

Ilk ospirilik va yoshlik davrida psixik rivojlanish hususiyatlari

Abdiyev To'lqin

Chirchiq davlat pedagogika universiteti, Milliy g'oya, ma'naviyat asoslari

va huquq ta'limi yo'nalishi 25/1guruh talabasi

tolqinabdiyev905@gmail.com

Saydullayeva Tursunoy

Chirchiq davlat pedagogika universiteti, Milliy g'oya, ma'naviyat asoslari

va huquq ta'limi yo'nalishi 25/1guruh talabasi

saydullayevatursunoy07@gmail.com

Mirkosimova Hulkar

Ilmiy rahbar

Annotatsiya: Bu maqola ilk o'spirinlik va yoshlik davrida psixik rivojlanishning o'ziga xos xususiyatlarini tahlil qiladi. Unda ushbu bosqichlarda shaxsiyat shakllanishi, ijtimoiy moslashuv va kognitiv jarayonlardagi muhim o'zgarishlar ko'rib chiqiladi. Maqolada ushbu davrlarning psixologik qiyinchiliklari, shuningdek, ularni muvaffaqiyatli yengib o'tish omillari yoritilgan. Tadqiqot natijalari yoshlarning sog'lom psixologik rivojlanishini qo'llab-quvvatlash bo'yicha amaliy tavsiyalar berishga yordam beradi.

Kalit soʻzlar: O'spirinlik, yoshlik davri, psixik rivojlanish, shaxsiyat shakllanishi, kognitiv jarayonlar, ijtimoiy moslashuv, rivojlanish psixologiyasi, psixologik qiyinchiliklar

Abstract: This article analyzes the specific characteristics of psychological development during early adolescence and youth. It examines significant changes in personality formation, social adaptation, and cognitive processes during these crucial stages. The paper highlights the psychological challenges inherent in these periods, as well as factors contributing to their successful navigation. The findings aim to provide practical recommendations for supporting the healthy psychological development of young individuals.

Keywords: Adolescence, youth period, psychological development, personality formation, cognitive processes, social adaptation, developmental psychology, psychological challenges

Аннотация: Данная статья анализирует специфические особенности психического развития в период ранней юности и молодости. В ней рассматриваются значительные изменения в формировании личности, социальной адаптации и когнитивных процессах на этих ключевых этапах. В работе освещаются психологические трудности, присущие этим периодам, а также факторы, способствующие их успешному преодолению. Результаты исследования призваны предоставить практические рекомендации для поддержки здорового психического развития молодых людей.

Ключевые слова: Подростковый возраст, период юности, психическое развитие, формирование личности, когнитивные процессы, социальная адаптация, психология развития, психологические трудности

Kirish

Ilk o'spirinlik va yoshlik davri inson psixik rivojlanishining eng murakkab va hal qiluvchi bosqichlaridan biri hisoblanadi. Bu davr shaxsiyat shakllanishi, kognitiv qobiliyatlarning takomillashuvi, emotsional barqarorlikning rivojlanishi va ijtimoiy o'zlikni anglash jarayonlari jadal kechadigan muhim palla bo'lib, kelajakdagi kattalar hayotining poydevorini yaratadi. Zamonaviy psixologik tadqiqotlar ushbu bosqichning o'ziga xos xususiyatlarini chuqur o'rganish zarurligini ko'rsatmoqda, chunki bu davrdagi o'zgarishlar shaxsning butun umri davomidagi farovonligi va jamiyatdagi o'rniga bevosita ta'sir ko'rsatadi [1].

Bu davrda o'smirlar va yoshlar nafaqat jismoniy, balki ruhiy jihatdan ham ulkan transformatsiyalarni boshdan kechiradilar. Abstrakt fikrlash qobiliyatining rivojlanishi, axloqiy qadriyatlarning shakllanishi, o'z-o'zini tahlil qilish va tanqidiy fikrlashning kuchayishi ularning dunyoqarashini tubdan o'zgartiradi. Shu bilan birga, tengdoshlar bilan munosabatlar, oilaviy aloqalar va ijtimoiy muhitning ta'siri shaxsiyatning shakllanishida hal qiluvchi rol o'ynaydi. Bu jarayonlar ko'pincha ichki ziddiyatlar, shaxsiy krizislar va yangi imkoniyatlar bilan birga kechadi, bu esa yoshlarning psixologik salomatligiga alohida e'tibor qaratishni talab etadi.

Ushbu davrning o'ziga xos xususiyatlarini tushunish, yoshlarning ta'lim olishi, kasb tanlashi va ijtimoiy moslashuvida ularga samarali yordam berish uchun fundamental ahamiyatga ega. So'nggi yillarda olib borilgan tadqiqotlar, ayniqsa, raqamli texnologiyalar va globalizatsiya sharoitida yoshlarning psixik rivojlanishidagi yangi tendensiyalarni ochib bermoqda [2]. Mazkur maqola ilk o'spirinlik va yoshlik davrida psixik rivojlanishning asosiy jihatlarini, uning kognitiv, emotsional va ijtimoiy xususiyatlarini tizimli tahlil qilishga qaratilgan bo'lib, ushbu murakkab bosqichning ahamiyatini chuqurroq anglashga hissa qo'shadi.

Mavzuga oid adabiyotlar tahlili

Ilk o'spirinlik va yoshlik davrida psixik rivojlanish masalasi zamonaviy psixologiya, pedagogika, sotsiologiya va neyropsixologiya sohalarida keng qamrovli tadqiqotlar obyekti bo'lib kelmoqda. Ushbu davrning murakkabligi va o'ziga xosligi turli nazariy yondashuvlar va empirik izlanishlar orqali chuqur o'rganilgan. So'nggi yillarda, ayniqsa 2020-yildan keyin, raqamli texnologiyalar va global ijtimoiy o'zgarishlar fonida yoshlarning psixik rivojlanishidagi yangi tendensiyalarni tahlil qilishga qaratilgan ishlar sezilarli darajada oshdi. Bu davrni tushunish nazariy va amaliy jihatdan yoshlarga samarali yordam berish uchun fundamentaldir.

Kognitiv rivojlanish borasida, Piagetning formal operatsiyalar bosqichi nazariyasi abstrakt fikrlashning paydo bo'lishini asoslagan bo'lsa-da, zamonaviy tadqiqotlar bu jarayonning yanada murakkab va kontekstga bog'liq ekanligini ko'rsatmoqda. Masalan, ijrochi funksiyalar, xususan, ishchi xotira, diqqatni boshqarish va qaror qabul qilish qobiliyatlarining o'spirinlik davrida jadal takomillashuvi neyrobiologik asoslar bilan birga o'rganilmoqda [3]. O'zbekistonlik tadqiqotchilar o'spirinlarda tanqidiy fikrlash va muammolarni hal qilish ko'nikmalarining rivojlanishi ta'lim muhiti va ijtimoiy-madaniy omillar bilan chambarchas bog'liq ekanligini ko'rsatadi [4]. Yoshlik davrida esa kognitiv moslashuvchanlik va murakkab axborotni qayta ishlash qobiliyati takomillashib, shaxsning akademik va kasbiy faoliyatidagi muvaffaqiyatiga zamin yaratadi. Biroq, bu davrda riskli xatti-harakatlarga moyillikning kognitiv mexanizmlari, ayniqsa mukofot tizimi va impulsivlik bilan bog'liq jihatlari ham faol o'rganilmoqda [5].

Emotsional rivojlanish va shaxsiyat shakllanishi masalasi Eriksonning psixosotsial rivojlanish nazariyasi doirasida "o'zlikni anglashga qarshi rol chalkashligi" bosqichi sifatida tahlil qilingan. Marcia tomonidan taklif etilgan o'zlikni anglash holatlari bu jarayonning turli variantlarini ochib beradi. Zamonaviy adabiyotlar, ayniqsa 2021-yildan keyingi tadqiqotlar, o'spirinlik va yoshlik davrida emotsional tartibga solish ko'nikmalarining shakllanishiga alohida e'tibor qaratmoqda. Bu davrda yoshlar o'z his-tuyg'ularini tushunish, boshqarish va ifodalashda sezilarli o'zgarishlarni boshdan kechiradilar, bu esa ularning

psixologik barqarorligi uchun muhimdir [6]. Shuningdek, ijtimoiy-emotsional o'rganish (SEL) dasturlarining yoshlarning emotsional intellektini rivojlantirishdagi samaradorligi ko'plab tadqiqotlarda tasdiqlangan [7]. O'zlikni anglash jarayoni ichki izlanish, ijtimoiy taqqoslash va tengdoshlar bilan o'zaro munosabatlar orqali ham kechishi ta'kidlanadi.

Ijtimoiy rivojlanish nuqtai nazaridan, tengdoshlar ta'siri va oilaning roli bo'yicha olib borilgan tadqiqotlar bu davrning asosiy xususiyatlaridan biridir. Tengdoshlar guruhi yoshlar uchun ijtimoiy ko'nikmalarni egallash, o'zlikni sinab ko'rish va mustaqillikni rivojlantirish uchun muhim maydon vazifasini o'taydi. Shu bilan birga, oilaning qo'llab-quvvatlashi, ota-ona-bola munosabatlarining sifati yoshlarning psixologik salomatligi va ijtimoiy moslashuvida hal qiluvchi ahamiyatga ega ekanligi ko'plab manbalarda qayd etilgan [8]. Raqamli texnologiyalar va ijtimoiy tarmoqlarning yoshlar psixik rivojlanishiga ta'siri so'nggi yillarda eng dolzarb mavzulardan biriga aylandi. Ijtimoiy tarmoqlar orqali muloqot, o'zlikni ifodalash va ijtimoiy taqqoslash imkoniyatlari yoshlarning o'zlikni anglashiga, emotsional holatiga va ijtimoiy munosabatlariga ijobiy ham, salbiy ham ta'sir ko'rsatishi mumkin [9]. Bu borada, O'zbekiston sharoitida yoshlarning ijtimoiy tarmoqlardan foydalanish madaniyati va uning psixologik oqibatlarini o'rganishga qaratilgan ishlar mavjud bo'lib, ular milliy kontekstning ahamiyatini ta'kidlaydi [10].

Rivojlanish krizislari va psixologik muammolar, masalan, depressiya, xavotir, ovqatlanish buzilishlari va xulq-atvor muammolari ilk o'spirinlik va yoshlik davrida ko'proq uchraydi. Adabiyotlar tahlili shuni ko'rsatadiki, bu muammolar ko'pincha shaxsiy, oilaviy va ijtimoiy omillarning o'zaro ta'siri natijasida yuzaga keladi. Psixologik yordam va profilaktika dasturlarining samaradorligi bo'yicha tadqiqotlar, ayniqsa maktab psixologik xizmatlarining roli va ahamiyatini ta'kidlaydi [11]. Madaniy, ijtimoiy-iqtisodiy omillar va ta'lim muassasalarining rivojlanishiga ta'siri keng o'rganilgan. Har bir madaniyatda o'spirinlik va yoshlik davrining o'ziga xos xususiyatlari mavjud bo'lib, bu davrdagi rivojlanish me'yorlari va kutilmalari farq qilishi mumkin. Masalan, Sharq madaniyatlarida oilaviy qadriyatlar va jamoaviy me'yorlarning shaxsiyat shakllanishiga ta'siri G'arb

madaniyatlariga nisbatan kuchliroq bo'lishi mumkin. Ta'lim tizimi sifati, o'quv dasturlari va pedagogik yondashuvlar yoshlarning kognitiv va ijtimoiy-emotsional rivojlanishiga bevosita ta'sir ko'rsatadi.

Umuman olganda, mavzuga oid adabiyotlar ilk o'spirinlik va yoshlik davrining ko'p qirrali va dinamik xususiyatlarini chuqur yoritgan. Biroq, mavjud tadqiqotlarda ba'zi bo'shliqlar mavjud. Xususan, O'zbekiston sharoitida milliy mentalitet, an'analar va ijtimoiy-iqtisodiy o'zgarishlar kontekstida yoshlarning psixik rivojlanishini kompleks o'rganishga qaratilgan empirik ishlar hali yetarli emas. Raqamli avlodning o'ziga xos rivojlanish traektoriyalari, ayniqsa pandemiyadan keyingi davrda, chuqurroq tahlilni talab etadi. Shuningdek, turli rivojlanish bosqichlarida psixologik muammolarning oldini olish va ularni bartaraf etish bo'yicha samarali, madaniy jihatdan moslashtirilgan intervensiya dasturlarini ishlab chiqish va ularning samaradorligini baholash muhim vazifa bo'lib qolmoqda. Mazkur maqola ushbu bo'shliqlarni qisman to'ldirishga intilib, ilk o'spirinlik va yoshlik davri psixik rivojlanishining asosiy jihatlarini tizimli umumlashtirishga va milliy kontekstga oid ba'zi mulohazalarni ilgari surishga qaratilgan.

Tadqiqot metodologiyasi

Ushbu maqola ilk o'spirinlik va yoshlik davrida psixik rivojlanishning o'ziga xos xususiyatlarini chuqur tahlil qilishga qaratilgan nazariy va sintetik tadqiqot hisoblanadi. Maqsad mavjud ilmiy adabiyotlarni tizimli ko'rib chiqish, ushbu davrning kognitiv, emotsional va ijtimoiy jihatlaridagi asosiy tendensiyalarni umumlashtirish, shuningdek, zamonaviy tadqiqotlardagi bo'shliqlarni, xususan, O'zbekiston sharoitidagi o'ziga xosliklarni aniqlashdan iborat. Tadqiqotning asosiy vazifasi – ilk o'spirinlik va yoshlik davri psixologiyasiga oid turli nazariy yondashuvlar va empirik topilmalarni tanqidiy sintez qilish orqali mavzuga oid bilimlarni kengaytirish va kelajakdagi tadqiqotlar uchun yo'nalishlar belgilashdir. Bu jarayon yoshlarning psixologik salomatligini qo'llab-quvvatlashga qaratilgan amaliy tavsiyalar ishlab chiqish uchun nazariy asos yaratadi.

Adabiyotlarni qidirish va tanlash jarayoni bir necha bosqichda amalga oshirildi. Ma'lumot manbalari sifatida Scopus, Web of Science, PubMed, Google Scholar kabi xalqaro ilmiy ma'lumotlar bazalari, shuningdek, Cyberleninka va O'zbekiston Milliy Kutubxonasi kabi mintaqaviy va milliy resurslar ishlatildi. Qidiruv strategiyasi "ilk o'spirinlik psixologiyasi", "yoshlik davri rivojlanishi", "adolescent psychology", "youth development", "kognitiv rivojlanish", "emotsional tartibga solish", "ijtimoiy o'zlikni anglash", "raqamli avlod", "O'zbekiston yoshlari" kabi kalit so'zlarni o'z ichiga oldi. Tadqiqotning dolzarbligini ta'minlash maqsadida, asosan, 2020-yildan keyin nashr etilgan ilmiy ishlar, jumladan, maqolalar, monografiyalarga ustuvorlik berildi. Biroq, mavzuning fundamental nazariy asoslarini yoritish uchun klassik asarlar ham ko'rib chiqildi. Adabiyotlarni tanlashda ingliz va o'zbek tillaridagi manbalarga e'tibor qaratildi, bu esa xalqaro va milliy kontekstdagi yondashuvlarni qiyosiy tahlil qilish imkonini berdi.

Tanlangan adabiyotlar quyidagi mezonlar asosida saralab olindi: birinchidan, maqolaning mavzusiga bevosita aloqadorlik, ya'ni ilk o'spirinlik (10-14 yosh) va yoshlik (15-24 yosh) davrida psixik rivojlanishning kognitiv, emotsional, ijtimoiy va shaxsiyat shakllanishi jihatlariga bag'ishlangan bo'lishi; ikkinchidan, ilmiy nashrning sifati va obro'si (referatli jurnallar); uchinchidan, empirik tadqiqotlar uchun metodologik asoslarning aniqligi va nazariy ishlar uchun argumentlarning mantiqiy izchilligi. Eksklyuziya mezonlari esa yosh doirasidan tashqaridagi tadqiqotlar, faqatgina tibbiy yoki neyrobiologik jihatlariga e'tibor qaratgan ishlar, shuningdek, ilmiy jihatdan asoslanmagan materiallarni o'z ichiga oldi. Bu jarayon maqolaning ilmiy asosliligini ta'minlashga xizmat qildi.

Ma'lumotlarni tahlil qilish usullari sifatida sifatli, tematik tahlil va tanqidiy sintez qo'llanildi. Har bir tanlangan manba diqqat bilan o'rganilib, undagi asosiy g'oyalar, nazariyalar, empirik topilmalar va metodologik yondashuvlar ajratib olindi. So'ngra, ushbu ma'lumotlar mavzuning asosiy yo'nalishlari bo'yicha tizimlashtirildi. Tanqidiy sintez jarayonida turli mualliflarning qarashlari qiyoslandi, ularning o'xshashliklari va farqlari aniqlandi, shuningdek, mavjud tadqiqotlardagi ziddiyatlar va munozarali masalalar yoritildi.

Ayniqsa, 2020-yildan keyingi yangi tendensiyalar, jumladan, raqamli texnologiyalar va global o'zgarishlarning yoshlar psixik rivojlanishiga ta'siri alohida e'tibor bilan tahlil qilindi [1]. O'zbekiston sharoitida o'tkazilgan tadqiqotlar va ularning xalqaro kontekstdagi o'rni ham baholandi [2]. Ushbu tahlil natijasida mavjud bilimlardagi bo'shliqlar va kelajakdagi tadqiqotlar uchun ustuvor yo'nalishlar aniqlandi.

Ushbu tadqiqotning ba'zi cheklovlari mavjud. Birinchidan, u faqat nashr etilgan adabiyotlarga tayanadi, bu esa nashr etishdagi tarafkashlik ehtimolini keltirib chiqarishi mumkin. Ikkinchidan, adabiyotlarni tanlash va tahlil qilish jarayoni tadqiqotchining subyektiv talqinlaridan butunlay xoli bo'lmasligi mumkin. Uchinchidan, O'zbekiston kontekstida ilk o'spirinlik va yoshlik davri psixik rivojlanishiga oid zamonaviy empirik tadqiqotlarning xalqaro ma'lumotlar bazalarida cheklanganligi, umumiy xulosalarni milliy sharoitga tatbiq etishda qiyinchiliklarni keltirib chiqaradi. Bu cheklovlar ushbu maqolaning umumiy xulosalarini e'tiborga olishda hisobga olinishi lozim.

Tadqiqot jarayonida ilmiy etika tamoyillariga qat'iy rioya qilindi. Barcha foydalanilgan manbalar to'g'ri va aniq tarzda ko'rsatilgan, mualliflik huquqlari hurmat qilingan. Boshqa mualliflarning g'oyalari va topilmalari o'zlashtirilmagan, aksincha, ularga tegishli havolalar berilgan. Maqolada keltirilgan ma'lumotlar va xulosalar mavjud ilmiy dalillarga asoslangan holda xolis va ob'ektiv tarzda taqdim etilgan. Ushbu metodologik yondashuv maqolaning ilmiy qiymatini oshirishga va uning ishonchligini ta'minlashga xizmat qiladi.

Xulosa. Ushbu maqola ilk o'spirinlik va yoshlik davrining inson psixik rivojlanishidagi hal qiluvchi ahamiyatini umumlashtirdi. Bu bosqichda kognitiv qobiliyatlar, abstrakt va tanqidiy fikrlash takomillashadi, emotsional tartibga solish ko'nikmalari shakllanadi, ijtimoiy o'zlikni anglash kechadi. Tengdoshlar ta'siri, oilaviy munosabatlar va raqamli muhit yoshlarning rivojlanishiga muhim ta'sir ko'rsatadi. Rivojlanish krizislari va psixologik muammolar yuzaga kelishi mumkin, biroq madaniy-ijtimoiy omillar shaxs shakllanishida muhimdir. Mazkur tadqiqot ushbu murakkab davrni

tushunish va yoshlarga samarali yordam berish uchun nazariy asos yaratib, milliy kontekstdagi bo'shliqlarni ko'rsatadi.

Foydalanilgan adabiyotlar:

- [1] Soatov, N. A. (2021). O'smirlik davrida shaxsning ijtimoiy-psixologik xususiyatlari. *Psixologiya*, (1), 123-128. – <https://uzmu.uz/uz/category/psixologiya-jurnali/>
- [2] Xolmatova, M. M. (2022). O'smirlik davrida o'quvchilarning ijtimoiy-psixologik moslashuvi xususiyatlari (psixologiya fanlari bo'yicha falsafa doktori (PhD) dissertatsiyasi avtoreferati). Toshkent: O'zbekiston Milliy universiteti.
- [3] Ergasheva, G. B. (2020). O'smirlik davrida shaxs shakllanishining psixologik jihatlari. *Fan va jamiyat*, (3), 112-116. – <https://journal.uz/index.php/fan-va-jamiyat>
- [4] Karimova, V. M. (2021). Rivojlanish psixologiyasi. Toshkent: Fan va texnologiyalar nashriyoti. – <https://kitoblar.uz/kitob/rivojlanish-psixologiyasi>
- [5] Mirzayeva, N. A. (2023). Yoshlik davrida shaxsning o'zini anglash xususiyatlari. Toshkent davlat pedagogika universiteti ilmiy axborotnomasi, (2), 150-155. – <https://tdpu.uz/uz/category/ilmiy-axborotnoma/>
- [6] Qodirov, B. B. (2022). O'smirlik davrida deviant xulq-atvorning psixologik sabablari. In: Zamonaviy psixologiya muammolari: nazariya va amaliyot (Respublika ilmiy-amaliy konferensiyasi materiallari). Toshkent: Toshkent davlat pedagogika universiteti. pp. 210-214.
- [7] Usmonova, M. A. (2021). O'smirlik davrida o'ziga xoslikni shakllantirishning psixologik mexanizmlari. Samarqand davlat universiteti ilmiy axborotnomasi, (4), 188-193. – <https://samdu.uz/uz/category/ilmiy-axborotnoma/>
- [8] Abdullayeva, M. N. (2020). O'smirlik davrida psixologik himoya mexanizmlarining namoyon bo'lishi. *Psixologiya jurnali*, (2), 98-103. – <https://uzmu.uz/uz/category/psixologiya-jurnali/>