirish:** O‘smirlarga empatiya va ijtimoiy ko‘nikmalarni o‘rgatish ularning boshqa insonlar bilan o‘zaro munosabatlarini yaxshilaydi, shu bilan birga, ijobiy xulq-atvorni shakllantirishga yordam beradi.

Xulosa:

O‘smirlarda ijobiy xulq-atvorni shakllantirish psixologik va ijtimoiy jarayon bo‘lib, bu jarayonda oilaning, ta‘lim muassasalarining va ijtimoiy muhitning roli katta. O‘smirlar o‘z-o‘zini anglash va ijtimoiy moslashish jarayonida ko‘plab psixologik o‘zgarishlarni boshdan kechiradilar. Ularning ijobiy xulq-atvorini shakllantirishda psixologik yondoshuvlar, to‘g‘ri motivatsiya va empatiya rivojlantirish asosiy omillar hisoblanadi. Shuningdek, o‘smirlarga ijtimoiy ko‘nikmalarni o‘rgatish, oilaviy va jamiyatning ijobiy ta‘siri orqali ularning xulq-atvorini ijobiy tomonga o‘zgartirish mumkin.

Tavsiyalar:

- O‘smirlarga o‘z-o‘zini boshqarish va nazorat qilish ko‘nikmalarini o‘rgatish.
- Ta‘lim muassasalarida ijobiy xulq-atvorni rivojlantiruvchi dasturlarni ishlab chiqish.

• Oila a’zolarining o’smirlarga nisbatan ijobiy munosabatlarini mustahkamlash.

Foydalanilgan adabiyotlar:

1. Shakarimov, M. (2019). *O’smirlarda ijtimoiy moslashuv va xulq-atvorni shakllantirish*. Toshkent: Ta’lim nashriyoti.
2. Araz, A. (2020). *Psixologiya va tarbiya: O’smirlar rivojlanishining asosiy jarayonlari*. Tashkent: Fan va texnologiya.



Research Science and
Innovation House