

INSON PSIXIKASINING SHAKLLANISHI VA RIVOJLANISHI

Nazarova Malohat Axmedovna

O`ZMPU universiteti "Pedagogika psixologiya va inklyuziv ta`lim" fakulteti o`qituvchisi

Annotatsiya: *Mazkur maqolada inson psixikasining shakllanishi va rivojlanish jarayoni kompleks tarzda yoritilgan. Unda psixikaning biologik va ijtimoiy asoslari, yosh davrlariga xos rivojlanish xususiyatlari hamda asosiy psixik jarayonlarning takomillashuvi tahlil qilingan. Shuningdek, irsiyat, muhit, ta`lim va shaxsiy tajribaning psixik rivojlanishga ta`siri ochib berilgan. Maqolada zamonaviy psixologik yondashuvlar asosida inson psikasining shakllanishi izohlanib, uning faoliyat bilan uzviy bog`liqligi hamda psixik muammolar va ularning oldini olish masalalari ko`rib chiqilgan. Tadqiqot natijalari inson psixikasini chuqur anglash va uni rivojlantirishda muhim ahamiyat kasb etadi.*

Kalit so`zlar: *psixika, psixik rivojlanish, inson ong, irsiyat, ijtimoiy muhit, ta`lim va tarbiya, psixik jarayonlar, tafakkur, emotsiya, shaxs rivojlanishi, faoliyat, stress, psixologiya*

Kirish: Inson psixikasining shakllanishi va rivojlanishi inson hayotidagi eng murakkab va chuqur jarayonlardan biri bo`lib, u biologik, ijtimoiy va individual omillarning o`zaro ta`siri natijasida yuzaga keladi. Psixika insonning tashqi olamni aks ettirish, uni anglash, his qilish va unga mos ravishda faoliyat yuritish qobiliyatini ifodalaydi. Bu jarayon oddiy reflekslardan boshlab, ongli tafakkur va murakkab ijtimoiy xulq-atvorgacha bo`lgan bosqichlarni o`z ichiga oladi. Inson psixikasi tug`ma asosga ega bo`lsa-da, uning asosiy rivoji hayot davomida, ayniqsa ijtimoiy muhit ta`sirida shakllanadi. Shu sababli psixika faqat biologik hodisa emas, balki ijtimoiy hodisa sifatida ham qaraladi.

Inson psixikasining biologik asosini markaziy asab tizimi tashkil etadi. Miya insonning barcha psixik faoliyatini boshqaruvchi markaz hisoblanadi. Tug`ilgan chaqaloqning miyasi hali to`liq rivojlanmagan bo`lib, u asta-sekin tashqi ta`sirlar va tajriba orqali takomillashib boradi. Irsiy omillar esa insonning boshlang`ich psixik imkoniyatlarini belgilaydi. Masalan, temperament turi, nerv tizimining kuchi va muvozanati, ayrim qobiliyatlar genetik jihatdan belgilanadi. Biroq bu imkoniyatlarning qanchalik rivojlanishi tashqi muhitga bog`liq. Agar qulay sharoit yaratilsa, inson o`z salohiyatini to`liq namoyon eta oladi, aks holda bu imkoniyatlar yetarli darajada rivojlanmay qolishi mumkin.

Psixikaning shakllanishida ijtimoiy muhit hal qiluvchi o`rin tutadi. Inson tug`ilgan zahoti jamiyatning bir qismiga aylanadi va uning psixik rivoji boshqa insonlar bilan o`zaro munosabatlar orqali kechadi. Oila bu jarayonda eng muhim ijtimoiy institut

hisoblanadi. Bola dastlabki bilim va ko'nikmalarni aynan oilada oladi, ota-ona bilan bo'lgan muloqot orqali uning emotsional holati, ishonch hissi va ijtimoiy xulqi shakllanadi. Mehr va e'tibor yetishmasligi, zo'ravonlik yoki befarqlik kabi salbiy omillar esa psixikaning noto'g'ri shakllanishiga olib kelishi mumkin. Shu bois sog'lom oila muhiti psixik rivojlanishning asosiy omillaridan biridir.

Bola ulg'aygan sari uning ijtimoiy doirasi kengayadi va ta'lim-tarbiya muhim rol o'ynay boshlaydi. Maktab muhitida bola nafaqat bilim oladi, balki ijtimoiy munosabatlarga kirishishni, jamoada yashashni, o'z fikrini ifoda etishni o'rganadi. O'qituvchi va tengdoshlar bilan muloqot bola psixikasining shakllanishiga katta ta'sir ko'rsatadi. Shu bilan birga, jamiyatdagi madaniy qadriyatlar, urf-odatlar, til va an'analar ham shaxsning psixik rivojiga ta'sir etadi. Inson psixikasi aynan shu ijtimoiy tajribalarni o'zlashtirish jarayonida boyib boradi.

Psixikaning rivojlanishi yosh davrlariga qarab turli xususiyatlarga ega bo'ladi. Hayotning dastlabki bosqichida, ya'ni go'daklik davrida, bola asosan sezgi va reflekslar orqali tashqi dunyoni anglaydi. Bu davrda ona bilan bo'lgan emotsional aloqa alohida ahamiyatga ega bo'lib, u bolaning kelajakdagi psixologik holatiga katta ta'sir ko'rsatadi. Ilk bolalik davrida bola nutqni o'zlashtira boshlaydi, bu esa uning tafakkurining rivojlanishiga turtki beradi. Bola atrof-muhitni faol o'rganadi, predmetlar bilan harakat qiladi va mustaqillikka intila boshlaydi.

Maktabgacha davrda bolaning tasavvuri va ijodiy fikrlashi rivojlanadi. O'yin faoliyati bu davrning asosiy xususiyati bo'lib, aynan o'yin orqali bola ijtimoiy rollarni o'zlashtiradi, muloqot qilishni o'rganadi va dunyoni o'zicha anglaydi. Maktab yoshiga kelib esa bola tafakkuri ancha mantiqiylashadi, u sabab-oqibat bog'lanishlarini tushuna boshlaydi. Bilim olish jarayoni faol tus oladi va xotira, diqqat kabi psixik jarayonlar sezilarli darajada rivojlanadi.

O'smirlik davri psixikaning eng murakkab bosqichlaridan biri hisoblanadi. Bu davrda inson o'z "men"ini anglashga harakat qiladi, mustaqil fikrlashga intiladi va o'z o'rnini topishga urinadi. Hissiy o'zgarishlar kuchayadi, tez-tez kayfiyat almashishi kuzatiladi. O'smirlar ko'pincha atrofdagilar bilan ziddiyatlarga kirishadi, bu esa ularning ichki rivojlanish jarayonining bir qismi hisoblanadi. Agar bu davrda to'g'ri yo'naltirish va qo'llab-quvvatlash bo'lsa, shaxs sog'lom rivojlanadi.

Kattalik davrida inson psixikasi nisbatan barqarorlashadi. Inson o'z hayotiy maqsadlarini belgilaydi, kasb tanlaydi va jamiyatda o'z o'rnini topadi. Bu davrda ongli faoliyat, mas'uliyat va ijtimoiy rollar muhim ahamiyat kasb etadi. Shu bilan birga, psixik rivojlanish bu davrda ham to'xtamaydi. Inson yangi bilimlar o'rganadi, tajriba orttiradi va o'zini rivojlantirishda davom etadi.

Psixikaning rivojlanishida asosiy psixik jarayonlar muhim rol o'ynaydi. Sezgi va idrok insonning tashqi muhitdan axborot olishiga xizmat qiladi. Xotira ushbu axborotni saqlash va qayta tiklash imkonini beradi. Tafakkur esa insonning eng yuqori darajadagi psixik faoliyati bo'lib, u orqali inson murakkab muammolarni hal qiladi,

tahlil qiladi va umumlashtiradi. Emotsiyalar insonning ichki kechinmalarini ifodalaydi va uning xulq-atvoriga bevosita ta'sir ko'rsatadi. Bu jarayonlarning barchasi o'zaro bog'liq holda rivojlanadi va bir-birini to'ldiradi.

Psixika rivojlanishiga ta'sir etuvchi omillar juda ko'p. Irsiyat insonning tug'ma xususiyatlarini belgilab bersa, muhit ularning rivojlanishiga imkon yaratadi. Ta'lim va tarbiya esa psixikaning maqsadli shakllanishiga xizmat qiladi. Shaxsiy tajriba orqali inson o'z xatolaridan saboq oladi, yangi ko'nikmalar hosil qiladi. Ijtimoiy aloqalar esa insonning dunyoqarashini kengaytiradi va uning psixik rivojiga ijobiy ta'sir ko'rsatadi. Shu sababli psixikaning rivojlanishi doimiy harakatda bo'lgan jarayon sifatida qaraladi.

Zamonaviy psixologiya fanida inson psixikasini tushuntirishga qaratilgan turli nazariyalar mavjud. Ba'zi yondashuvlar inson tafakkurining rivojlanishiga e'tibor qaratadi, boshqalari esa insonning ichki kechinmalari yoki tashqi xulq-atvorini o'rganadi. Gumanistik yondashuv esa insonning o'zini rivojlantirish va o'z salohiyatini namoyon etish qobiliyatini asosiy o'ringa qo'yadi. Ushbu nazariyalar psixikaning turli tomonlarini yoritib, uni kompleks tarzda tushunishga yordam beradi.

Inson psixikasi faoliyat bilan chambarchas bog'liq. Inson aynan faoliyat jarayonida o'z bilim va ko'nikmalarini rivojlantiradi, yangi tajriba orttiradi va shaxs sifatida shakllanadi. Faoliyat inson psixikasining rivojlanishida asosiy vosita bo'lib xizmat qiladi. Har qanday faoliyat — o'yin, o'qish yoki mehnat — psixik jarayonlarning rivojlanishiga yordam beradi.

Shu bilan birga, psixik rivojlanish jarayonida ayrim muammolar ham yuzaga kelishi mumkin. Stress, depressiya, qo'rquv va xavotir kabi holatlar inson psixikasiga salbiy ta'sir ko'rsatadi. Bunday holatlar ko'pincha noto'g'ri muhit, ortiqcha bosim yoki emotsional zo'riqish natijasida yuzaga keladi. Ularning oldini olish uchun sog'lom turmush tarzi, ijobiy muhit va psixologik yordam muhim ahamiyatga ega.

Xulosa qilib aytganda, inson psikasining shakllanishi va rivojlanishi uzluksiz, murakkab va ko'p bosqichli jarayon bo'lib, u biologik va ijtimoiy omillarning uyg'unligi asosida yuzaga keladi. Inson tug'ma imkoniyatlarga ega bo'lib dunyoga keladi, biroq uning haqiqiy rivoji ijtimoiy muhit, ta'lim va shaxsiy tajriba orqali shakllanadi. Psixik rivojlanishni chuqur o'rganish insonning o'zini anglashiga, o'z imkoniyatlarini to'liq ro'yobga chiqarishiga va jamiyatda munosib o'rin egallashiga yordam beradi.

Tahlillar shuni ko'rsatadiki, inson psixikasining dastlabki asoslari irsiy omillar orqali belgilanadi. Biroq bu omillar faqat imkoniyat darajasida bo'lib, ularning to'liq ro'yobga chiqishi ijtimoiy muhitga bog'liq. Ayniqsa, oila muhiti, ota-onaning munosabati, mehr va e'tibor darajasi bolaning psixologik sog'lom rivojlanishida hal qiluvchi ahamiyatga ega. Keyingi bosqichlarda esa ta'lim tizimi, jamiyatdagi ijtimoiy munosabatlar, madaniy qadriyatlar va shaxsning o'z tajribasi psixikaning yanada

boyishiga xizmat qiladi. Demak, inson psixikasi nafaqat tug‘ma xususiyatlar mahsuli, balki ijtimoiy hayot davomida shakllanadigan murakkab tizimdir.

Yosh davrlariga oid rivojlanish jarayonlari shuni ko‘rsatadiki, har bir bosqich psixikaning muayyan jihatlarini shakllantirishda muhim rol o‘ynaydi. Go‘daklik davrida emotsional bog‘lanish va sezgi asosiy o‘rinda bo‘lsa, bolalikda nutq, tafakkur va ijtimoiy ko‘nikmalar rivojlanadi. O‘smirlik davrida esa shaxsning o‘zini anglash, mustaqil fikrlash va hayotiy pozitsiyasini belgilash jarayonlari kuchayadi. Kattalik davrida esa psixika barqarorlashib, inson ongli ravishda jamiyatdagi o‘z o‘rnini topadi. Bu bosqichlarning har biri o‘zaro bog‘liq bo‘lib, bir bosqichdagi kamchilik keyingi rivojlanishga salbiy ta‘sir ko‘rsatishi mumkin.

Psixik jarayonlarning — sezgi, idrok, xotira, tafakkur va emotsiyalarning — uyg‘un rivojlanishi inson shaxsining to‘laqonli shakllanishini ta‘minlaydi. Ayniqsa, tafakkur va emotsional sohaning muvozanatda rivojlanishi insonning nafaqat bilimli, balki ruhiy jihatdan barqaror bo‘lishiga yordam beradi. Shu bilan birga, inson faoliyati psixikaning rivojlanishida asosiy omil sifatida namoyon bo‘ladi. Inson aynan faoliyat orqali tajriba orttiradi, o‘z imkoniyatlarini kengaytiradi va shaxs sifatida kamol topadi.

Zamonaviy psixologik qarashlar psixikaning rivojlanishini turli jihatdan yoritib, uning murakkab tabiatini tushuntirishga yordam beradi. Bu yondashuvlar inson psixikasini bir tomonlama emas, balki kompleks tarzda o‘rganish zarurligini ko‘rsatadi. Shu bilan birga, bugungi kunda tez o‘zgarib borayotgan ijtimoiy muhit, texnologiyalar rivoji va axborot oqimining ortishi psixik rivojlanishga yangi talab va muammolarni ham olib kelmoqda. Bu esa psixologiya fanining dolzarbligini yanada oshiradi.

Shuningdek, psixik rivojlanish jarayonida yuzaga keladigan muammolar — stress, xavotir, depressiya kabi holatlar — insonning umumiy hayot sifatiga salbiy ta‘sir ko‘rsatishi mumkin. Shu sababli bunday holatlarning oldini olish, erta aniqlash va bartaraf etish muhimdir. Bunda sog‘lom ijtimoiy muhit yaratish, to‘g‘ri tarbiya berish, psixologik savodxonlikni oshirish va zarur hollarda mutaxassis yordamini olish katta ahamiyatga ega.

Umuman olganda, inson psixikasining shakllanishi va rivojlanishini chuqur o‘rganish nafaqat nazariy, balki amaliy jihatdan ham muhimdir. Bu bilimlar yordamida inson o‘zini yaxshiroq anglaydi, o‘z xatti-harakatlarini boshqarishni o‘rganadi va shaxsiy rivojlanish yo‘lida to‘g‘ri qarorlar qabul qila oladi. Shuningdek, bu bilimlar ta‘lim tizimini takomillashtirish, sog‘lom avlodni tarbiyalash va jamiyatda psixologik barqarorlikni ta‘minlashda muhim ahamiyat kasb etadi. Shu bois inson psixikasini o‘rganish va uni rivojlantirishga qaratilgan ilmiy tadqiqotlar kelajakda ham dolzarb yo‘nalish bo‘lib qoladi.

Foydalanilgan adabiyotlar:

1. Zigmund Freyd. *Psixoanalizga kirish*. — Psixologiya nazariyasi asoslari.
2. Jean Piaget. *Bola tafakkurining rivojlanishi*. — Kognitiv rivojlanish nazariyasi.
3. Lev Vygotskiy. *Oliy psixik funksiyalarning rivojlanishi*. — Madaniy-tarixiy yondashuv.
4. Aleksey Leontyev. *Faoliyat, ong va shaxs*. — Faoliyat nazariyasi.
5. Sergey Rubinshteyn. *Umumiy psixologiya asoslari*.
6. Abraham Maslow. *Motivatsiya va shaxs*. — Gumanistik psixologiya asoslari.
7. Burrhus Frederic Skinner. *Xulq-atvor psixologiyasi*. — Bixeviorizm nazariyasi.
8. Carl Rogers. *Shaxsning shakllanishi*. — Gumanistik yondashuv.
9. G‘oziev E.G‘. *Umumiy psixologiya*. — Toshkent: O‘zbekiston, 2002.
10. Davletshin M.G. *Yosh davrlar psixologiyasi*. — Toshkent: O‘qituvchi, 2005.
11. Karimova V.M. *Ijtimoiy psixologiya*. — Toshkent: Fan, 2010.
12. Nishonova Z.T. *Psixodiagnostika asoslari*. — Toshkent: Universitet, 2012.