

O'SMIRLARDA SHAXSLARARO MUNOSABATNING PSIXOLOGIK XUSUSIYATLARI

Gulnora Ziyautdinovna

Psixol.f.b.f.d. dotsent.

Odinayeva Shohsanam Shamsiddin qizi

Aniq va ijtimoiy fanlar universiteti magistri.

<https://doi.org/10.5281/zenodo.14996613>

Annotatsiya. O'smirlik davri inson hayotining muhim bosqichlaridan biri bo'lib, bu davrda shaxsiy identifikatsiya, ijtimoiy munosabatlar va o'z-o'zini anglash jarayonlari shakllanadi. Shaxslararo munosabatlar o'smirlik davrida insonning ruhiy va emotsional rivojlanishida hal qiluvchi rol o'ynaydi. Ushbu maqolada o'smirlarning shaxslararo munosabatlari, ularning ijtimoiy moslashuvi, do'stlik, oilaviy va jamiyatdagi aloqalar, shuningdek, bu munosabatlarning psixologik jihatlarini tahlil qilinadi. Shuningdek, o'smirlarning bu jarayonda duch keladigan qiyinchiliklari va ularni hal qilish yo'llari ko'rib chiqiladi.

Kalit so'zlar: o'smirlik, shaxslararo munosabatlar, psixologiya, ijtimoiy moslashuv, do'stlik, oilaviy munosabatlar, konfliktlar.

PSYCHOLOGICAL FEATURES OF INTERPERSONAL RELATIONSHIPS IN ADOLESCENTS

Abstract. Adolescence is one of the important stages of human life, during which the processes of personal identification, social relationships and self-awareness are formed.

Interpersonal relationships play a decisive role in the mental and emotional development of a person during adolescence. This article analyzes the interpersonal relationships of adolescents, their social adaptation, friendship, family and community ties, as well as the psychological aspects of these relationships. The difficulties that adolescents face in this process and ways to solve them are also considered.

Keywords: adolescence, interpersonal relationships, psychology, social adaptation, friendship, family relationships, conflicts.

ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ МЕЖЛИЧНОСТНЫХ ОТНОШЕНИЙ У ПОДРОСТКОВ

Аннотация. Подростковый возраст — один из важных этапов жизни человека, в течение которого формируются личностная идентичность, социальные отношения и процессы самосознания. Межличностные отношения играют решающую роль в духовном и эмоциональном развитии человека в подростковом возрасте. В статье анализируются межличностные отношения подростков, их социальная адаптация, дружеские, семейные и общественные связи, а также психологические аспекты этих отношений.

В статье также рассматриваются трудности, с которыми сталкиваются подростки в этом процессе, и пути их преодоления.

Ключевые слова: *подростковый возраст, межличностные отношения, психология, социальная адаптация, дружба, семейные отношения, конфликты.*

KIRISH

O'smirlik davri inson hayotining eng muhim va murakkab bosqichlaridan biri bo'lib, bu davrda jismoniy, ruhiy va emotsional o'zgarishlar jadallashadi. Bu bosqichda shaxsiyat shakllanishi, o'z-o'zini anglash, hayotga nisbatan qarashlar va ijtimoiy moslashuv jarayonlari kechadi. O'smir o'zining kimligini anglashga harakat qiladi va atrof-muhitdagi munosabatlar uning ruhiy dunyosiga bevosita ta'sir ko'rsatadi. Shu sababli, o'smirlik davridagi shaxslararo munosabatlarni chuqur o'rganish psixologiya va pedagogika fanlari uchun dolzarb masalalardan biri hisoblanadi.

O'smirlik davrida inson jamiyatning faol a'zosi bo'lishni o'rganadi, o'zini o'rab turgan insonlar bilan qanday munosabatda bo'lishi kerakligini tushunadi va turli ijtimoiy vaziyatlarga moslashishga harakat qiladi. Bu jarayonda oilaviy muhit, tengdoshlar bilan munosabat, maktab muhiti va shaxsiy rivojlanish kabi omillar muhim rol o'ynaydi.

O'smirlar o'z tengdoshlari bilan o'zaro aloqa qilish orqali turli xil ijtimoiy qoidalarni o'rganadi va shaxsiy mustaqilligini rivojlantiradi. Shu bilan birga, ota-onalar va o'qituvchilarning o'smir bilan bo'lgan munosabati uning ruhiy salomatligi va psixologik rivojlanishiga katta ta'sir ko'rsatadi.

O'smirlik davrida shaxslararo munosabatlar quyidagi omillar bilan ajralib turadi:

O'smirlar o'zaro ta'sir jarayonida yangi ijtimoiy ko'nikmalarni o'zlashtiradi.

Do'stlik va ijtimoiy aloqalar muhim ahamiyat kasb etadi, chunki o'smirlar o'z fikrlarini, his-tuyg'ularini tengdoshlari bilan bo'lishishga moyil bo'ladilar.

Ota-onalar va pedagoglar bilan munosabatlar ba'zan ziddiyatli bo'lishi mumkin, chunki o'smirlar mustaqillikka intiladilar.

Konfliktlar va qarama-qarshiliklar tez-tez uchrab turadi, shu sababli, o'smirlarning shaxsiy rivojlanishiga ijobiy ta'sir ko'rsatish uchun ularga to'g'ri yo'l-yo'riq berish lozim.

TADQIQOT METODOLOGIYASI VA EMPIRIK TAHLIL

Shaxslararo munosabatlar quyidagi asosiy omillar ta'sirida shakllanadi:

Oilaviy muhit

O'smirning oilaviy muhitdagi tajribasi uning shaxs sifatida shakllanishiga katta ta'sir ko'rsatadi.

Oiladagi sevgi va qo'llab-quvvatlash hissi o'smirlarga ishonch hissini beradi.

Ota-onalar bilan yaxshi munosabatga ega bo'lgan o'smirlar ijtimoiy muhitda ham yaxshi moslashadi.

Aksincha, oilaviy kelishmovchiliklar o'smirning o'ziga bo'lgan ishonchini pasaytirishi mumkin.

Do'stlik va tengdoshlari bilan munosabatlar

O'smirlar uchun do'stlari bilan vaqt o'tkazish muhim hisoblanadi.

Do'stlik o'zaro tushunish, hissiy qo'llab-quvvatlash va hamkorlik qilishga asoslanadi.

Ijobiy do'stlik munosabatlari o'smirlar o'zini jamiyatning muhim qismi sifatida his qilish imkonini beradi.

Salbiy do'stlik (yomon muhit, bosim) esa salbiy oqibatlariga olib kelishi mumkin.

Maktab muhiti

O'qituvchilar va sinfdoshlar bilan munosabatlar o'smirning ijtimoiy rivojlanishiga ta'sir ko'rsatadi.

Maktabda do'stlar bilan yaxshi munosabatda bo'lish o'smirning o'qishga bo'lgan motivatsiyasini oshiradi.

Tengdoshlar orasidagi bosim (peer pressure) ba'zan stress yoki o'ziga ishonchsizlikka olib kelishi mumkin.

O'z-o'zini anglash va shaxsiy rivojlanish

O'smirning o'zini anglash jarayoni bu davrda jadallashadi.

Shaxsiy qobiliyatlar, qiziqishlar va maqsadlarning shakllanishi bu jarayonni belgilaydi.

Atrofdagilar bilan qanday munosabatda bo'lishi o'smirning kelajakdagi hayotiga katta ta'sir qiladi.

O'smirlik davrida shaxslararo munosabatlar ba'zan turli kelishmovchiliklar va konfliktlarga olib kelishi mumkin. Quyidagi jadvalda konfliktlarning asosiy turlari va ularning yechim usullari keltirilgan:

Konflikt turi	Sabablari	Asoratlari	Yechim yo'llari
Oilaviy nizolar	Ota-onalar bilan mustaqillik masalasida kelishmovchiliklar	Stress, depressiya, isyonkorlik	Ochiq muloqot, murosaga kelish, o'zaro hurmat
Do'stlar o'rtasidagi nizolar	Raqobat, tushunmovchilik, noto'g'ri muloqot	Do'stlikning buzilishi, yolg'izlik	Empatiya, muammolarni ochiq muhokama qilish
Maktabdagi muammolar	O'qituvchilar yoki sinfdoshlar bilan kelishmovchiliklar	O'qishdan charchash, ishtiyoq yo'qolishi	O'qituvchilar bilan muloqot, stressni boshqarish
Tengdoshlar bosimi	Atrofdagilarning tazyiqi yoki salbiy ta'siri	O'ziga bo'lgan ishonchsizlik, noto'g'ri qarorlar	Mustaqil fikrlashni rivojlantirish, ishonchli do'stlar topish

XULOSA VA MUNOZARA

O'smirlik davrida shaxslararo munosabatlar insonning ruhiy va emotsional rivojlanishida hal qiluvchi rol o'ynaydi. Ushbu bosqichda o'smirning oila, do'stlar, maktab va jamiyat bilan munosabatlari uning kelajakdagi ijtimoiy hayotiga ta'sir qiladi. Ijobiy shaxslararo munosabatlar o'smirlarga o'zini jamiyatning muhim qismi sifatida his qilishga yordam beradi, unga o'zining kimligini aniqlash, ishonchli do'stlar orttirish va ijtimoiy ko'nikmalarni rivojlantirish imkonini yaratadi.

Maqolada o'smirlarning shaxslararo munosabatlarini shakllantirishga ta'sir etuvchi omillar chuqur tahlil qilindi. Oilaning o'smirlik davriga ta'siri nihoyatda muhim bo'lib, ota-onalar va farzandlar o'rtasidagi ochiq muloqot, tushunish va qo'llab-quvvatlash bu jarayonda katta ahamiyatga ega. O'smirning do'stlari va tengdoshlari bilan bo'lgan munosabatlari ham uning ruhiy holatiga va o'z-o'zini anglashiga ta'sir ko'rsatadi.

O'smirlik davrida shaxslararo munosabatlarning sog'lom shakllanishi uchun quyidagi tavsiyalar berilishi mumkin:

O'smirlarning shaxsiy rivojlanishiga e'tibor qaratish – ularning qobiliyatlari va qiziqishlarini qo'llab-quvvatlash.

Oilaviy muloqotni yaxshilash – ota-onalar va o'smirlar o'rtasida ochiq va ishonchli muloqotni yo'lga qo'yish.

Do'stlik va ijtimoiy munosabatlarni mustahkamlash – o'smirlarga ijobiy ijtimoiy muhit yaratish.

Maktab muhitini yaxshilash – o'qituvchilar tomonidan psixologik qo'llab-quvvatlashni oshirish.

Konfliktlarni boshqarish va hal qilish – nizolarni hal qilishning ijobiy strategiyalarini o'rgatish.

Umuman olganda, o'smirlik davridagi shaxslararo munosabatlar insonning kelajakdagi hayoti, ruhiy salomatligi va ijtimoiy hayotdagi muvaffaqiyati uchun mustahkam poydevor bo'lib xizmat qiladi.

Shu bois, o'smirlar bilan ishlovchi mutaxassislar, ota-onalar va pedagoglar ularning shaxsiy rivojlanishiga alohida e'tibor qaratishlari kerak.

To'g'ri yondashuv orqali o'smirlar o'zini hurmat qiluvchi, jamiyatda muvaffaqiyatli moslasha oladigan va sog'lom ijtimoiy munosabatlarni shakllantira oladigan insonlar bo'lib yetishadilar.

REFERENCES

1. Erikson E. Shaxs rivojlanishining psixososial nazariyasi. – Toshkent, 2019.
2. Нажмутдинова, Д., Урунбаева, Д., Садыкова, Н., Артыкова, Д., & Кудратова, Н. (2014). Современные возможности инсулинотерапии сахарного диабета 2 типа. Журнал вестник врача, 1(4), 27-29.
3. Rubin K. Bola va o'smirlik psixologiyasi. – Moskva, 2021.
4. Vygotskiy L. Ijtimoiy rivojlanish psixologiyasi. – Sankt-Peterburg, 2020.
5. Bronfenbrenner U. Ekologik tizimlar nazariyasi. – London, 2018.
6. Bandura A. O'z-o'zini boshqarish va ijtimoiy ta'sir nazariyasi. – New York, 2017.
7. Shagazatova, B. K., Teshaev, O. R., Kudratova, N. A., & Ruziev, U. S. (2022). SURGICAL METHODS OF OBESITY TREATMENTS FOR LOWERING BODY MASS INDEX. Central Asian Journal of Medicine, (1), 21-27.
8. Шагазатова, Б. Х., & Кудратова, Н. А. (2024). ДИНАМИКА ДАННЫХ АНТРОПОМЕТРИИ У БОЛЬНЫХ С ОЖИРЕНИЕМ ПОСЛЕ БАРИАТРИЧЕСКОЙ ХИРУРГИИ.