

DOI: <https://doi.org/10.5281/zenodo.10782715>

O'SMIRLARDA YOLG'IZLIK HISSINING SHAKLLANISHI

Abdullayeva Risolat Eshonqul qizi

Termiz davlat universiteti

Ijtimoiy fanlar fakulteti

Amaliy psixologiya yo'nalishi III-bosqich talabasi

Ilmiy rahbar: **Jumayeva Guljahon Òralovna**

Psixologiya kafedrası o'qituvchisi

***Annotatsiya.** O'smirlik davri bolalikdan kattalikka o'tish davri bo'lib, bu davrda o'smir fiziologik va psixologik jismoniy jihatdan o'zgarishlarni boshdan kechiradi. Ayni bu davrda o'smir o'zini yolg'iz his qiladi. O'zini yaxshi his qilayotgan do'stlaridan, oilasidan yoki jamiyatdan uzoqlashgandek sezadi. Maqolada o'smirlik davrida yuzaga keladigan yolg'izlik muammosini kelib chiqish sabablari keng yoritilgan. Yolg'izlik har doim ham salbiy jarayon emas balki uning ijobiy tomonlari ham mavjudligi haqida ma'lumotlar keltirib o'tilgan.*

***Kalit so'zlar:** o'smirlik davri, o'smir, yolg'izlik, yosh, ijtimoiy holat, jismoniy holat, ta'lim-tarbiya.*

O'smirlik davriga o'tish sifat jihatdan yangi shakllanishlarning paydo bo'lishi bilan tavsiflanadi, ular o'z-o'zini anglashning yangi darajasi, "men-Kontsepsiya" ning shakllanishi deb tushuniladi. O'smirlik 11-12 yoshdan, 14-15 yoshgacha bo'lan davrni o'z ichiga oladi. Aksariyat o'quvchilarda o'smirlik yoshiga o'tish, asosan, 5-sinfdan boshlanadi. «Endi o'smir bola emas, biroq katta ham emas»- ayni shu ta'rif o'smirlik davrining muhim xarakterini bildiradi. O'smirlik bolalikdan kattalikka o'tish davri bo'lib, fiziologik va psixologik jismoniy jihatdan o'ziga xos xususiyatlari bilan

xarakterlanadi. Bu bosqichda bolalarning jismoniy va psixik taraqqiyoti juda tezlashadi, hayotdagi turli narsalarga qiziqishi, yangilikka intilishi ortadi, xarakteri shakllanadi, ma'naviy dunyosi boyiydi, ziddiyatlar avj oladi. O'smirlik balog'atga yetish davri bo'lib, yangi hislar, sezgilar va jinsiy hayotga taalluqli chigal masalalarning paydo bo'lishi bilan ham xarakterlanadi.

O'smirlarda yolg'izlik shakllanishining ilk bosqichlarini aniqlash muhim ahamiyat kasb etadi. Yolg'izlik kishinig hissiy holatiga ta'sir etuvchi psixogen omillardan biridir. Inson yolg'izlik sharoitiga tushib qolishi natijasida uning boshqalar bilan munosabatlari uzilib qoladi va kuchli emotsional reaksiyalarni vujudga keltiradi.

Yolgizlik- ob'ektiv mavjud fenomen bo'lib, u haqida fikr yuritish va o'rganish o'ziga xos qadimiy an'analarga ega, ayni paytda ham munozarali muammodir. Uning tabiati, rivojlanishi va namoyon bo'lishi haqidagi nazariyalarda hozirga qadar ham qarama-qarshiliklar kuzatiladi.

O'smirlarda yolg'izlik hissini keltirib chikaruvchi omillar va ularni o'smirlarning individual psixologik xususiyatlariga ta'siri va ruhiy xolatlarini inobatga olgan xolda ta'lim-tarbiya jarayonini tashkil etish muammosini o'rganish ushbu ilmiy tadqiqotning dolzarb masalalaridan biri ekanligini ta'kidlash joiz. Mazkur muammo ko'plab psixolog olimlar tomonidan o'rganilmoqda. Jumladan, S.G.Korchaginaning tadqiqotlarida yolg'izlikning turlariga identifikatsiya (aynanlashtirish, o'xshatish, tenglashtirish) mexanizmlarining buzilishi natijasi sifatida qaraladi.

Tadqiqotchining ta'kidlashlaricha, o'smirlik davrida o'z-o'zini anglash yolg'izlik fenomeni bilan hamohang kechadi. O'z o'zini anglash o'smirlik davrida o'zining tashqi ko'rinishdagi o'zgarishlarga o'z-o'ziga bo'lgan qiziqishning natijasi hisoblanadi. O'smirning jismoniy va ruhiy xolatidagi keskin o'zgarishlar nizoli va og'ir kechadi. O'smir atrofdagilarni oson ideallashtiradi, shuningdek ulardan tez ko'ngli qoladi, chukur axloqiy, ruhiy hissiyotlar, dunyoqarashlar iskanjasida qoladi. O'smirning nazarida atrofdagilar uni tushunayotganday tuyuladi, o'z hayolidagi qahramonining timsoli bilan yashaydi. O'smir doimo qahramonliklar ko'rsatishga, o'z yo'lida duch kelgan muammolariga qarshi kurashishga harakat kiladi. Shu yo'l bilan

atrofdagilarga o'zining katta bo'lib qolganligi, o'z mustaqilligi, o'z shaxsining noyobligini isbot qilishga harakat qiladi va bu jarayonda o'z-o'zi bilan suhbat quradi, yolg'izlik holatini boshidan kechiradi. O'z o'y-hayollari bilan tanho qolish o'smirga real hayotda erishishning imkoni bo'lmagan turli holatlari hayolida boshdan kechirish imkoniyatini beradi. "Yolg'izlik tabiiy holat, u o'smir ichki hayoti, ichki dunyosining shakllanayotganligidan darak beradi" deb yozadi I.S. Kon.

Oilada ota-onalar tomonidan bolaning tabiatiga mos kelmaydigan xatti-harakatlarni bajarishga majbur qilish bolada hissiy qo'rquv holatiga olib keladi. Ko'p hollarda ota-onalar farzandlarining qiziqishlarini inobatga olmay boshqa kasbni egallashiga majburlaydi. Bu uchun ular bolaga shart-sharoitlar yaratgan bo'lsa ham, boshqa tomondan ular istaklarini amalga oshirishga to'sqinlik qilgani uchun nafrat hisining shakllanishiga sabab bo'ladi. Keyinchalik bu bola tomonidan maqullanagan bilan ongida esa yolg'izlik, tashlab qo'yilganlik, uni tushunmaslik hissi qoladi. Lekin ba'zi sabablarga ko'ra eng to'g'ri tashkil etilgan tarbiya ta'sirida ham yolg'izlik hissi saqlanib qolishi mumkin. Hatto atrofida qarindoshlar, hamkasblar, do'stlar ko'p bo'lsa ham bu his uni ta'qib etaveradi. Buyuk satirik A. Raykin ta'kidlaganidek: "Odamlar ko'p, ammo gaplashadigan hech kim yuk".

Hamma vaqt ham yolg'izlik yomon holat emas. Shunday vaziyatlar bo'ladiki, insonga o'zi bilan o'zi yolg'iz qolish zarur bo'ladi. Qachonki yolg'izlik insonga azob bera boshlaganda esa muammo vujudga keladi. Psixologiyada sensor deprivatsiya (xissiy-axborotga tashnalik) tushunchasi mavjud. Agar inson o'ziga kerakli miqdorda axborotlarga va taassurotlarga ega bo'lmasa unda psixologik, psixiatrik va somatik tabiatga ega bo'lgan muammolar vujudga keladi. Shuning uchun ham inson axborot va muloqotga nisbatan tashnalikni his qiladi.

ADABIYOTLAR

1. Xuxlaeva O. V. *Osnovi psixologicheskogo konsultirovaniya i psixologicheskoy kor-rektsii.: uchebnoe posobie dlya studentov vissh. ped. ucheb. Zave-deniy.* / O. V. Xuxlaeva - M.: Akademiya, 2001.-208 s.
2. *Labirinti odinochestva. Sbornik.* / Pod red. Pokrovskogo N.E. M.: EKSMO-Press, 1989. - S. 549
3. Korchagina S. G. *Genezis, vidi i proyavleniya odinochestva: monografiya.* - M.: Moskovskiy psixologo-sosialniy institut, 2005. 196c
4. Kon I.S. *Mnogolikoe odinochestvo.* // *Znanie sila.* 1986. - №12-81-84 s
5. E.G'. G'oziyev "Ontogenez psixologiyasi" Toshkent. Noshir nashriyoti 2010y 186-197b