YETUKLIK DAVRI PSIXOLOGIYASI

Ablonazarova Soniya Otabek qizi
Tursinova Soxiba Ravshon qizi.

Annotatsiya: *Ushbu maqolada yetuklik davri inson yosh davrining necha yoshlarini o'z ichiga olishi hamda bu yosh davri insonda qay tarzda kechishi haqida bilib olishingiz mumkin.Shu bilan bir qatorda yetuklik davrining inqirozlari, yetuklik davri ustida qaysi psixologlar tadqiqot olib borganligi va ularning xulosalari , bu davrning bosqichlari haqida bilimlarga ega bo'lasiz.*

Kalit so'zlar : *Yetuklik ,yetuklik davrining bosqichlari , tadqiqot olib borgan psixologiklar , yetuklik davrining qonuniyatlari , yetuklik davrining inqirozlari,o'rta yetuklik,ilk yetuklik.*

Asosiy qism: Yetuklik davri ancha murakkab davrdir, mazkur davrda shaxs ham jismoniy va ijtimoiy jihatdan yetuklikka yetgan , jamiyat fuqarosi hamda saylash huquqiga ega bo'lgan bo'ladi.Bularning barchasi ijtimoiy jihatdan voyaga yetgan , turmushda o'z o'rnini topgan, o'z taqdirini o'zi hal qilishi , yetuk shaxs sifatida ruhiyati va ma'naviyatining rivoji uchun jamiyki shart-sharoitlarni yaratadi. Yetuklik ontogenezdagi nisbatan uzoq davom etadigan davrlardan biridir . Odatda yetuklikning uch bosqichi ajratiladi :

-ilk yetuklik (yoshlik) ;

-o'rta yetuklik ;

-yetuklik (qarilik va keksayish).

Yetuklik davrida odam o'zining kuch-quvvati , qobilyati, aql-zakovati, ichki imkoniyatlarini o'z kasbiga , ijtimoiy faoliyatiga jamoa ishlariga to'la safarbar etiladi . Erkak va ayollarning bu davrda mehnat va ijtimoiy faoliyatda muayyan tajribaga egaligi ularni istiqbol sari yetaklaydi. Yetuklik – hayot faoliyatining eng ijtimoiy faol va mahsuldor davridir, u kattalikning shunday davriki unda shaxs va intellekt rivojlanishning eng yuksak darajasiga erishiladi. Qadimgi greklar bu yoshni va ruh holatini "akme" deb atashgan, "cho'qqi" , "oliy bosqich " va "gullagan davr " degan ma'noni anglatadi. Yetuklik davrida shaxsning rivojlanishi psixologiyadagi kam o'rganilgan muammolardan biridir. Masalan, psixoanalitik nazariyalar shaxs anomaliyalariga patologik variantlarga e'tibor qaratiladi. Norma kasallik belgilarining yo'qligi sifatida qaraladi. Boshqa yo'nalish , gumanistik psixologiya vakillari o'zligini namoyon qilgan mashhur shaxslarni absolyutlashtiradi. A.Bodalivning ta'kidlashicha

, yetuk inson "rivojlanishidagi cho'qqi " , yetuklik cho'qqisi sifatida akme fenomeni - ko'p o'Ichamli holat bo'lib , variativ va o'zgaruvchandir turli yosh davrlarida cho'qqilarida turlicha erishiladi . Inson hayot yo'lini kuzatish cho'qqiga erishishda har bir yosh davrining go'daklik, ilk bolalik, maktab yoshidagi davri va boshqalar .Inson bo'Ig'usi makroakmesining namoyon bo'lish shakillari va mazmuniga tayyorlanishda katta ahamiyatga ega. Fan va madaniyatda buyuk iz qoldirgan mashhur insonlarning hayotini o'rganish hayotining har bir bosqichida mikroakmelar namoyon bo'lganligini kuatish mumkin.Yetuklik davrining ikkinchi bosqichida qarilik alomatlari ko'proq o'rin egallay boradi, uning boshlanish nuqtasi 45-50 yoshlardir , lekin odamlarning o'ziga xos xususiyatlariga ko'ra chegara turlicha bo'ladi .Masalan , bu bir kishida 60 yoshda boshqalarida 70 yoshda bo'lishi mumkin.Shu bois , yosh davrining chegaralari faqat shartli belgilanadi . Bu omil odamlar yashayotgan oila muhitiga tarixiy –ijtimoiy shart –sharoitiga , va boshqalariga ham bog'liqdir.Yetuklik davrining asosiy xususiyatlaridan biri ijtimoiy yetuklikning jadal sur'at bilan ro'yobga chiqarishdir. Ma'lumki ijtimoiy yetuklik shaxsdan zarur aqliy obilyatini hamda ijtimoiy tuzishda bajariladiga turli rollarni egallash (oila qurish) farzandlarini tarbiyalashga mehnat qatnashishga tayyorlanishini talab etadi. Mazkur jarayonning bosh mezonlari va ko'rsatkichlari o'rta ma'lumotlilik ko'rsatish qonuni oldida javobgarlik unga intilish tuyg'usi,irodaviy zo'r berish , yosh otalik va onalik burchi , jamoat arbobi vazifasini o'tash, ijtimoiy guruhga raxbarlik qilish, sport bilan shug'ulanish bo'sh vaqtini tashkil etish va boshqalardan iborat. Dastlabki inqiroz ilk yetuklikka o'tishda , 20-22 yoshda namoyon bo'lib "ota-ona ildizlaridan bo'linish " inqiroz deb ataladi.Yoshlikning asosiy vazifalari va muammolari : hayotiy rejalarni aniqlashtirish va ularni amalga oshirishga kirishish , o'zligini topish induallikni ishlab chiqish, o'zining huquq va majburiyatlarini bilgan yetuk inson deb anglash , turmush o'rtoq tanlash va o'z oilasini qurish , kasbiy faoliyatda iqtisoslashish va mahoratni egallashdir. Eriksonning ta'kidlashicha , o'rta yetuklik davrida avlodlarni saqlash hissi kuchayadi , kelgusi avlod va uning tarbiyasiga qiziqish ortadi . Hayotning bu davri turli sohalarda yaratuvchanlik va mahsuldorlik bilan ajralib turadi. Inson inqirozli kechinmalarni muvaffaqiyatli bartaraf etish uchun o'zida emotsional egiluvchanlikni , o'sayotgan bolalar va keksayotgan ota-onalarga hissiy barqarorlikni rivojlantirish zarur va yetarlidir .O'rta yosh inqirozini hal qilish- hayotiy maqsadlarni qayta ko'rib chiqish , insonga berilgan umrning qisqaligini anglash , hayot sharoitlarini tuzatish , yangi

Men obrazini ishlab chiqish , turmush o'rtog'iga , do'stlariga , farzandlariga ko'proq e'tibor qaratish, yangi holatini to'g'ri idrok etish yangi barqaror davrga olib keladi. Inqirozlarni muvaffaqiyatli bartaraf etgan insonlarda 50-60 yoshdan keyin kundalik muammolarga olib keladi.Psixik funksiyalar rivojlanish mexanizmlaridan quyidagi xususiyatlar aniqlanadi :

o'rtoq, do'st sifatida shakllanish sharoitlari, yo'llari va usullarini o'rganadi.

Xulosa: Yetuk insonlar intellektual potensiallini optimallshtirishning muhim omillari quyidagilar: ma'lumki ma'lumot darajasi (oliy, texnik, o'rta maxsus va boshqalar), ta'lim- individual va tashkiliy bilish jarayoni sifatida , kasbiy faoliyat turi, mehnat faoliyati xarakteri va boshqalar.Yetuk insonlar intellekt saqlanishi bilan bir qatorda uning strukturasida sifat jihatidan qayta o'zgarishlar sodir bo'ladi. Uzoq muddatli xotirada verbal esa tushurish keksalik davrigacha o'zgarmaydi, reaksiya tezligi , qisqa muddatli xotira, qayta esga tushurish bir muncha susayadi .Shunga qaramay kasbiy xotiraning takomillashishi minimik funksiyalarning umumiy susayishi bilan mos kelmasligi mumkin .

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR :

1. T.Nishonova, N.G.Kamilova, D.U.Abdullayeva, M.X. Xolnazarova "Rivojlanish psixologiyasi pedagogik psixologiya" Toshkent-2018
2. Иманов, Б., & Имонова, М. (2021). Развитие творческих способностей учеников при выполнении проблемных экспериментов по физике с помощью инновационных технологий. Общество и инновации, 2(2), 222-227.
3. Imonova, M. B. (2023). Oila tinchligi–jamiyat faravonligi asosi. Finland academic research science publisher, 1148-1151.
4. qizi Imonova, M. B. (2023). MUSIQANING INSON HISSIYOTIGA TASIRI. Results of National Scientific Research International Journal, 2(3), 156-161.
5. Имонова, М. (2023). Musiqiy tarbiya–qudratli quroldir yohud musiqiy tarbiyaning shaxs shakllanishiga tasiri. Современные тенденции психологической службы в системе образования: теория и практика, 1(1), 35-37.
6. Имонова, М., & Таджиева, Д. (2023). Boshlangich sinf oquvchilarida milliy tarbiyani pedagogik va psixologik rivojlanishi qonuniyatlari. Современные тенденции психологической службы в системе образования: теория и практика, 1(1), 74-76.

7. Иманова, М. Б. (2021). ШАХС ХАРАКТЕРИ АКЦЕНТУАЦИЯСИ ВА ДЕСТРУКТИВ ХУЛҚ-АТВОР. Academic research in educational sciences, 2(11), 1399-1403.

8. Норбошева, М. А. (2023). КЛАССИФИКАЦИЯ МОТИВОВ УЧЕНИЯ. Educational Research in Universal Sciences, 2(5), 255-258.

9. Ашурова, Ш. (2023). Оилада эр–хотин муносабатларини мувофиқлаштиришнинг ўзбек психологлари томонидан таҳлил қилиниши. Современные тенденции психологической службы в системе образования: теория и практика, 1(1), 67-71.

10. Ashurova Sh. F. (2023) SOG`LOM PSIXOLOGIK TURMUSH TARZI TO`G`RISIDAGI TASVVURLARNING SHAKLLANISHI "Журнал Педагогики и психологии в современном образовании,3(1).

11. Ashurova Sh.F. .(2022) A HEALTHY LIFESTYLE IN UZBEK FAMILIES FROM THE POINT OF VIEW OF ISLAM RELIGION Emergent: JOURNAL OF EDUCATIONAL DISCOVERIES AND LIFELONG LEARNING (EJEDL)

12. Ashurova, S. F., & qizi Karimova, M. N. (2023). OILADA O 'SMIRLARNING SOG'LOM TURMUSH TARZI VA OILAVIY HAYOT HAQIDAGI TASAVVURLARI SHAKLLANISHINING PEDAGOGIK-PSIXOLOGIK OMILLARI. Educational Research in Universal Sciences, 2(5), 363-368.

13. qizi Karimova, M. N., & Ashurova, S. F. (2023). PROFESSIONAL TA'LIMDA TAHSIL OLAYOTGAN QIZLARNI OILAVIY HAYOTGA TAYYORLASH VA ULARDA SOG 'LOM TURMUSH TARZINI SHAKLLANTIRISHNING PSIXOLOGIK ASOSLARI. Educational Research in Universal Sciences, 2(5), 369-373.

14. qizi Ashurova, S. F. (2023). OILADA YOSHLARNING SOG 'LOM TURMUSH TARZIGA MUNOSABAT SHAKLLANISHINING PEDAGOGIK-PSIXOLOGIK OMILLARI MUAMMO SIFATIDA. Educational Research in Universal Sciences, 2(10), 32-35.

15. qizi Ashurova, S. F. (2023). MAKTABGACHA YOSHDAGI BOLALARNI PSIXOLOGIK VA PEDAGOGIK QO 'LLAB-QUVVATLASHDA PSIXOLOGIK XIZMATNING O 'ZIGA XOS JIHATLARI. Educational Research in Universal Sciences, 2(9), 418-421.

16. Неъматуллаева, С. (2020). Психология детей в возрасте 5-7 лет. Студенческий вестник, (5-1), 62-63.

17. Ne'Matullayeva, S. (2022). MAKTABGACHA TA'LIM TASHKILOTLARIDA O 'YIN TERAPIYASINI QO'LLASHGA OID QARASHLAR. Science and innovation, 1(B4), 444-449.

18. Nematullaeva, S. (2023). DEVELOPING COMMUNICATION SKILLS IN PRESCHOOL CHILDREN THROUGH GAME THERAPY. Horizon: Journal of Humanity and Artificial Intelligence, 2(4), 86-88.

19. Ne'matullayeva, S. (2022). Maktabgacha ta'lim tashkilotlarida oyin terapiyasini qo'llashda innovatsion usullar. O 'zbekiston milliy universiteti xabarlari, 1(6).

20. Nematullaeva, S. (2023, April). The role of play therapy in a child's life. In Academic International Conference on Multi-Disciplinary Studies and Education (Vol. 1, No. 1, pp. 9-10).

21. Неъматуллаева, С. Х. (2023). Влияние Игровой Терапии В Формировании Личности Детей. Central Asian Journal of Literature, Philosophy and Culture, 4(2), 31-33.

22. Kizi, N. S. K. (2022). Use of Game Therapy in Preschool Educational Organizations.

23. Нематуллаева, С. (2023). Maktabgacha yoshdagi bolalarning shaxs sifatida kamolotida o'yin terapiyasining ahamiyati . Современные тенденции психологической службы в системе образования: теория и практика, 1(1), 43–46. извлечено от https://inlibrary.uz/index.php/psychological-service-education/article/view/23475

24. qizi Ne'matullayeva, S. X., & Ulug'bek qizi Abduqahhorova, M. (2023). BOLA SHAXSINING RIVOJIDA O 'YIN TERAPIYASINI QO 'LLASH SHART-SHAROITLARI. Educational Research in Universal Sciences, 2(9), 341-344.

25. Imonova, M. B. (2023). Causes of Suicide Tendency in Adolescents. Journal of Discoveries in Applied and Natural Science, 1(1), 62-67.

26. Иманов, Б., & Иманова, М. Б. Қ. (2021). ДАРС ТУЗИЛМАСИ ВА УНГА ТАЙЁРГАРЛИК. Academic research in educational sciences, 2(5), 1158-1162.

27. XUDOYQULOVA, S., & SAYDALIYEVA, M. (2023). The Role of Parental Psychology in the Formation of a Particular Religious Beliefs in A Child. Eurasian Scientific Herald, 21, 54-58.

28. Imanov, B. (2023). NEGATIVE FACTORS AFFECTING THE QUALITY OF EDUCATION AND WAYS TO ELIMINATE THEM. Science and innovation, 2(B3), 355-358.

29. Имонова, М. Б. (2023). ВАЖНОСТЬ СЕСТРОВЫХ ОТНОШЕНИЙ В ЛИЧНОМ РАЗВИТИИ. FORMATION OF PSYCHOLOGY AND PEDAGOGY AS INTERDISCIPLINARY SCIENCES, 2(22), 120-123.