ISSN:3030-332X
Impact factor: 9,493
International journal of scientific researchers

O‘SMIRLARDA O‘ZIGA ISHONCH VA PSIXOLOGIK BARQARORLIKNING TENGDOSHLAR BOSIMIGA MUNOSABATDAGI O‘ZARO BOG‘LIQLIGI

Salomova Munis Rasul qizi
Osiyo xalqaro universiteti magistranti
MM2-PS-26 guruh talabasi
https://doi.org/10.5281/zenodo.24143376

ANNOTATSIYA: Ushbu tezisda o‘smirlik davrining psixologik xususiyatlari, o‘ziga ishonch va psixologik barqarorlikning tengdoshlar bilan munosabatdagi o‘zaro bog‘liqligi tahlil qilinadi. E. Eriksonning shaxsiy identifikatsiya, A. Banduraning o‘z imkoniyatlariga ishonch haqidagi ilmiy qarashlari asosida o‘smirlarning tengdoshlar ta’siriga munosabati yoritiladi. Bugungi kunda tengdoshlar bosimi, guruhga moslashish istagi va mustaqil qaror qabul qilishdagi qiyinchiliklar o‘smirlar psixologiyasining dolzarb masalalaridan biri hisoblanadi. Shu nuqtayi nazardan, o‘ziga ishonchni rivojlantirish va psixologik barqarorlikni mustahkamlashning ahamiyati asoslab beriladi. Bu annotatsiyada Eriksonning identifikatsiya nazariyasi va tengdoshlar munosabatlari haqidagi ilmiy tadqiqotlar o‘zaro bog‘langan. Ragelienėning tizimli sharhida ham o‘smirlarning shaxsiy identifikatsiyasi va tengdoshlar bilan munosabatlari o‘rtasidagi aloqa ko‘rib chiqilgan.
Kalit so‘zlar: o‘smirlik davri, o‘ziga ishonch, psixologik barqarorlik, tengdoshlar bosimi, shaxsiy identifikatsiya, ijtimoiy ta’sir, mustaqil fikrlash, o‘zini o‘zi baholash.

АННОТАЦИЯ: В данной тезисной работе анализируются психологические особенности подросткового возраста, а также взаимосвязь уверенности в себе и психологической устойчивости в отношениях со сверстниками. На основе научных взглядов Э. Эриксона о формировании личностной идентичности и А. Бандуры об уверенности в собственных возможностях рассматривается отношение подростков к влиянию сверстников. В настоящее время давление со стороны сверстников, стремление адаптироваться к группе и трудности в принятии самостоятельных решений являются одними из актуальных проблем психологии подросткового возраста. В связи с этим обосновывается значение развития уверенности в себе и укрепления психологической устойчивости подростков.
Ключевые слова: подростковый возраст, уверенность в себе, психологическая устойчивость, давление сверстников, личностная идентичность, социальное влияние, самостоятельное мышление, самооценка.

Bugungi kunda yosh avlodning psixologik salomatligini mustahkamlash, ularda mustaqil fikrlash va ijtimoiy muhitga ongli munosabat bildirish ko‘nikmalarini rivojlantirish dolzarb masalalardan biridir. Ayniqsa, o‘smirlik davrida tengdoshlar bilan munosabatlar, jamoada o‘z o‘rnini topish va boshqalar tomonidan tan olinishga bo‘lgan ehtiyoj kuchayadi. Bu jarayonda tengdoshlar ta’siri o‘smirning qarashlari, xulq-atvori va qarorlariga ijobiy yoki salbiy ta’sir ko‘rsatishi mumkin.

O‘smirning o‘ziga ishonchi va psixologik barqarorligi tengdoshlar bosimiga munosabat bildirishida muhim omil hisoblanadi. O‘z imkoniyatlarini anglagan, o‘z fikrini erkin ifodalay oladigan va mustaqil qaror qabul qilishga intiladigan o‘smirlar salbiy ta’sirlarga nisbatan tanqidiy yondashish imkoniyatiga ega bo‘ladilar. Shu sababli mazkur sifatlarning o‘zaro bog‘liqligini o‘rganish hamda ularni rivojlantirish yo‘llarini aniqlash muhim ilmiy-amaliy ahamiyat kasb etadi.

O‘smirlik davri shaxsning o‘zligini anglash, ijtimoiy mavqeini belgilash va mustaqil qarashlarini shakllantirish jarayoni jadal kechadigan muhim rivojlanish bosqichidir. Psixolog Erik Erikson o‘smirlik davrini “identifikatsiyaga erishish yoki rollar chalkashuvi” bilan bog‘liq bosqich sifatida izohlaydi. Uning fikricha, bu davrda o‘smir “Men kimman?” va “Jamiyatda qanday o‘rin egallayman?” kabi savollarga javob izlaydi. Shu sababli tengdoshlar bilan munosabatlar, ularning fikri va guruh tomonidan qabul qilinish o‘smirning o‘ziga bo‘lgan munosabatiga sezilarli ta’sir ko‘rsatadi.

Amerikalik psixolog Albert Bandura tomonidan ilgari surilgan o‘z-o‘ziga samaradorlik nazariyasida insonning muayyan vazifalarni bajarish va qiyinchiliklarni yengish imkoniyatlariga bo‘lgan ishonchi muhim psixologik omil sifatida qaraladi. Ushbu yondashuv o‘smirlarning tengdoshlar bosimiga munosabatini tushunishda ham ahamiyatlidir. O‘z imkoniyatlariga ishongan, fikrini asoslay oladigan va mustaqil qaror qabul qilishga intiladigan o‘smirlar guruh ta’siriga ko‘r-ko‘rona ergashmasdan, vaziyatni mustaqil baholashga moyil bo‘ladilar.T.Ragelienėning o‘smirlar identifikatsiyasi va tengdoshlar bilan munosabatlariga bag‘ishlangan tizimli tadqiqotida ijobiy tengdoshlar munosabatlari shaxsiy identifikatsiya rivojlanishi bilan bog‘liqligi qayd etilgan. Shuningdek, B. Laursen va hamkorlarining tadqiqotlari tengdoshlar ta’siri o‘smirlarning ijobiy va salbiy xulq-atvor shakllanishida muhim o‘rin tutishini ko‘rsatadi. Demak, tengdoshlar ta’siri har doim ham salbiy emas: u o‘smirni bilim olish, ijtimoiy faollik va o‘z ustida ishlashga undashi, ayrim holatlarda esa zararli xatti-harakatlarga ergashishiga sabab bo‘lishi mumkin.

O‘ziga ishonch va psixologik barqarorlik bir-birini to‘ldiruvchi psixologik sifatlar hisoblanadi. O‘ziga ishonch o‘smirning shaxsiy imkoniyatlarini anglashi, o‘z fikrini qadrlashi va qarorlariga mas’uliyat bilan yondashishida namoyon bo‘lsa, psixologik barqarorlik qiyin vaziyatlarda hissiy muvozanatni saqlash, salbiy ta’sirlarga moslashuvchan munosabat bildirish va muammolarni oqilona hal etishda ko‘rinadi. Ushbu sifatlarning rivojlanishi o‘smirning tengdoshlar bosimiga nisbatan ongli munosabatini shakllantirishga yordam beradi. Mazkur sifatlarni rivojlantirishda ta’lim-tarbiya jarayonida psixologik-pedagogik metodlardan foydalanish maqsadga muvofiq. Jumladan, “Men qanday insonman?” mashqi orqali o‘smirlar o‘zlarining kuchli jihatlari va imkoniyatlarini aniqlaydilar; “Yo‘q deyishni o‘rganaman” rolli o‘yini orqali tengdoshlar tomonidan bildirilgan nomaqbul takliflarni rad etish va o‘z pozitsiyasini himoya qilishni mashq qiladilar. “Vaziyatni tahlil qil” metodi esa turli ijtimoiy vaziyatlarda mustaqil qaror qabul qilish, muqobil yechimlarni topish va ularning oqibatlarini baholash ko‘nikmalarini rivojlantiradi.

Bundan tashqari, kichik guruhlarda munozara, muammoli vaziyatlarni muhokama qilish, ijobiy fikr-mulohaza berish va o‘zaro hamkorlikka asoslangan mashg‘ulotlar o‘smirlarning muloqot madaniyati, o‘zini qadrlashi va hissiy barqarorligini qo‘llab-quvvatlaydi. Bunda ota-onalar, pedagoglar va maktab psixologining hamkorligi, o‘smirning fikrini tinglash hamda uni kamsitish va taqqoslashdan saqlanish muhimdir. Tadqiqotlar ham maktab muhiti, oilaviy qo‘llab-quvvatlash va ijtimoiy-emotsional ko‘nikmalar tengdoshlar bilan sog‘lom munosabatlarni shakllantirishda muhim ekanini ko‘rsatadi.

XULOSA

Xulosa qilib aytganda, o‘smirlik davrida o‘ziga ishonch va psixologik barqarorlikning rivojlanishi tengdoshlar bosimiga nisbatan ongli va mustaqil munosabatni shakllantirishda muhim ahamiyatga ega. O‘smirning o‘z imkoniyatlarini anglashi, shaxsiy fikrini qadrlashi va hissiyotlarini boshqara olishi salbiy ijtimoiy ta’sirlarga berilmasdan, mustaqil qaror qabul qilishiga yordam beradi.

Bu jarayonda ota-onaning o‘rni beqiyosdir. Oilada farzand fikrini hurmat qilish, uning muammolarini tinglash, xatolarini kamsitmasdan to‘g‘ri yo‘naltirish va ruhiy qo‘llab-quvvatlash o‘smirda o‘ziga ishonchni mustahkamlaydi. Ta’lim muassasasida esa pedagoglar va maktab psixologlari sog‘lom

psixologik muhitni yaratish, o‘quvchilar o‘rtasida o‘zaro hurmat va bag‘rikenglikni rivojlantirish, bullying hamda salbiy tengdoshlar bosimining oldini olishga e’tibor qaratishlari lozim.

Shuningdek, jamiyatning o‘rni ham muhim bo‘lib, yoshlar uchun sog‘lom ijtimoiy muhit, mazmunli bo‘sh vaqt va ijobiy muloqot imkoniyatlarini yaratish ularning shaxs sifatida kamol topishiga xizmat qiladi. Oila, maktab va jamiyatning o‘zaro hamkorligi o‘smirlarda mustaqil fikrlash, o‘zini qadrlash va qiyin vaziyatlarda to‘g‘ri qaror qabul qilish ko‘nikmalarini rivojlantirishning muhim shartidir.

Demak, o‘ziga ishongan va psixologik jihatdan barqaror o‘smirni tarbiyalash nafaqat ta’lim muassasasining, balki ota-ona va butun jamiyatning umumiy vazifasidir. Bunday yondashuv kelajakda mustaqil fikrlaydigan, mas’uliyatli, ijtimoiy faol va ruhiy jihatdan barqaror shaxsni shakllantirishga zamin yaratadi.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR RO‘YXATI

1. **Me’yoriy-huquqiy hujjatlar**
2. O‘zbekiston Respublikasi Konstitutsiyasi. – Toshkent, 2023.
3. O‘zbekiston Respublikasining “Ta’lim to‘g‘risida”gi Qonuni. O‘RQ-637-son, 2020-yil 23-sentabr.
4. BMTning Bola huquqlari to‘g‘risidagi konvensiyasi. – 1989-yil 20-noyabr.
5. **II. Xorijiy ilmiy adabiyotlar**
6. Bandura A. Self-Efficacy: The Exercise of Control. – New York: W. H. Freeman, 1997.
7. Erikson E. H. Identity: Youth and Crisis. – New York: W. W. Norton & Company, 1968.
8. Masten A. S. Ordinary Magic: Resilience Processes in Development // American Psychologist. – 2001. – Vol. 56, No. 3. – P. 227–238.
9. Ragelienė T. Links of Adolescents’ Identity Development and Relationship with Peers: A Systematic Literature Review // Journal of the Canadian Academy of Child and Adolescent Psychiatry. – 2016. – Vol. 25, No. 2.
10. Laursen B., Veenstra R. Toward Understanding the Functions of Peer Influence: A Summary and Synthesis of Recent Empirical Research // Journal of Research on Adolescence.
11. **III. Internet manbalari**
12. World Health Organization. Adolescent Mental Health. WHO rasmiy sayti.
13. UNICEF. Bullying: What Is It and How to Stop It. UNICEF rasmiy sayti.