

## XULQI OG‘ISHGAN O‘SMIRLARDA KASB TANLASHNING PSIXOLOGIK XUSUSIYATLARI

331-guruh kursanti

Xolmamatov Jasurbek

**ANNOTATSIYA:** Ushbu maqola xulqi og‘ishgan o‘smirlar tomonidan kasb tanlash jarayonini o‘rganishga qaratilgan. O‘smirlik davri inson hayotidagi muhim bosqich bo‘lib, bu davrda shaxsiyat shakllanadi va kasb tanlashga oid qarorlar qabul qilinadi. Xulqi og‘ishgan o‘smirlar ko‘pincha psixologik jihatdan murakkab holatlarda bo‘lib, bu ularda kasb tanlashda qiyinchiliklar keltirib chiqarishi mumkin.

Ushbu omillar ularning kasb tanlash jarayoniga qanday ta'sir ko‘rsatishi tahlil qilinadi. Shuningdek, kasb tanlashda muammolarni bartaraf etish va motivatsiyani oshirish uchun psixologik maslahat va qo‘llab-quvvatlashning ahamiyati ko‘rib chiqiladi. Natijalar shuni ko‘rsatadiki, xulqi og‘ishgan o‘smirlar uchun kasb tanlash jarayoni murakkab va ko‘p jihatdan psixologik barqarorlikka bog‘liq. Ularning o‘ziga bo‘lgan ishonchini oshirish va ijtimoiy qo‘llab-quvvatlashni kuchaytirish kasb tanlashda muhim rol o‘ynaydi.

**Tayanch so‘zlar:** O‘smirlik davri, xulq og‘ishishi, o‘z-o‘zini anglash, kasb tanlash jarayoni, stress va tug‘ulish, psixologik barqarorlik

O‘smirlik davri inson hayotidagi eng muhim va murakkab bosqichlardan biridir. Bu davrda shaxsiyat shakllanadi, ijtimoiy munosabatlar rivojlanadi va kasb tanlashga oid qarorlar qabul qilinadi. Xulqi og‘ishgan o‘smirlar, odatda, psixologik va ijtimoiy muammolarga duch keladi, bu esa ularning kasb tanlash jarayoniga salbiy ta'sir ko‘rsatishi mumkin. Ularning xulqi, o‘z-o‘zini anglash va motivatsiya darajasi kasbga bo‘lgan munosabatlarini shakllantirishda muhim rol o‘ynaydi.

Ushbu tadqiqotda xulqi og‘ishgan o‘smirlarning kasb tanlash jarayonidagi psixologik xususiyatlari o‘rganiladi. Tadqiqotning maqsadi, o‘smirlarning psixologik holatlari, shaxsiy muammolari va ijtimoiy ta'sirlarining kasb tanlashdagi o‘rni haqida chuqurroq tushuncha berishdir. Shuningdek, xulqi og‘ishgan o‘smirlar uchun psixologik yordam va maslahatlarning ahamiyati ham ko‘rib chiqiladi.

Xulqi og‘ishgan o‘smirlarda kasb tanlash jarayonida o‘ziga bo‘lgan ishonchni oshirish, ijtimoiy qo‘llab-quvvatlashni kuchaytirish va psixologik barqarorlikni ta'minlash zarurligi ta'kidlanadi. Xulqi og‘ishish, o‘smirlar orasida ko‘plab psixologik va ijtimoiy omillar ta'sirida yuzaga keladigan holatdir. Bu jarayon o‘smirning o‘ziga bo‘lgan ishonch, o‘zini anglash va atrofdagi muhit bilan munosabatlariga ta'sir qiladi.

O‘smirlik davri — bu inson hayotining muhim bosqichi bo‘lib, u 12-13 yoshdan 18-19 yoshgacha davom etadi. Ushbu davrda biologik, psixologik va ijtimoiy o‘zgarishlar sodir bo‘ladi. O‘smirlik davrida o‘shish va rivojlanishning bir qancha muhim jihatlari mavjud:

**Biologik o‘zgarishlar:** O‘smirlar jinsiy yetilish jarayonidan o‘tadilar. Bu o‘zgarishlar, ular uchun yangi his-tuyg‘ular, motivatsiya va salbiy ta'sirlar keltirib chiqarishi mumkin.

**Psixologik o‘zgarishlar:** O‘smirlar o‘z shaxsiyatlarini aniqlay boshlaydilar, o‘z-o‘zini anglash, identifikatsiya va qiyinchiliklarni boshdan kechirish kabi jarayonlar kuzatiladi. O‘z-o‘zini anglash, o‘smirlarning o‘z qobiliyatlari va qiziqishlari haqida ko‘proq ma'lumot olishlariga yordam beradi.

**Ijtimoiy o‘zgarishlar:** O‘smirlar do‘stlar, oilalar va jamiyat bilan munosabatlarni mustahkamlashni o‘rganadilar. Ular ko‘pincha guruhga oid faoliyatlarda ishtirok etadilar va ijtimoiy ro‘yxatga ega bo‘lishga intiladilar.

O‘smirlik davrida kasb tanlash jarayoni boshlanadi. Bu jarayonda o‘smirlar o‘z qiziqishlari, qobiliyatlari va hayot maqsadlarini aniqlashga harakat qiladilar. Biroq, xulqi og‘ishgan o‘smirlar uchun bu jarayon qiyinlashishi mumkin, chunki ular ko‘pincha ijtimoiy va psixologik muammolarga duch keladilar. O‘smirlik davri shaxsiyat shakllanishida muhim rol o‘ynaydi. O‘smirlar o‘zlarining kelajakdagi kasb tanlashlariga ta'sir ko‘rsatadigan qiyinchiliklar va imkoniyatlar bilan yuzma-yuz keladilar. Ular uchun bu davrda ko‘maklashish va yo‘l-yo‘riq berish juda muhimdir.

### **Xulq og‘ishishining sabablari:**

**Biologik omillar:** O‘smirlik davrida gormonal o‘zgarishlar va psixologik

1Jumaniyazov K. M. O'smirlik davrida psixologik muammolar

rivojlanish xulq-atvorni o‘zgartirishi mumkin. Bu davrda o‘smirlar yangi his-tuyg‘ularni boshdan kechiradilar va ba'zida bu ularda asabiylashish, g‘azab yoki depressiya holatlarini keltirib chiqarishi mumkin.

**Ijtimoiy ta'sirlar:** Oila, do‘stlar va jamiyatdagi muhit o‘smirlarning xulqiga katta ta'sir ko‘rsatadi. Salbiy ijtimoiy muhit, masalan, ta'lim muassasasidagi bullying, yomon odatlar va do‘stlarning ta'siri xulq og‘ishishiga olib kelishi mumkin.

**Psixologik omillar:** O‘smirlarning psixologik holati, o‘ziga bo‘lgan ishonch darajasi, stress va depressiya kabi holatlar xulq og‘ishishiga sabab bo‘lishi mumkin. O‘zini past baholash yoki ijtimoiy izolyatsiya hissi ularni yomon xulq-atvoriga olib kelishi mumkin.

Ijtimoiy va madaniy me'yorlar: Ba'zi madaniyatlarda xulq-atvor va ijtimoiy me'yorlar qattiq bo'lishi mumkin. O'smirlar bu me'yorlarga moslashishga harakat qilganda, muammolar yuzaga kelishi mumkin.

Xulq og'ishgan o'smirlar ko'pincha o'zlarini yakkalangan, tushunmovchilikda va o'z qobiliyatlariga ishonchsiz his qiladilar. Bu, o'z navbatida, kasb tanlash jarayonida qiyinchiliklar keltirib chiqarishi mumkin. Ular o'z qiziqishlarini, maqsadlarini va qobiliyatlarini aniqlashda muammolarni boshdan kechirishadi, bu esa kelajakdagi muvaffaqiyatga salbiy ta'sir ko'rsatishi mumkin.

Ushbu holatni bartaraf etish uchun psixologik yordam, ijtimoiy qo'llab-quvvatlash va o'z-o'zini anglash jarayonini rivojlantirish zarur. O'smirlar uchun ijtimoiy muhitni yaxshilash va salbiy ta'sirlarni kamaytirish muhimdir.

O'z-o'zini anglash — bu shaxsning o'z ichki holatini, qobiliyatlarini, qiziqishlarini, qadriyatlarini va shaxsiy maqsadlarini tushunishi jarayonidir. O'smirlar davrida o'z-o'zini anglash, shaxsiyatning rivojlanishida muhim rol o'ynaydi va o'smirning kasb tanlashida ham katta ahamiyatga ega.

Shaxsiy identifikatsiya: O'smirlar o'zlarining kimligini, qanday inson bo'lishlarini aniqlashga harakat qiladilar. Bu jarayon ijtimoiy ro'yxatga ega bo'lish, qiziqishlarni aniqlash va o'ziga mos keladigan ijtimoiy guruhlarini topishni o'z ichiga oladi.

Qobiliyatlarni anglash: O'smirlar o'zlarining kuchli va kuchsiz tomonlarini, qobiliyatlarini va imkoniyatlarini tushunishadi. Bu, ularning kelajakdagi kasb tanlashida muhim omil hisoblanadi.

Qadriyatlar va e'tiqodlar: O'z-o'zini anglash jarayonida o'smirlar o'z qadriyatlari va e'tiqodlarini shakllantiradilar. Bu ularga hayotiy qarorlar qabul qilishda yordam beradi va shaxsiy maqsadlarni belgilashda asos bo'ladi.

Emotsional intellekt: O'z-o'zini anglash emotsional intellektni rivojlantirishga ham yordam beradi. O'smirlar o'z his-tuyg'ularini, boshqalarning his-tuyg'ularini tushunishga va ularga munosabat bildirishga o'rganadilar.

O'z-o'zini anglashning ahamiyati:

Kasb tanlash: O'z-o'zini anglash o'smirning kasb tanlash jarayonini osonlashtiradi. Ular o'z qiziqishlari va qobiliyatlariga mos keladigan kasblarni tanlashga yordam beradi.

Shaxsiy rivojlanish: O'z-o'zini anglash shaxsning o'sishi va rivojlanishi uchun zarurdir. Bu jarayon o'smirlarning hayotdagi muvaffaqiyatlarini oshiradi va qiyinchiliklarga qarshi kurashishda yordam beradi.

Ijtimoiy munosabatlar: O‘z-o‘zini anglagan o‘smirlar o‘zaro munosabatlarida yanada muvaffaqiyatli bo‘ladilar. Ular boshqalar bilan samimiy va samarali aloqalar o‘rnatish imkoniyatiga ega.

O‘z-o‘zini anglash jarayonini rivojlantirish uchun o‘smirlar uchun qo‘llab-quvvatlash, psixologik yordam va ijtimoiy faoliyatlar juda muhimdir. Bu ularning shaxsiy va kasbiy hayotida muvaffaqiyatga erishishlariga yordam beradi.

Kasb tanlash jarayoni — bu o‘smirning o‘z qiziqishlari, qobiliyatlari va shaxsiy qadriyatlari asosida kelajakdagi faoliyatini belgilash jarayonidir. Ushbu jarayon o‘smirlik davrida boshlangan bo‘lib, o‘smirning shaxsiy va ijtimoiy rivojlanishida muhim ahamiyatga ega.

Kasb tanlash jarayonining bosqichlari:

O‘zini anglash: O‘smir avval o‘zining qobiliyatlarini, qiziqishlarini va shaxsiy qadriyatlarini aniqlashi kerak. Bu jarayon o‘z-o‘zini anglash bilan bog‘liq bo‘lib, o‘smirning o‘ziga bo‘lgan ishonchini oshiradi.

Ma'lumot to‘plash: O‘smirlar o‘zlariga qiziq bo‘lgan kasblar haqida ma'lumot to‘playdilar. Bu kasblarning talablarini, o‘qish shartlarini, ish sharoitlarini va kelajakdagi imkoniyatlarini o‘z ichiga oladi.

Variantlarni baholash: O‘smirlar to‘plangan ma'lumotlar asosida turli kasb variantlarini baholaydilar. Ular o‘z qobiliyatlari va qiziqishlariga mos keladigan kasblarni tanlaydilar.

Qaror qabul qilish: O‘smirlar o‘zlarini qiziqtirgan va ularga mos keladigan kasbni tanlash uchun qaror qabul qiladilar. Bu bosqichda oila, do‘stlar va boshqa ijtimoiy ta'sirlar ham muhim rol o‘ynaydi.

O‘qish va malaka oshirish: Tanlangan kasbga yo‘naltirilgan o‘qish va malaka oshirish jarayoni boshlanadi. O‘smirlar tanlangan soha bo‘yicha bilim va ko‘nikmalarni rivojlantirishga e'tibor berishadi.

Kelajak rejalari: O‘smirlar o‘z kelajaklari uchun reja tuzishadi. Ular o‘z kasblarida muvaffaqiyatga erishish uchun zarur bo‘lgan qadamlarni belgilaydilar.

Kasb tanlash jarayonining ahamiyati:

Shaxsiy rivojlanish: O‘smirlar o‘z qobiliyatlarini va qiziqishlarini anglash orqali shaxsiy rivojlanishlariga yordam beradilar.

Ijtimoiy muvaffaqiyat: To'g'ri kasb tanlash o'smarning ijtimoiy muvaffaqiyatini oshiradi. Ular o'z kasblarida yanada ko'proq muvaffaqiyatga erishish imkoniyatiga ega bo'ladilar.

Hayot sifatini oshirish: Muvaffaqiyatli kasb tanlash hayot sifatini oshiradi va o'smirlar uchun farovon kelajakni ta'minlaydi.

Kasb tanlash jarayoni: O'smirlarning kasb tanlashida psixologik omillar, qiziqishlar va shaxsiy xususiyatlar muhim rol o'ynaydi. Ular o'z qobiliyatlarini aniqlash jarayonida ko'plab qiyinchiliklarga duch kelishadi<sup>2</sup>.

Ushbu jarayonni qo'llab-quvvatlash uchun oila, o'qituvchilar va psixologlarning roli juda muhimdir. O'smirlar uchun kasb tanlash jarayonida yetakchilik qilish va ularni to'g'ri yo'naltirish, ularning kelajakdagi muvaffaqiyatlariga ijobiy ta'sir ko'rsatishi mumkin.

2Fozilov A. A Kasb tanlash va o'smirlar psixologiyasi.

Xulqi og'ishgan o'smirlarda kasb tanlash psixologik xususiyatlari juda muhimdir. Ushbu yosh guruhida kasb tanlash jarayoni ko'plab omillarga bog'liq bo'lib, ular orasida shaxsiy qiziqishlar, ijtimoiy muhit, oila ta'siri va o'smarning o'zini anglash darajasi muhim rol o'ynaydi.

O'zini anglash: O'smirlar o'z qobiliyatlari va qiziqishlarini tushunish jarayonida ko'plab psixologik muammolarni boshdan kechirishlari mumkin. O'zini tanlash, o'z qobiliyatlari va ijtimoiy rolini aniqlashda ularning xulqi og'ishishi ta'sir ko'rsatishi mumkin.

Ijtimoiy ta'sirlar: Oila, do'stlar va muhit o'smirlarning kasb tanlashida katta ahamiyatga ega. Oila tomonidan qo'llab-quvvatlash yoki aksincha, bosim o'smarning qarorlariga ta'sir qiladi.

Qiziqishlar va motivatsiya: O'smirlar o'zlariga yoqadigan faoliyatlarga qiziqish bildirishlari mumkin, bu esa kasb tanlashda motivatsiya manbai bo'lib xizmat qiladi. Biroq, xulqi og'ishgan o'smirlar ko'pincha ichki motivatsiya etishmasligi yoki tashqi bosimlardan kelib chiqadigan tanlovlarni qilishadi.

O'ziga ishonch: O'ziga ishonch darajasi past bo'lgan o'smirlar kasb tanlashda qiyinchiliklarga duch kelishlari mumkin. Ular ko'pincha o'zlariga mos kelmaydigan yoki ularni qoniqtirmaydigan kasblarni tanlashadi.

Stress va tashvish: O'smirlar orasida stress va tashvish darajasi yuqori bo'lishi kasb tanlash jarayonini murakkablashtirishi mumkin. Ular o'zlarining kelajagi haqida o'ylashda qiyinchiliklarga duch kelishi mumkin.

Umuman olganda, xulqi og'ishgan o'smirlar uchun kasb tanlash jarayoni ko'plab psixologik omillar bilan bog'liq bo'lib, bu jarayonda ularga psixologik yordam va qo'llab-quvvatlash zarur. Ularning qobiliyatlarini aniqlash, o'zlarini anglashga yordam berish va ijtimoiy muhitni yaxshilash kasb tanlash jarayonini osonlashtirishi mumkin.

#### **FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR RO'YXATI**

1. K. M. Djumaniyazov, "O'smirlik davrida psixologik muammolar"
2. A. A. Fozilov, "Kasb tanlash va o'smirlar psixologiyasi"
3. R. M. Amonov, "Psixologiya va pedagogikada kasb tanlash masalalari"
4. M. S. Sattarova, "Xulqi og'ishish va uning oqibatlari"
5. A. A. Murodov, "O'smirlar psixologiyasi"