ISSN: 2181-4341, IMPACT FACTOR (RESEARCH BIB) – 9.145, SJIF – 5,431

Ismailova Guljahon Fahratdinovna

Qoraqalpoq Davlat Universiteti magisranti

O‘SPIRINLARDA XAVOTIRLANISH DARAJASINING O‘RGANILISHI

Annotatsiya: Mazkur tadqiqotda o‘spirinlar orasida xavotirlanish darajasining psixologik xususiyatlari, uning shakllanish omillari hamda shaxs rivojiga ta’siri o‘rganiladi. O‘spirinlik davri murakkab psixologik jarayonlar bilan xarakterlanib, bu davrda emotsional beqarorlik, ijtimoiy moslashuv muammolari va ichki ziddiyatlar kuchayishi natijasida xavotirlanish darajasi ortishi kuzatiladi.

Kalit so‘zlar:O‘spirinlik, empirik tahlillar, kompleks o‘rganishni, oilaviy mojarolar

Аннотация: В данном исследовании изучаются психологические особенности уровня тревожности среди подростков, факторы её формирования и влияние на развитие личности. Юношеский период характеризуется сложными психологическими процессами, и в этот период наблюдается повышение уровня тревожности в результате эмоциональной нестабильности, усиления проблем социальной адаптации и внутренних конфликтов.

Ключевые слова: Юность, эмпирический анализ, комплексное изучение, семейные конфликты

Yurtimizda oila, va oilaviy munosabatlar yoshlar tarbiyasi masalalariga alohida ahamiyat berilmoqda. Biroq yurtimizda yoshlarning har tomonlama barkamol shaxs sifatida kamol topishlari uchun hukumatimiz va Prezidentimiz tomonidan amalga oshirilayotgan choratadbirlar hamda bu sohaga berilayotgan e’tibor katta.

Bugungi kunda jahon miqyosida oilaviy munosabatlar, xususan, o‘smirlik va o‘spirinlik yoshidagi o‘zaro munosabatlar, ota-ona va farzand o‘rtasidagi nizolar va ularning kelib chiqish sabablarini o‘rganish masalalari dolzarb muammolardan sanaladi. Sababi shaxsning shakllanishida oiladagi muhit, ota-ona va farzandlar o‘rtasidagi munosabatlar muhim ahamiyat kasb etadi**.**

Mavzuning dolzarbligi

Oiladagi nizolar va ularning o‘spirin psixologiyasiga ta’siri mavzuning dolzarbligi ham shundaki oila o‘sib borayotgan inson o‘zi uchun yoqimsiz bo‘lgan hayotiy vaziyatlarda birinchi bo‘lib o‘zini topadigan muhit bo‘lib chiqadi. So‘nggi paytlarda ushbu eng keng tarqalgan hodisalardan biri - oilada oilaviy zo‘ravonlik yoki "bolalarga shafqatsizlik"ning namoyon bo‘lishi, Ota-onalar o‘rtasidagi nizoning farzand psixologiyasiga ta’siri oilaviy munosabatlar va o‘zaro ta’sir psixologiya va pedagogikaning ko‘p yillik tadqiqot ob’ekti hisoblanadi. Jamiyatdagi o‘zgarishlar hayotga ijobiy rivojlanish bilan bir qatorda salbiy jarayonlar ham sodir bo‘lmoqda, bunda ta’lim – tarbiya maskanlari ko‘p jihatdan vaziyatni baholashda yangi bilimlarni, milliy g‘oya bilan qurollantirishni, amalga oshirishni talab etuvchi muammolarga duch kelmoqda. Shu sababli mamlakatimizda olib borilayotgan ishlar, aynan ta’lim – tarbiya jarayoni shu maqsadga yo‘naltirilgandir.

- **Maqolaning ilmiy yangiligi:**

- Mazkur tadqiqotda oilaviy nizolarning o‘spirin psixologiyasiga ta’sir mexanizmi ochib berilib, unda kommunikativ buzilishlar, emotsional muhit va ishonch darajasi asosiy determinant omillar sifatida asoslab berildi.
- O‘tkazilgan empirik tahlillar natijasida kommunikativ jarayonlarning yetarli shakllanmaganligi (28%) hamda oiladagi salbiy emotsional muhit (30%) o‘spirinlarda psixologik muammolarni yuzaga keltiruvchi ustuvor omillar ekanligi isbotlandi.
- Tadqiqot davomida oilaviy nizolar ta’sirida shakllanuvchi o‘spirin psixologik holatining strukturaviy xususiyatlari aniqlanib, ular orasidagi o‘zaro funksional bog‘liqlik (xavotirlik, emotsional beqarorlik, ijtimoiy moslashuv pasayishi) ilmiy jihatdan tahlil qilindi.
- Tadqiqot natijalariga tayangan holda o‘spirinlarda oilaviy nizolar oqibatlarini kamaytirishga yo‘naltirilgan, kommunikativ kompetensiya va emotsional barqarorlikni rivojlantiruvchi psixokorreksion trening dasturi ishlab chiqildi.

Ilk o‘spirinlik davri ***«kamolot bo‘sag‘asi”*** deb ta’riflanadi. Bu kamolot bosqichi fiziologik, psixologik va ijtimoiy chegaralarni o‘z ichiga oladi. Psixologiya fani o‘spirinlik muammosini kompleks o‘rganishni da’vat etadi. psixofiziologik taraqqiyot sur’ati 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 ikki-uch yil avval yetilmoqda.

O‘spirinlarning uchinchi tipi esa “**sakrashga o‘xshash**” tez o‘zgarishlar bilan ajralib turadi. Bunday o‘spirinlar o‘z hissiy holatini nisbatan samarali nazorat qila oladilar va shiddatli emotsional buzilishlarsiz rivojlanadi. Ushbu yoshdagi o‘spirinlar o‘z hayotiy rejalarini erta aniqlab olishadi va shaxsiy intizom, yuqori darajadagi o‘zini nazorat qilish, shuningdek muvaffaqiyatga erishish istagi bilan ajralib turadilar.

Oilaviy muhit bolaning ruhiy va shaxsiy rivojlanishida muhim ahamiyatga ega. Oila ichidagi doimiy kelishmovchiliklar, janjallar, ota-ona tomonidan e’tiborning yetishmasligi yoki psixologik bosim mavjud bo‘lgan sharoitda voyaga yetayotgan bolalarda turli salbiy psixologik holatlar shakllanishi mumkin. Bunday vaziyatlarda bola o‘zini xavfsiz his qilmaydi, natijada unda qo‘rquv, xavotir, o‘ziga nisbatan ishonchsizlik kabi hissiy kechinmalar paydo bo‘ladi. Ayrim hollarda esa bu holatlar tajovuzkor xulq-atvor, asabiylik yoki aksincha, ichki tortinchoqlik va ijtimoiy faollikning pasayishiga olib keladi.

O‘spirinlik davridagi o‘zgarishlar natijasida tushunmovchilik va oilaviy nizolar Bular quyidagi turlarga bo‘linadi:

1. Psixologik nizolar – o‘zaro tushunmovchilik, his-tuyg‘ular bilan bog‘liq muammolar

2. Ijtimoiy-iqtisodiy nizolar – moliyaviy qiyinchiliklar, ishsizlik

3. Tarbiya masalasidagi nizolar – farzandni tarbiyalash bo‘yicha ota-ona o‘rtasidagi qarama-qarshiliklar

4. Oilaviy zo‘ravonlik – jismoniy yoki ruhiy bosimlar

Oilada doimiy ravishda nizolar yuz berib turishi bolalarda turli xil salbiy psixologik holatlarning shakllanishiga sabab bo‘ladi. Bunday muhitda yashayotgan bolalar ko‘pincha o‘zlarini xavfsiz his qilmaydi, natijada ularda doimiy xavotir, qo‘rquv va ruhiy zo‘riqish holatlari kuzatiladi. Tashqi tomondan jismonan sog‘lom ko‘ringan bo‘lsa-da, ularning ichki emotsional muvozanati izdan chiqishi mumkin.

Shuningdek, oilaviy mojarolarga muntazam guvoh bo‘lgan bolalar muammolarni konstruktiv yo‘l bilan hal qilish ko‘nikmalarini yetarlicha shakllantira olmaydi. Aksincha, ular nizoli vaziyatlarda tajovuzkorlik, keskin munosabat, befarqlik yoki muammodan qochish kabi xulq-atvor usullarini o‘zlashtirishi mumkin. Bu esa ularning emotsional rivojlanishiga va ijtimoiy moslashuviga salbiy ta’sir ko‘rsatadi**.**

E. Fromm esa sevgi va mas’uliyatni sog‘lom shaxs rivojining asosi sifatida talqin qiladi. Uning fikricha, haqiqiy sevgi – bu faqat hissiyot emas, balki ongli mas’uliyat, hurmat va g‘amxo‘rlikdir. Oilada ushbu tamoyillar buzilganda, ya’ni sovuqlik, befarqlik yoki zo‘ravonlik ustun bo‘lsa, bu farzandning ichki xavfsizlik hissiga putur yetkazadi.

B. Skinnerning xulq-atvor nazariyasi esa atrof-muhit omillarining hal qiluvchi rolini ta’kidlaydi. Uning yondashuviga ko‘ra, bola ko‘proq kuzatish va mustahkamlash (rag‘bat yoki jazo) orqali o‘rganadi.

1.Spilberger-Xanin shaxsiy va vaziyatli xavotirlanish so‘rovnomasi Spielbergerning Holat-Xususiyat Xavotir Inventarizatsiyasi (STAI) hozirgi xavotir darajasini (reaktiv xavotir holat sifatida) va xususiyat xavotirini (barqaror shaxsiyat xususiyati sifatida) baholash uchun informatsion o'zini o'zi baholash vositasidir. Ushbu vosita 1970-yilda ishlab chiqilgan. Nisbatan soddaligi va samaradorligi tufayli Spielberger xavotir shkalasi klinik amaliyotda turli maqsadlarda, jumladan, xavotirning og'irligini aniqlash, bemorning ahvolini vaqt o'tishi bilan baholash va boshqalar uchun keng qo'llaniladi.

Tadqiqotda jami 108 nafar respondent ishtirok etdi. Ularning 53 nafari o‘g‘il bolalar (49%), 55 nafari esa qiz bolalarni (51%) tashkil etadi. Natijalar shuni ko‘rsatadiki, tadqiqotda qiz bolalar ulushi biroz ustunlik qiladi, ammo umumiy taqsimot deyarli teng hisoblanadi. Tadqiqot jarayonida o‘spirinlarning shaxsiy (trait) va vaziyatli (state) xavotir darajasi Spilberger–Xanin metodikasi yordamida o‘rganildi. Olingan natijalar tahlili shuni ko‘rsatdiki, ishtirokchilarning sezilarli qismida xavotir darajasi o‘rtacha va yuqori ko‘rsatkichlarni namoyon etdi.

Yuqori darajadagi xavotir ko‘rsatkichlari oilaviy nizolar tez-tez uchraydigan respondentlarda kuzatildi. Bu holat o‘spirinlarning psixologik barqarorligi izdan chiqayotganini va stressga nisbatan sezuvchanlik ortganini bildiradi.

O‘rtacha darajadagi xavotir esa ko‘proq nizolar epizodik xarakterga ega bo‘lgan oilalarda tarbiyalanayotgan o‘spirinlarda aniqlangan.Past darajadagi xavotir kam sonli respondentlarda uchrab, bu guruhda oilaviy muhit nisbatan barqaror va qo‘llab-quvvatlovchi ekanligi bilan izohlanadi.Natijalar shuni ko‘rsatadiki, oiladagi nizolar o‘spirinlarda nafaqat vaziyatli xavotirni, balki shaxsiy xavotir darajasini ham oshiradi. Bu esa ularning emotsional holatiga, o‘ziga ishonchiga va ijtimoiy moslashuviga salbiy ta’sir ko‘rsatadi. Shuningdek, men ota-onalar farzandlarining xarakteridagi ijobiy jihatlarni qo‘llab-quvvatlashi va salbiy xulq-atvor ko‘rinishlarini o‘z vaqtida to‘g‘rilab borishi lozim, degan fikrdaman. Ota-onaning farzandga nisbatan bir xil va adolatli munosabatda bo‘lishi, uni haddan tashqari erkalatmaslik yoki aksincha, kamsitmaslik muhim tarbiyaviy omil sifatida namoyon bo‘ladi.

Bundan tashqari, men ota-ona va farzand o‘rtasidagi nizolarni keltirib chiqaruvchi omillarni chuqur tahlil qilish, ularning sabablarini inobatga olish va bu jarayonda farzand bilan do‘stona munosabatni yo‘lga qo‘yish zarur, deb hisoblayman. Shu bilan birga, tarbiya jarayonida ma’lum darajada qat’iy qoidalarga amal qilish ham ijobiy natija beradi.

Yana bir muhim jihat shundan iboratki, o‘smirlik davrida yuzaga keladigan psixologik va xulqiy o‘zgarishlarni ota-onalar tomonidan to‘g‘ri qabul qilish muhimdir. Menimcha, farzandni

mustaqil shaxs sifatida tan olish, uni asossiz ayblamaslik va har bir xatti-harakatini keskin tanqid qilmaslik, balki tushunishga harakat qilish, sog‘lom munosabatlarni shakllantirishga xizmat qiladi.

Foydalanilgan adabiyotlar

1.D.B .Botirova yosh davrlar pedagogik psixologiyasi 2021

2.G.B. Shoumarov, 1.0. Haydarov, N.A. Sog'inov va boshq.; G'.B. Shoumarovning tahriri ostida; O'zbekiston Respublikasi oliy va o'rta-maxsus ta'lim vazirligi, O'rta maxsus, kasb-hunar ta'limi markazi.T.: «Sharq», 2010. - 296 b.

3.Oiladagi nizolarning bolaning psixik holatiga ta’sir etuvchi omillar *Bahodirova Shahnoza Rustam qizi Alfraganus universiteti Ijtimoiy fanlar fakulteti 4-bosqich talabasi*

4.Z. Ibodullayev. Tibbiyot psixologiyasi. Darslik., 3-nashr., T.; 2019., 494b. © Ibodullayev ensiklopediyasi., 2022 y; ©asab.cc

5.O`zbekistondagi zamonaviy oilalarda kelib chiqayotgan nizolar va ularning psixologik jihatlari Raximova Gulxayo Alisherovna11 Toshkent amaliy fanlar universiteti