O‘SMIRLIK DAVRIDA O‘Z-O‘ZINI BAHOLASHNING PSIXOLOGIK XUSUSIYATLARI

Yormatova Gulsanam Hamroqul qizi
Chirchiq davlat pedagogika universiteti
Pedagogika fakulteti surdopedagogika
yonalishi talabasi
yormatovagulsanam8@gmail.com
Mahkamova Zaxroxon Mehmonali qizi
Ilmiy rahbarCHDPU psixologiya kafedrasi
o‘qituvchisi **D.E.Abduqodirova**
abduqadirovadilobarbonu@gmail.com
https://doi.org/10.5281/zenodo.24368013

Annotatsiya. Ushbu maqolada shaxs shakllanishining o‘tish va inqirozli bosqichi hisoblangan o‘smirlik davrida o‘z-o‘zini anglash hamda o‘z-o‘zini baholash tizimining psixologik xususiyatlari tahlil qilingan. Maqolada o‘smirlik yoshidagi jismoniy va gormonal o‘zgarishlarning «Men-konsepsiya» shakllanishiga ta’siri, tengdoshlar jamoasi fikrining ustunligi hamda adekvat, yuqori va past o‘z-o‘zini baholash darajalarining xulq-atvorda namoyon bo‘lishi ilmiy asosda yoritilgan. Shuningdek, o‘smirlarda sog‘lom va barqaror o‘z-o‘zini baholashni rivojlantirish bo‘yicha amaliy tavsiyalar berilgan.
Kalit so‘zlar: o‘smirlik davri, o‘z-o‘zini baholash, o‘z-o‘zini anglash, katta bo‘lish hissi, referent guruh, Men-konsepsiya, refleksiya, emotsional beqarorlik.

Kirish

Inson ontogenezida o‘smirlik davri bolalikdan kattalik dunyosiga o‘tish bosqichi sifatida shaxs psixikasida chuqur sifat o‘zgarishlari yuz beradigan murakkab davrdir. Bu davrda organizmdagi jadal jismoniy, anatomik-fiziologik va gormonal qayta qurilishlar bilan bir qatorda o‘smirning ichki ruhiy olamida ham tub burilish sodir bo‘ladi. Yosh davrlari psixologiyasida o‘smirlikning markaziy psixologik yangilanishi sifatida «o‘z-o‘zini anglash» va «katta bo‘lish hissi»ning paydo bo‘lishi e’tirof etiladi. O‘z-o‘zini anglashning eng muhim tarkibiy qismi esa shaxsning o‘z imkoniyatlari, axloqiy fazilatlari, tashqi ko‘rinishi va jamiyatdagi o‘rniga nisbatan emotsional-qadriyatli munosabatini ifodalovchi o‘z-o‘zini baholash tizimidir. Bugungi raqamli axborot va ijtimoiy tarmoqlar ta’siri kuchaygan sharoitda o‘smirlarning o‘ziga beradigan bahosi ko‘pincha tashqi va sun’iy mezonlarga bog‘lanib qolmoqda. Shu bois o‘smirlik davridagi o‘z-o‘zini baholash mexanizmlarini ilmiy jihatdan tadqiq etish va uning og‘ishlarini o‘z vaqtida korreksiya qilish zamonaviy psixologiya fanining dolzarb vazifalaridan biridir.

Asosiy qism

Ilmiy psixologiyada o‘z-o‘zini baholash shaxs tomonidan o‘zining fazilatlari, qobiliyatlari, xatti-harakatlari va boshqa odamlar orasidagi mavqeyini baholash jarayoni sifatida talqin qilinadi. Amerikalik psixolog Uilyam Jeyms o‘z-o‘zini baholashni shaxsning real muvaffaqiyatlari va uning da’volar (intilishlar) darajasi o‘rtasidagi nisbat sifatida asoslab bergan. Agar o‘smirning amalda erishgan natijalari uning ichki intilishlariga mos kelsa, unda o‘zidan qoniqish va ishonch hissi shakllanadi; aksincha, da’volar darajasi real imkoniyatlardan haddan tashqari yuqori bo‘lsa, ichki ruhiy zo‘riqish yuzaga keladi.

Kichik maktab yoshidan farqli o‘laroq, o‘smirlik davrida o‘z-o‘zini baholash tashqi mezonlardan ichki mezonlarga o‘ta boshlaydi. Kichik maktab o‘quvchisi o‘ziga asosan o‘qituvchi va ota-onaning bahosi orqali qarasa, o‘smir endi o‘zining ichki axloqiy me’yorlari hamda tengdoshlar jamoasining (referent guruhning) fikriga tayanadi. Mashhur psixolog L.I. Bojovich tadqiqotlarida ta’kidlanganidek,

© Ushbu material Creative Commons Attribution 4.0 International (CC BY 4.0) litsenziyasi asosida tarqatiladi.

o‘smirda shaxsiy refleksiya — o‘z ichki dunyosiga, xarakter xususiyatlariga va kelajakdagi hayotiy rejalariga chuqur nazar tashlash ehtiyoji keskin kuchayadi.

O‘smirlik davrida o‘z-o‘zini baholash bir qator o‘ziga xos psixologik xususiyatlar bilan ajralib turadi. Avvalo, bu davrda o‘z-o‘zini baholash **beqaror va vaziyatli** xarakter kasb etadi. O‘smirning o‘ziga bo‘lgan munosabati qisqa vaqt ichida keskin o‘zgarishi mumkin: arzimagan maqtov uni haddan tashqari ruhlantirib yuborsa, kichik tanqid yoki tengdoshlarining kulgisi chuqur tushkunlik va o‘zidan norozilik hissini uyg‘otadi. Shuningdek, o‘smirlar o‘zlarining jismoniy va tashqi qiyofalariga nisbatan o‘ta tanqidiy va sezgir bo‘ladilar. Bo‘yning notekis o‘sishi, yuz tuzilishidagi o‘zgarishlar va harakatlardagi vaqtinchalik noqulaylik o‘smirda tashqi ko‘rinishidan qoniqmaslik kompleksini keltirib chiqarishi mumkin. Bundan tashqari, bu yoshda «ideal Men» (qanday bo‘lishni xohlayman) va «real Men» (aslida qandayman) o‘rtasidagi tafovut yaqqol seziladi, bu esa ichki ziddiyatlar va emotsional beqarorlikka sabab bo‘ladi.

Psixologiya fanida o‘smirlarda o‘z-o‘zini baholashning uchta asosiy darajasi farqlanadi. Adekvat (to‘g‘ri) o‘z-o‘zini baholashga ega bo‘lgan o‘smir o‘zining kuchli va zaif tomonlarini xolisona ko‘ra oladi, murakkab vazifalardan cho‘chimaydi, xatolarini tan oladi va ularni tuzatishga intiladi. Bunday o‘smirlar tengdoshlari bilan sog‘lom muloqot o‘rnatadilar va o‘quv faoliyatida barqaror natijalarga erishadilar.

Haddan tashqari yuqori (noadekvat) o‘z-o‘zini baholash esa o‘smirda manmanlik, boshqalarni mensimaslik, tanqidni qabul qilmaslik va o‘z imkoniyatlariga ortiqcha baho berish bilan namoyon bo‘ladi. Bunday o‘smirlar muvaffaqiyatsizlikka uchraganlarida aybni o‘zlaridan emas, balki atrofdagilardan, o‘qituvchilardan yoki sharoitdan qidiradilar, bu esa ko‘pincha sinfda nizolarga olib keladi.

Past o‘z-o‘zini baholash o‘smir psixikasi uchun eng xavfli holatlardan biridir. O‘ziga past baho beruvchi o‘smir o‘z kuchiga ishonmaydi, tashabbus ko‘rsatishdan qo‘rqadi, yangi muhitga qiyin moslashadi va o‘zini boshqalardan kam deb hisoblaydi. Bunday yoshlarda xavotirlanish darajasi yuqori bo‘lib, ular tashqi bosimga tez beriluvchan bo‘ladilar va ba’zan o‘zlarini tasdiqlash maqsadida salbiy guruhlar ta’siriga tushib qolishlari mumkin.

O‘smirda sog‘lom va adekvat o‘z-o‘zini baholashni shakllantirishda oilaviy tarbiya uslubi va pedagogik muloqot hal qiluvchi ahamiyatga ega. Ota-onalar va o‘qituvchilar o‘smirning shaxsiyatini emas, balki uning muayyan xatti-harakatini baholashlari lozim. O‘smirni boshqa tengdoshlari bilan solishtirishdan voz kechib, uni o‘zining avvalgi natijalari bilan taqqoslash, shuningdek, sport, san’at, fan olimpiadalari yoki ijtimoiy loyihalarda o‘z qobiliyatini namoyon etishi uchun imkoniyat yaratish o‘ziga bo‘lgan ishonchni mustahkamlaydi.

Xulosa

Xulosa qilib aytganda, o‘smirlik davrida o‘z-o‘zini baholash shaxsning o‘z-o‘zini anglashi, emotsional barqarorligi va ijtimoiy moslashuvini belgilab beruvchi asosiy psixologik mexanizmdir. Ushbu davrdagi o‘z-o‘zini baholashning beqarorligi va tashqi ta’sirlarga sezgirligi kattalardan alohida pedagogik takt va psixologik qo‘llab-quvvatlashni talab etadi. O‘smirda o‘z imkoniyatlariga nisbatan xolisona va ijobiy munosabatni shakllantirish uning nafaqat o‘quv-bilish faoliyatidagi muvaffaqiyatini ta’minlaydi, balki kelajakda mustaqil, mas’uliyatli va ruhiy jihatdan barkamol shaxs bo‘lib kamol topishiga mustahkam poydevor yaratadi.

Foydalanilgan adabiyotlar

1. Bojovich L.I. Lichnost i yeye formirovaniye v detskom vozraste. — Sankt-Peterburg: Piter, 2008.
2. Kon I.S. Psixologiya ranney yunosti. — Moskva: Prosveshcheniye, 1989.

© Ushbu material Creative Commons Attribution 4.0 International (CC BY 4.0) litsenziyasi asosida tarqatiladi.

3. G‘oziyev E.G‘. Ontogenez psixologiyasi. — Toshkent: Noshir, 2010.
4. Davletshin M.G., Do‘stmuhamedova Sh., Mavlonov M., To‘ychiyeva S. Yosh davrlari va pedagogik psixologiya. — Toshkent: TDPU, 2004.
5. Erikson E. Identichnost: yunost i krizis. — Moskva: Flinta, 2006.
6. Karabanova O.A. Vozrastnaya psixologiya. — Moskva: Ayris-press, 2005.

© Ushbu material Creative Commons Attribution 4.0 International (CC BY 4.0) litsenziyasi asosida tarqatiladi.