

YOSHLAR PSIXOLOGIYASI VA ZAMONAVIY JAMIYATDA ULARNING RUHIY
RIVOJLANISH XUSUSIYATLARI

Obidova Muxtaramxon Mirjalol qizi

Toshkent arxitektura-qurilish universiteti psixologi

<https://doi.org/10.5281/zenodo.20336198>

Annotatsiya. Mazkur maqolada yoshlar psixologiyasining o'ziga xos jihatlari, yoshlarning ruhiy rivojlanish bosqichlari hamda zamonaviy jamiyatdagi psixologik muammolari haqida batafsil ma'lumot berilgan. Shuningdek, yoshlar ongining shakllanishida oila, ta'lim muhiti, internet va ijtimoiy munosabatlarning ta'siri yoritilgan. Maqolada yoshlarning psixologik barqarorligini mustahkamlash, stress va ruhiy bosimlarning oldini olish bo'yicha zamonaviy yondashuvlar tahlil qilingan.

Kalit so'zlar: Yoshlar psixologiyasi, ruhiy rivojlanish, stress, motivatsiya, shaxs shakllanishi, psixologik muammo, ijtimoiy muhit, tarbiya.

Аннотация. В данной статье представлена подробная информация об особенностях психологии молодежи, этапах психического развития молодых людей и психологических проблемах в современном обществе. Также рассмотрено влияние семьи, образовательной среды, интернета и социальных отношений на формирование сознания молодежи. Проанализированы современные подходы к укреплению психологической устойчивости молодежи и профилактике стресса и эмоционального давления.

Ключевые слова: Психология молодежи, психическое развитие, стресс, мотивация, формирование личности, психологические проблемы, социальная среда, воспитание.

Abstract. This article provides detailed information about the characteristics of youth psychology, stages of psychological development, and psychological problems of young people in modern society. The influence of family, educational environment, the internet, and social relationships on the formation of youth consciousness is discussed. Modern approaches to strengthening psychological stability and preventing stress and emotional pressure among young people are analyzed.

Keywords: Youth psychology, mental development, stress, motivation, personality formation, psychological problems, social environment, upbringing.

Kirish

Bugungi kunda yoshlar jamiyatning eng faol va istiqbolli qatlami hisoblanadi. Har bir davlatning kelajagi yoshlarning bilim darajasi, ma'naviyati, dunyoqarashi va psixologik barqarorligiga bog'liqdir. Shu sababli yoshlar psixologiyasini o'rganish zamonaviy psixologiya fanining muhim yo'nalishlaridan biri hisoblanadi.

Yoshlik davri inson hayotidagi eng murakkab va mas'uliyatli bosqichlardan biridir. Ushbu davrda insonning xarakteri, dunyoqarashi, maqsadlari va hayotiy qadriyatlarini shakllanadi. Shu bilan birga, yoshlar turli ruhiy kechinmalar, hissiy o'zgarishlar va ijtimoiy bosimlarga duch keladilar.

Zamonaviy texnologiyalar, internet tarmoqlari, ijtimoiy muhit va global o'zgarishlar yoshlar ongiga kuchli ta'sir ko'rsatmoqda. Ayniqsa, internetga qaramlik, yolg'izlik, stress va ruhiy tushkunlik bugungi yoshlar orasida dolzarb muammolardan biri hisoblanadi.

Psixologlarning ta'kidlashicha, yoshlarning ruhiy salomatligini saqlashda oila muhiti, ta'lim tizimi, ijtimoiy qo'llab-quvvatlash va psixologik yordam muhim o'rin tutadi. Shu sababli

yoshlar psixologiyasini chuqur o'rganish va ularning muammolariga ilmiy yondashish muhim ahamiyat kasb etadi.

Asosiy qism

Yoshlar psixologiyasi jamiyatning ma'naviy va ijtimoiy rivojlanishida muhim o'rin tutadi. Chunki yoshlar har qanday davlatning kelajagi, taraqqiyoti va intellektual salohiyatini belgilovchi asosiy qatlam hisoblanadi. Shu sababli yoshlarning ruhiy salomatligini saqlash va ularning psixologik muammolarini o'rganish bugungi kunda dolzarb masalalardan biri hisoblanadi.

Yoshlik davri inson hayotidagi eng murakkab bosqichlardan biri bo'lib, bu davrda insonning xarakteri, dunyoqarashi va hayotiy maqsadlari shakllanadi. Shu bilan birga, yoshlar turli hissiy kechinmalar va ichki ruhiy kurashlarni boshdan kechiradilar. Ba'zi hollarda ular o'zlarini tushunmaslik, yolg'izlik yoki jamiyatda o'z o'rnini topa olmaslik kabi muammolarga duch keladilar

Psixologlarning ta'kidlashicha, yoshlar ruhiyatiga eng kuchli ta'sir qiluvchi omillardan biri oilaviy muhit hisoblanadi. Oiladagi mehr-oqibat, ota-onaning e'tibori va qo'llab-quvvatlashi yoshlarning ruhiy barqarorligini mustahkamlaydi. Aksincha, oiladagi nizolar, e'tiborsizlik va ruhiy bosim yoshlarning psixologik holatiga salbiy ta'sir ko'rsatadi.

Ta'lim muhiti ham yoshlar psixologiyasining shakllanishida muhim o'rin tutadi. O'qituvchilarning munosabati, jamoa muhiti va tengdoshlar bilan bo'ladigan muloqot yoshlarning o'ziga bo'lgan ishonchini oshirishi yoki aksincha, ruhiy tushkunlikka olib kelishi mumkin.

Bugungi raqamli davrda internet va ijtimoiy tarmoqlar yoshlar hayotining ajralmas qismiga aylangan. Internet orqali yoshlar katta hajmdagi ma'lumotlarga ega bo'lish, bilim olish va dunyoqarashini kengaytirish imkoniyatiga ega bo'lmoqda. Biroq internetdan noto'g'ri foydalanish ayrim salbiy oqibatlarni ham keltirib chiqarmoqda.

Yoshlar psixologiyasi haqida umumiy tushuncha

Yoshlar psixologiyasi — yosh davridagi insonlarning ruhiy rivojlanishi, xulq-atvori, hissiy holati va ijtimoiy moslashuv jarayonlarini o'rganuvchi psixologiya sohasi hisoblanadi.

Yoshlik davrida insonda:

mustaqil fikrlash shakllanadi;

shaxsiy qarashlar rivojlanadi;

hissiy sezgirlik kuchayadi;

kelajak haqidagi maqsadlar paydo bo'ladi.

Bu davrda yoshlar o'zini anglashga, jamiyatda o'z o'rnini topishga harakat qiladi.

Yoshlarning ruhiy rivojlanish xususiyatlari

Yoshlik davrida organizmda nafaqat jismoniy, balki ruhiy o'zgarishlar ham yuz beradi.

Ushbu davrda yoshlar:

hissiyotlarga tez beriladi;

tanqidni og'ir qabul qiladi;

mustaqillikka intiladi;

o'zini boshqalarga qiyoslaydi;

jamiyatda o'z mavqeini topishga harakat qiladi.

Shuningdek, yoshlarda motivatsiya va qiziqishlarning tez o'zgarishi ham kuzatiladi.

Jahon sog'liqni saqlash tashkiloti ma'lumotlariga ko'ra, yoshlar orasida ruhiy muammolar soni ortib bormoqda. Ayniqsa, stress va depressiya yoshlarning hayot sifatiga salbiy ta'sir qilmoqda.

Mutaxassislarning ta'kidlashicha, yoshlarning ruhiy salomatligini saqlashda ota-onalar, pedagoglar va psixologlarning hamkorligi muhim hisoblanadi.

O'zbekistonda ham yoshlar psixologiyasini rivojlantirish, psixologik xizmatlarni takomillashtirish va yoshlarni qo'llab-quvvatlash bo'yicha keng ko'lamli ishlar amalga oshirilmoqda.

Inson psixologiyasi jamiyat taraqqiyotining eng muhim omillaridan biri hisoblanadi. Ayniqsa, yoshlar psixologiyasi har bir davlatning kelajagi va ma'naviy rivojlanishini belgilovchi muhim sohalardan biridir. Chunki yoshlar jamiyatning eng faol, izlanuvchan va yangilikka intiluvchan qatlami bo'lib, ularning ruhiy holati va dunyoqarashi kelajak taraqqiyotiga bevosita ta'sir ko'rsatadi.

Yoshlik davri inson hayotidagi eng murakkab va mas'uliyatli bosqichlardan biri hisoblanadi. Ushbu davrda insonning xarakteri, qiziqishlari, hayotiy maqsadlari va mustaqil fikrlashi shakllanadi. Shu bilan birga, yoshlar hissiy jihatdan juda ta'sirchan bo'lib, turli ruhiy kechinmalarni boshdan kechiradilar.

Zamonaviy jamiyatdagi tezkor o'zgarishlar, axborot oqimining kuchayishi, internet va ijtimoiy tarmoqlarning keng tarqalishi yoshlar ongiga katta ta'sir ko'rsatmoqda. Bugungi yoshlar oldingi avlodlarga nisbatan ko'proq axborotga ega bo'lsalar-da, ayrim hollarda bu holat ruhiy bosim va stressning ortishiga sabab bo'lmoqda.

Hozirgi davrda yoshlar orasida stress, depressiya, o'ziga ishonchsizlik, internetga qaramlik va hissiy tushkunlik kabi muammolar keng uchramoqda. Bunday holatlar yoshlarning nafaqat ruhiy salomatligiga, balki ta'limdagi muvaffaqiyati va ijtimoiy munosabatlariga ham salbiy ta'sir qiladi.

Psixologlarning fikriga ko'ra, yoshlarning ruhiy rivojlanishida oila muhiti muhim o'rin tutadi. Oiladagi mehr, e'tibor va qo'llab-quvvatlash yoshlarning o'ziga bo'lgan ishonchini oshiradi. Aksincha, oilaviy nizolar va ruhiy bosim yoshlarning psixologik holatiga salbiy ta'sir ko'rsatadi.

Ta'lim muassasalari ham yoshlar psixologiyasining shakllanishida katta ahamiyatga ega. O'qituvchi va tengdoshlar bilan bo'ladigan munosabat yoshlarning xarakteri va dunyoqarashiga kuchli ta'sir qiladi. Shu sababli ta'lim muhitida sog'lom psixologik atmosferani yaratish muhim hisoblanadi.

Bugungi kunda zamonaviy psixologiya yoshlarning ruhiy salomatligini saqlash va psixologik muammolarni bartaraf etish bo'yicha yangi yondashuvlarni ishlab chiqmoqda. Onlayn psixologik xizmatlar, motivatsion treninglar va psixologik maslahat markazlari yoshlarni qo'llab-quvvatlashda muhim vosita bo'lib xizmat qilmoqda.

Yoshlarning ruhiy jihatdan sog'lom bo'lishi barkamol avlodni shakllantirish, jamiyat barqarorligi va davlat taraqqiyotining muhim omillaridan biri hisoblanadi.

Xulosa

Xulosa qilib aytganda, yoshlar psixologiyasi jamiyat taraqqiyoti va sog'lom avlodni shakllantirishda muhim ahamiyatga ega. Yoshlarning ruhiy salomatligini saqlash, ularni stress va ruhiy bosimlardan himoya qilish zamonaviy jamiyatning muhim vazifalaridan biridir.

Oila, ta'lim muhiti va jamiyatning qo'llab-quvvatlashi yoshlarning barkamol shaxs bo'lib shakllanishida muhim o'rin tutadi. Zamonaviy psixologik yondashuvlar va innovatsion texnologiyalar yoshlarning ruhiy barqarorligini mustahkamlash imkoniyatlarini yanada kengaytirmoqda.

Foydalanilgan adabiyotlar:

1. O'zbekiston Respublikasi Yoshlar siyosatiga oid materiallar.
2. Jahon sog'liqni saqlash tashkiloti (WHO) ma'lumotlari.
3. G'oziyev E. "Yosh davrlari psixologiyasi".
4. Karimova V. "Psixologiya asoslari".
5. Zamonaviy psixologiya bo'yicha ilmiy maqolalar to'plami.
6. Yoshlar psixologiyasiga oid xalqaro tadqiqotlar.
7. Pedagogika va psixologiya fanlari bo'yicha o'quv qo'llanmalar.