



## O'SPIRINLIK DAVRIDAGI YIGIT VA QIZLARNING HAYOT FAOLIYATIDA FIZIOLOGIK RIVOJLANISH, PSIXOLOGIK O'ZGARISH VA IJTIMOY JARAYONLARNING AHAMIYATI

**Jiyanov Karimboy Omon o'g'li**  
*Qoraqalpoq Davlat Universiteti*  
*Amaliy psixologiya yo'nalishi 2-kurs talabasi*

**Annotatsiya:** *Ushbu maqolada o'spirinlik davridagi yigit va qizlarning jismoniy va psixofiziologik rivojlanishidagi o'zgarish va farqlari, ijtimoiy rivojlanish jarayonidagi takomillashuvi, ijtimoiy psixologik jarayonlarining o'smirlik davridagi ijtimoiy jarayonlar bilan o'xshash va farqli jihatlari, o'spirinlarning dunyoqarashlari va faoliyat jarayonlari haqida ma'lumotlar berilgan.*

**Kalit so'zlar:** *O'spirinlik davri, pubertat davr, akseleratsiya jarayoni, ikkinchi darajali jinsiy belgilar, gumoral va ichki sekretsion boshqarish sistemasi, ijtimoiy-psixologik munosabatlar, simpatiya, empatiya, egoizm va altruizm tushunchalari.*

### **O'spirinlik davrida yuz beradigan psixofiziologik jarayonlar va ularning yigit va qizlarga ta'siri**

Ilk o'spirinlik davri "kamolot bo'sag'asi" deb tariflanadi. Bu kamolot bosqichi fiziologik, psixologik va ijtimoiy chegaralarni o'z ichiga oladi. Psixologiya fani o'spirinlik muammosini kompleks o'rganishni da'vat etadi.

Bu juda qiyin masala, chunki psixofiziologik taraqqiyot surati bilan uning bosqichlari ijtimoiy yetilish muddati bilan hamma vaqt ham to'g'ri kelavermaydi. Akseleratsiya natijasida bugungi ilk o'spirinlarning taraqqiyoti avvalgi avlodlarga nisbatan o'rtacha 2-3 yil avval yetilmoqda. Fiziologlar bu jarayonni ikkinchi darajali jinsiy belgilarning paydo bo'lishiga qarab, 3 ta bosqichga ajratadilar:

- I. Bosqich – prepubertat;
- II. Bosqich – pubertat;
- III. Bosqich – postpubertat.

Akseleratsiya munosabati bilan o'spirinlik yoshining chegarasi endi 15-16 dan 23 yoshgacha bo'lmoqda. Bunda ilk o'spirinlik 15-18 yosh, o'spirinlik 18-23 yoshdagi o'spirin yigit va qizlarni o'z ichiga oladi. [1.369]

Demak, o'spirinlik ham oldin boshlanadi. Lekin bu taraqqiyot davrining konkret mazmuni birinchi navbatda ijtimoiy sharoitlat bilan belgilanadi. Yoshlarning jamiyatda tutgan o'rni, ularning movqei, ular egallaydigan bilimlarning hajmi va bir qator boshqa omillar ijtimoiy sharoitlarga bog'liq. Ilk o'spirinlik yoshidagi bolalar bu 15 yoshdan 17-18 yoshgacha bo'lgan maktab, akademik litsey va kasb-hunar kollejlari o'quvchilaridir.

O'spirinlik – bu odamning fuqaro sifatida shakllanishi, ijtimoiy jihatdan yetilishi, o'z taqdirini o'zi hal qilishi ijtimoiy hayotda faol ishtirok etishi davri, fuqaro va



vatanparvarning ma'naviy sifatlari tarkib topadigan davrdir. Bu davr faol ijtimoiy hayot, yigit va qizlarda dunyoqarashning shakllanishi, o'qishning yangi xarakteri (mustaqil bilim olish), mustaqillik va erkinlik hissining tarkib topishiga, yigit va qizlarning bir-biriga bo'lgan emotsional his-tuyg'ularining rivojlanishiga, mehnat faoliyati, kasb-hurarga bo'lgan layoqat va bilimning turli sohalarida ularning ijodiy qobiliyatlarini avj oldirishga katta ta'sir ko'rsatadi.

Ilk o'spirinlik davridagi bolalarda jismoniy rivojlanishning ayrim xususiyatlari, o'spirin shaxsining ayrim sifatlari rivojlanishiga ma'lum darajada ta'sir otkazadi va uning keying hayot faoliyati sohasidagi o'rnini va imkoniyatlarini bir qadar belgilab beradi. Birinchi o'rinnda kasb tanlash, bu esa yigit va qizlarning individual jismoniy tuzilishiga ham bir qator bog'liq bo'ladi. Ikkinchidan, jinslarning o'zaro mayli shunday ta'sir ko'rsatadiki, bunda jismoniy rivojlanish xususiyatlari ancha muhim rol o'ynaydi. O'zining jismoniy kuchini va jozibadorligini, simpatikligini, sog'lomligi va mukammalligini his etish yigit va qizlarda o'ziga ishonch, dadillik, tetiklik, optimizm va xushchaqchaqlik singari sifatlarning tarkib topishiga ta'sir ko'rsatadi.

O'spirinlik yoshida jismoniy sifatlari (bo'y, og'irlik) nisbatan barqaror darajaga yetgan bo'ladi. Shuningdek muskul kuchi va ishchanlik sezilarli darajada ortgan bo'ladi. Ko'krak qafasining hajmi kengayadi, skelet, aysimon suyaklar qattiqlashadi, to'qimalar va a'zolarining shakllanishi va funksional taraqqiyoti tugallanadi. Odatda bu yoshda yurak vaqon tomirlarining rivojlanishida o'smirlarga xos bo'lgan notekisliklar endi tekislanadi, qon bosimi baravarlashadi, ichki sekretiya bezlari bir me'yorda ishlay boshlaydi. Nerv sistemasining, xususan, miya rivojlanishidagi o'zgarishlar ma'lum bo'lib qoladi. Lekin, bu o'zgarishlar miya massasining ortishi hisobiga emas, balki miyaning ichki hujayralari tuzilishining murakkablashuvi hisobiga ro'y beradi. [1.371]

Katta yarim sharlar qatlamidagi hujayralarining tuzilishi sekin-asta katta yoshdagi kishi miyasining hujayralariga xos bo'lgan xususiyatlarga ega bo'ladi. Bosh miya po'stining qatlamlarida assotsiativ to'qimalarining miqdori ko'payadi. Natijada o'qish va mehnat jarayonida katta (yarim sharlar) qatlamining analitik-sintetik faoliyati murakkablashadi. Ba'zan bu yoshdagi o'quvchilarda nerv qo'zg'aluvchanligining ortishi, nerv sistemasining normal ishlashining buzishi ko'pincha noto'g'ri yashash rejimining: tungi mashg'ulotlar, to'yib uxlamaslik, toliqish, chekish, noratsional ovqatlanish, zararli odatlar va boshqa ayrim sabablar natijasida ro'y beradi. [2.370]

Ilk o'spirinlik yoshining boshlanishida odatda jinsiy yetilish tugallanadi. Ikkilamchi jinsiy belgilari rivojlanadi, bu holat yigit va qizlarning tashqi ko'rinishida ham sezilarli ravishda o'zgarish hosil qiladi. Jinsiy yetilish davrining tugallanishi hali jismoniy yetuklikni ham, buning ustiga psixik va ma'naviy yetuklikni ham anglatmaydi. Faqat 18 yoshga borib nikohdan o'tish ruhsat beriladigan davrda, shu yosh uchun minimal darajada zarur bo'lgan jismoniy, ma'naviy, fuqorolik yetuklik darajasi



boshlanadi. 18 yoshli yigit va qizlar jamiyat tomonidan katta yoshli kishilar deb e'tirof etiladi.

### **O'spirinlik davrida yigit va qizlarning ijtimoiy rivojlanish jarayonidagi takomillashuvi**

O'spirinlik yoshida ya'ni 18 yoshdan nikohdan o'tishga ruhsat berilgani bilan u yoshdagi yigit va qizlarda oila tushunchasi va turmush qurishga bo'lgan dunyoqarash endi shakllanayotgan bo'ladi. Oilada bo'ladigan turli xil vaziyatlar, yangi bir hayot, tanish-notanish chehralar, er-xotin munosabatlari, qaynona-kelin munosabatlari va oilada kelib chiqadigan har xil kelishmovchiliklarga qanday munosabat bildirishni, to'g'ri qarorlar qabul qilishni va biror vaziyatdan qanday chiqish yo'llarini tushunib yetmagan bo'ladilar.

Hayot faoliyati kengaygan sari, o'spirinlarda ijtimoiy rollar kengligi faqat miqdor tomongagina kengayib qolmay, balki sifat tomonga ham o'zgarib boradi. Masalan: 16 yoshda passport oladi; 18 yoshidan faol saylash huquqiga va oila qurish imkoniyatiga ega bo'ladi. O'spirin bundan tashqari jinoiy ishlar uchun javobgar bo'ladi. Ba'zi o'spirinlar bu yoshdan boshlab ishlay boshlaydilar. Kasb tanlash haqida o'ylay boshlaydilar. Lekin, shunga qaramay o'spirinlarda kattalarga qaramlik xususiyati saqlanib qoladi.

A.V. Petrovskiyning fikricha, ijtimoiy-psixologik munosabatlar shaxsning ijtimoiy taraqqiyotida yosh davrlarini inobatga olgan holda amalga oshadi. Petrovskiy shaxs xarakteri va tarbiyasini rivojlantirishda ahamiyatga ega bo'lgan 3 alohida muhofazani ajratib ko'rsatadi:

1. Bolalik davri.
2. O'smirlik davri.
3. Yoshlik (o'spirinlik davri).

O'smirlik davri individualizatsiya, ya'ni inson o'z ehtiyojlarini, shaxsiy turmushi (hayoti)dagi talablarini anglashi bilan ifodalanadi (masalan: mehrga bo'lgan ehtiyojning kuchayishi va bu ehtiyojning yetarlicha qondirilmaligi).

Yoshlik (o'spirinlik) davri jamiyatga qo'shilish (integratsiya) jarayoni bo'lib, bu jarayonda shaxsda muayyan xislatlar va xususiyatlar vujudga keladi shu bilan birga, bu davrdagi shaxsiy va guruhij ijtimoiylashuv jarayoniga zarurat va ehtiyoj ham o'ziga xos ta'sir ko'rsatadi. [3.76]

### **O'smirlik va o'spirinlik davridagi bolalarning o'xshash ijtimoiy psixologik jarayonlari**

O'smir va o'spirinlarga xos bo'lgan yana bir ijtimoiy jarayonlarning biri egoistik va altruistik xislatlarning shakllanishidir. Egoistik harakat shunjay jarayonki, bunda shaxs va uning "Men"ida o'ta katta markazlashuv bilan bog'liq holda yuzaga keladi. Ba'zi kishilarning o'zi haqidagi qayg'urishi ham uning ijtimoiy xulq-atvorida egoizmni motivlashtirishi mumkin. Egoistlarning harakatlarida asosan o'z imidji haqida qayg'urish ostida qilinadi. Bunday harakatlar o'spirinlar yetuklikka yetganida ham saqlanib qolishi mumkin.



Ma'lum bir sohada bir xil muvoffaqiyatga erishish uchun raqobatlashayotgan olimlar o'zlarining fanga qo'shgan xissalarini gapirishayotganida kamdan kam kamtar bo'lishi xorij psixologiyasining yetuk olimlaridan biri E. Ross tomonidan tasdiqlangan. E. Ross bu fikrning tasdig'i uchun quyidagi misolni keltiradi: 1923-yilda insulinni yaratgan Fredrik Banting va Djon Makleodlar Nobel mukofotiga sazovor bo'lishganidan so'ng, F. Banting ommaviy chiqishlaridan birida, laboratoriyani boshqarayotgan unga D. Makleod yordam berishdan ko'ra, ko'proq xalaqit berganini takidlaydi, D. Makleod esa ixtiroga qanday erishganligi haqida gapirayotib, o'z nutqida biron marta ham F. Bantingning ismini tilga olmaydi. [3.105]

Ma'lumki, egoizm kishilar orasida salbiy sifat deb qaraladi va egoistik xulq-atvor jamoatchilik tomonidan ham salbiy munosabatga loyiq deb qaraladi. Altruizm esa aksinncha, ijobiy sifat deb qaraladi va altruistik xatti-harakat ijobiy munosabatga loyiq deb tanlanadi. Natijada bu yerda shunday savol kelib chiqadi: Nega shunday? Buning sababi esa egoistik xulq-atvor asosida birinchi o'ringa o'z manfaatini qo'yish yotsa, aksincha altruistik xulqning asosida birinchi o'ringa o'z galar manfaatini qo'yish yotadi. Demak, bundan kelib chiqib aytish mumkinki, altruizm egoizmning antonimidir. Altruizm qisqa va lo'nda qilib aytganda, hech qanday manfaatni kutmagan holda boshqalarga yordam berish, demakdir. Egoistik jarayonlar o'smir va o'spirinlarda 2-3 yoshlardan shakllangan bo'lsa, altruistik jarayonlar o'smirlik va o'spirinlik davrlari orasida shakllanadi, ya'ni 14-18 yoshlar oralig'ida. Bularga oddiy misol jamoat transport vositalari va ko'cha-ko'yda o'zi charchagan yoki kasal bo'lsa ham o'zidan yoshi ulkanlarga joy bo'shatib berish, yukini ko'tarishib yuborish va h.k.

O'smirlik va o'spirinlik davridagi yigit va qizlarda empatik va simpatik xususiyatlar ham shakllanadi. Ularning bu davrlardagi emotsional holati va ichki regulatsion jarayonlari bunga turtki bo'ladi. Chunki o'smirlik davridagi qizlarda ham o'g'il bolalarda ham diqqat tortish, e'tiborni jalb qilish va taniqli shaxslarga taqlid qilish kabi psixologik jarayonlarning yetakchilik qilishi natijasida ularda simpatik xususiyatlar shakllanadi. Yani yurish-turish, kiyinish, xarakterida kattalarga taqlid qiladi. Modaga qiziqishi ortadi va o'zidek hatto oz'dan ham yuqori darajada o'ziga, yurish-turishiga, kiyinishi va muomala madaniyatiga e'tibor qaratadigan qarama-qarshi jins vakillariga qiziqish uyg'onadi. Ular bir-birini taniganidan keyingi bo'ladigan o'zaro ishonch, diqqat-e'tibor, g'amxo'rlik, mehr va iliq munosabatlar natijasida empatiya shakllanadi, do'stlik paydo bo'ladi. Agarda bunday do'stlik munosabati uzoq va mustaxkam davom etsa, bu o'z-o'zidan sevgi va muhabbatga aylanishi mumkin. Bunday empatik jrayonlar faqat qarama-qarshi jins vakillari orasidagina emas, balki o'smir va o'spirinlarning ota-onalari, yaqin kishilari, ustozlari va do'stlari orasida ham shakllanishi mumkin.

**Xulosa** qilib shuni aytamanki, O'spirinlik davridagi bolalarni biz endi "bola" deya olmaymiz. Ular jamiyatda o'z o'rniga ega, hamma narsani farqiga boradigan, mustaqil fikrlay oladigan, har qanday vaziyatda to'g'ri qarorlar olabiladigan, bilim ko'nikmasi va mehnat layoqatiga ega shaxslardir. O'spirinlar o'smirlardan farqli xarakter va



dunyoqarashga ega bo'lishadi. O'smirlar ijtimoiy hayotida qanday inson bo'lishini hayol surishadi va yoqtirgan insonlariga taqlid qilishni sevishadi. O'spirinlar esa ijtimoiy hayotda qanday inson bo'lishini tasavvur qilibgina qolmasdan bir vaqtning o'zida shu jamiyatning ijtimoiy hayotiga qo'shilgan bo'ladi. O'spirin yoshdagi yigit-qizlarga endi bolaga muomala qilgandek muomala qila olmaymiz, chunki ular qilayotgan ish-harakatlarini yaxshi bilishadi, har qanday masalaga to'g'ri yechim topishga harakat qilishadi, eshitganlarini, ko'rganlarini va his qilgan narsa va hodisalarni analizlab, tafakkurida shakllantira oladilar. Fiziologik jihatdan o'spirinlar mehnat faoliyatidan ham to'g'ri foydalada oladigan, jismoniy tomondan yaxshi rivojlangan, ikkilamchi jinsiy bezlarning rivojlanishi tamomila rivojlanib bo'lgan bo'ladi. Gumoral sistemasi bir maromda ishlay boshlaydi, akseleratsiya jarayoni ham jadal kechadi. Endi o'spirin yoshdagi yigit va qizlar yosh bolalardek emas, balki, katta insonlardek ko'rinishadi. Chunki, o'g'il bolalarda suyaklar, muskullar faoliyati va kuchi yaxshi rivojlanganligi uchun ularning bo'yi uzun va gavdalari tana tuzilishi katta odamlarnikidek bo'ladi. Qizlarda esa sut bezlari kattalashadi, tana tuzilishi, qad-qomati, bo'yi va sochlari uzayib balog'atga yetgan bo'ladi. Ijtimoiy jihatdan ham kamolotga yetgan, o'z-o'zini boshqarish kabi yetuk insoniy xususiyatga, aqliy faoliyatga ega bo'lishadi. Ularning xarakteri vazmin, mulohazali bo'ladilar, kattalarga hurmat-ehtirom bilan qaraydilar. O'spirinlar uzoqni ko'zlaydigan, kelajagi uchun qayg'uradigan, ota-onalarining yaqin yordamchisiga aylanadilar. O'qish faoliyati o'spirinlar uchun yetakchi faoliyat bo'lib qolaveradi, o'qishga nisbatan o'smirlik yoshiga qaraganda o'spirinlikda birmuncha yuqoriroq bo'ladi. Mustaqil hayotga tayyorligini o'z-o'zini anglashi bilan bog'liq motivlar bu davrda yetakchi o'rinni egallaydi. Motivlar tizimida jamiyatning to'laqonli a'zosi bo'lishga intilish, insonlarga naf keltirish kabi ijtimoiy motivlar ustunlik qiladi. Bu davrda o'spirinlarning kelgusi hayoti va tanlayotgan kasbiy rejalariga ko'ra fanlarga nisbatan qiziqishi o'zgaradi. O'spirinlik davrida o'zi ko'zlagan maqsadlariga erishishga asoslangan motivlar birinchi o'ringa ko'tariladi. O'spirinlik yoshida boshdan kechiradigan his-tuyg'ularining boyligi, xilma-xilligi bilan, hayotning turli tomonlariga emotsional munosabatda bo'lishi bilan boshqa davrlardan ajralib turuvchi davr hisoblanadi.

O'spirinlik yoshidagi yigit va qizlarda oila qurishiga bo'lgan tushuncha katta o'spirinlik davrida juda katta motiv o'rnini egallaydi. Bunday paytda yigit va qizlar bo'lajak turmush o'rtog'ining qanday inson bo'lishi kerakligini o'ylashadi va o'sha insonni uchatishga intilishadi. Bunday hollarda ota-ona va yaqin kishilari to'g'ri qaror qabul qilishiga va to'g'ri insonni tanlashga yordamlashishi kerak.

#### FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR:

1. Nishanova Z.T "Rivojlanish psixologiyasi" darslik.
2. Z.T. Nishanova, N.G. Kamilova, D.U. Abdullayeva, M.X. Xolnazarova "Pedagogik psixologiya" T.: 2018



3. N. Islomova, D. Abdullayeva “Ijtimoiy psixologiya” o’quv qo’llanma,  
Toshkent – 2015.