

O'ZBEKISTON RESPUBLIKASI XALQ TA'LIMI VAZIRLIGI
A.QODIRIY NOMLI JIZZAX DAVLAT PEDAGOGIKA INSTITUTI
«MAKTABGACHA TA'LIM NAZARIYASI VA METODIKASI» kafedrası

«Himoya qilishga ruxsat beraman»
Fakul'tet dekani

«____» _____200__yil

5141700 - «Maktabgacha ta'lim va bolalar sporti» yo'nalishi bo'yicha
bakalavr darajasini olish uchun

« YOSHLARDA XISSIY EMOSIONAL XOLATLARNI NAMOYON
BO'LISHINING PSIXOLOGIK ASOSLARI» mavzusida bajarilgan

BITIRUV MALAKAVIY ISHI

Bajaruvchi:

Sindarova Ra'no

Ishni himoyaga tavsiya
etaman ilmiy raxbar:

o'qit.B.Norbekova

Ilmiy maslahatchiL

dots.O.Jamoldinova

BMI «Maktabgacha ta'lim nazariyasi va
metodikasi» kafyedrasining yig'ilishining qarori
bilan (Qaror №_____2010 yil)
himoyaga tavsiya etilgan.

Kafedra mudiri v/b:_____G.Qo'shaqova

JIZZAX – 2010

M U N D A R I J A

Kirish

1.BOB. YOSHLARDA XISSIY EMOSIONAL XOLATLARNI NAMOYON BO'LISHINING NAZARIY TAXLILI

- 1.1. Psixologiyada hissiy emosional xolatlarning o'rganilishi
- 1.2. Yoshlardagi xissiy emosional xolatlar to'g'risida

2.BOB. YOSHLARDA XISSIY EMOSIONAL XOLATLARNI NAMOYON BO'LISHINING PSIXOLOGIK ASOSLARI BO'LISHNING AMALIY TADBIG'I

- 2.1. Yoshlarda atraksiya, sevgi –muhabbat to'g'risida
- 2.2. Hissiy emosional xolatlar namoyon bo'lishi sabablari

XULOSA

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR RO'YXATI

Kirish

O'smirlik va o'spirinlik davrlarni nafaqat kasbiy tanlov va kasb egallash uchun maqbul davr yoshlarning o'zligini anglash, o'z qadr –qimmatini bilish va boshqalarga nisbatan munosabata bo'lish tajribasini egallash davri hamdir. Shu nutqi –nazardan qaraganda shu o'rinda Respublikamiz Prezidentimi I.A.Karimovning quyidagi fikrlarni keltirib o'tishni lozim deb topdik. "... biz o'z tariximizni xolisona va haqqoniy baholab, ma'naviy merosimizni boyitish va rivojlantirishga o'z hissamizni qo'shishimiz, o'u asosda bugungi jahon ilmu fani va madaniyatining yuuksak cho'qqilarini eglalashdek buyuk vazifaga har tomonlama munosib va qadir bo'lishimiz darkor.

O'smir ham, o'spirin ham qancha ichki ruhiy iztirob, qorama –qarshilik, ma'suliyat onlarini boshidan kechirmasin, uning emosional olami, atrof muhitda ro'y berayotgan hodisalarni ongida aks ettirish katta o'rin tutadi. Aynan o'smirlik davri bola qolbida kimbilandir sirlashishi, kimnidir o'ziga yaqin kishi sifatida tan olii, uni ruhiyatida kechayotgan barcha o'zgarishlardan voqif etish istagi va ehtiyojini uyg'otadi.

Birinchi marta "do'stlik", "muhabbat", "sevgi" tushunchalari ham aynan shu davrda paydo bo'ladi. Shuning uchun ham yetuklik va keksalik davridagi kishilar ham o'smirlik va o'spirinlik yillarini eng beg'ubor, jozibali va yoqimli xotirlaydilar.

Bu taraqqiyot davri attroksiya deb atalmish hissiyot paydo bo'la boshlaydi. Shu sababali ham yoshlardagi attroksiya va emosional munosabatlar hozirgi kundagi dolzarb muommadir.

Yuqorida qayd etilganlarni hisobga olib, biz yoshlardagi attroksiya va emosional munosabatlarning psixologik asoslarini maqsad qilib oldik.

Tadqiqotning maqsadi:

Yoshlardagi attroksiya va emosional munosabatlarning psixologik asoslarini yoritish.

Tadqiqotning obyekti: Yoshlar, o'smirlar, o'spirinlar

Tadqiqotning predmeti:

O'smirlardagi, o'spirinlardagi attroksiya va emosional munosabatlarning shakllanishi.

Tadqiqotimizning maqsadidan kelib chiqib quyidagi vazifalarni belgiladik:

1. Yoshlardagi emosional munosabatlarni va ularning mohiyatini o'rganish
2. O'smirlar va o'spirinlarning yoshga xos xususiyatlarini o'rganish va tahlil qilish.
3. Ta'limning barcha bosqichida ma'naviy tarbiyaning ajralmas bo'lagi sifatida do'stlik, muhabbat kabi samimiy munosabatlarni tarbiyalash
4. Sevgi va muhabbat hislari keng ma'noda –Vatanga, yurtga, xalqqa, borliqqa, kasbga va yaqin kishilarga qaratilishi yoshlar ongiga singdirish.
5. Ota –onalar o'z o'smir yoki o'spirin bolalarini his –tuyg'ularini qanday tushunishlarini o'rganish.
6. Qo'yilgan maqsad va vazifalarni amalga oshirish uchun tadqiqotimizda quyidagi metodlardan foydalandik.

Bitiruv ishining tadqiqot metodlari:

Bitiruv ishi tadqiqotida ko'zda tutilgan maqsad va vazifalarni hal qilishda quyidagi metodlardan foydalaniladi:

- kuzatish metodi;
- suhbat metodi
- ankyeta yo'li bilan so'rash metodi;
- xujjatlarni va ota –onalarni ishlarini o'rganish metodi;
- tajribani o'rganish va umumlashtirish metodi.

Tadqiqotning metodologik asosi: O'zbekiston Respublikasi Konstitutsiyasi, Prezidenti I.A.Karimov asalarida "Ta'lim to'g'risida"gi Qonun va "Kadrlar tayyorlash milliy dasturi"da, Oila Kadyeksida, Bola huquqlari to'g'risidagi konvetsiyada ilgari surilgan g'oyalar; shaxsning shakllanishi haqidagi dialektik qonuniyatlar; pedagogik hodisalarni tadqiq etishga faoliyatli va tizimli yondashuv tomonlari tadqiqotimizning metodologik asosi bo'lib xizmat qildi.

Bitiruv malakaviy ishining ilmiyligi va amaliy ahamiyati.

Ilmiyligi, XXI asr axborotlashgan jamiyat hisoblanadi. Hozirgi jamiyatda yoshlardagi atrofqa va emosional munosabatlarning psixologik asoslarini o'rganish ular bilan to'g'ri munosabatda bo'lish psixologik asoslari muhim ahamiyatga ega.

Amaliy ahamiyati: bitiruv malakaviy ishida olingan natijalardan yoshlarni oilaviy hayotga tayyorlash, mahalla fuqarolar yig'ini faoliyatlarida, ma'naviy, ma'rifiy tadbirlarda oila psixologiyasi ma'naviyat psixologiyasi darslarini o'qitishda qisman foydalanish mumkin.

Bitiruv malakaviy ishimiz: kirish, 2ta bob, 4 paragraf, xulosa va foydalanilgan adabiyotlar ro'yxatidan iborat.

1.BOB. YOSHLARDA XISSIY EMOSIONAL XOLATLARNI NAMOYON BO'LISHINING NAZARIY TAXLILI

1.1. Psixologiyada hissiy emosional xolatlarning o'rganilishi

Kishi idrok etish, xotirlash, hayol surish va fikrlash jarayonlarida faqat voqeyelikni bilib qolmay, balki shu bilan hayotdagi u yoki bu narsalarga qanday bo'lsin, munosabat bildarid, unda ularga nisbatan u yoki bu tarzda his –tuyg'u paydo bo'ladi. Bunday ichki shaxsiy munosabatning manbai faoliyat va munosabat jarayonlari bilan bo'lib, ana shu jarayonlarda ro'y beradi, o'zgaradi, barqaror tus oladi, yoki yuqoladi. Kishining hayotiy yo'lini ko'p jihatdan belgilab beradigan vatanparvarligini his –tuyg'u deb atashadi. Arzimagan ilinj bilan birovni aldagan yolg'onchiga nisbatan kishida paydo bo'ladigan nafratlanish ham his –tuyg'u qatoriga kiradi. Uzoq davom etgan yomg'irdan so'ng quyosh charaqlab ketganligi tufayli hosil bo'lgan bir lahzalik mamnunlik ham ana shunday tushuncha bilan ifoda etiladi.

His –tuyg'ular –kishining o'z hayotida nimalar yuz berayotganiga, nimalarni bilib olayotganiga yoki nima bilan mashg'ul bo'layotganiga nisbatan o'ziga turli – xil shaklda bildiradigan ichki munosabatidir.

His –tuyg'ularning kechishi subyekt alohida his etayotgan psixik holat sifatida gavdalanadi. Bunda biron –bir narsani idrok etish va tushunib yetish biron –bir narsa to'g'risida bilib olish uchun qobiq osti markazlarining qo'zg'alishi bir qancha a'zolar faoliyatining kuchayib ketishiga olib keladi. Shu boisdan ham – tuyg'ularning kechirilishi nafas olish maromining (kishi hayojonlanganda bir lahza nafasi chiqmay qoladi, og'ir va uxtin –uxtin nafas oladi) va yurak ish faoliyatining o'zgarishi (yurak urishdan to'xtab qoladi yoki tez –tez ura boshlaydi) bir vaqtda sodir bo'ladi; organizmning ayrim qismlariga qon kelishi o'zgarib (uyalغانidan rangi, qizarib, qo'rqқанidan oqarib keladi). Sekresiya bizlarining ishi buriladi (g'am –g'ussa, ko'z yoshi to'kilishiga sababchi bo'lsa, hayajonlanib ketganda

og'iz quriydi, qo'rqqanida badanda, "sovuq ter" chiqadi) va hakoza. Tananing ichki a'zolarida yuz beradigan jarayonlarning qayd qilinishi va kishining o'zi tomonidan kuzatib borilishi nisbatan oson. Shu sababdan ham qadimgi zamonlardan buyon ularni ko'p hollarda his –tuyg'ularning sabachisi deb kelingan. Xalq orasida hozirga qadar ham "yuragim sezib teribdi", "yuragim g'ash va shu kabi iboralara saqlanib qolgandir. Hozirgi zamon fiziologiyasi va psixologiyasi mezonlari bilan yondashadigan bo'lsa, bunday nuqtai –nazarning saddaligi aniq –ravshan bo'lib qoladi. His –tuyg'ularga sababchi deb qaralayotgan boshqa holatlar kishi miyasida ro'y berayotgan boshqa jarayonlarning oqibati hisoblanadi, xolos.

Katta yarim sharlarning qabig'i idrok etilayotgan tushunib olinayotgan, ma'lum yoki noma'lum narsalarga nisbatan shaxsiy munosabat bilan birgalikda ro'y beradi. Ana shu hollarning barchasi his –tuyg'ularning boshdan kechirilishi hususida, kishining alohida hissiy holati hususiyada gapiriladi. Shu bilan birga his –tuyg'ularning kechishi o'z rivojlanishiga ega bo'lgan, joriy va o'zgarib turadigan hissiy psixik jarayondir. Misol uchun, yaqin kishidan ajralib qolishning og'irligini boshdan kechirilishi, jumladan, o'rnini to'ldirib bo'lmaydigan judolikdan so'ng o'zining hayotidagi o'rnini o'zgarib qolganini faol anglab olishni, hayotiy qadriyatlarning qayta baholanishi, tenglik vaziyatini bartaraf etish uchun o'zingda kuch topa bilishni va shu kabilarni anglatadi. Shu tarzda jo'shqinlik bilan kechadigan hissiy jarayon o'z yakunida judolik vaziyatining o'ziga va shu vaziyatda kishi o'zligiga beradigan ijobiy va salbiy baholarning ma'lum darajada muvazanatlanuvi ro'y beradi.

Demak, kechinma keskinlashib qolgan vaziyatni boshdan kechirish, unda bardosh berish, uni bartaraf etishdan iborat obyektiv zarurat bilan bog'liqdir. Shuning o'zi biron –bir narsaning hissiy kechinma orqali o'tishi demakdir.

Shunday ekan, kechinma shaxsning ichki dunyosi qayta qurilishiga va kerakli muvazanatga ega bo'lishiga yordam beradigan kattagina zo'riqish bilan

kechiladigan va aksariyat hollarda o'ta samarali alohida hissiy faoliyat sifatida namoyon bo'ladi. His –tuyg'uni boshdan kechirishning turli formalari –emosiya, effekt, kayfiyat, kuchli hayojonlanish (stress holati). Extiros va nihoyat tor ma'nodagi so'z bilan aytganda his –tuyg'ular –shaxsning emosional sohasini tashkil etadiki, ular kishi xulq –atvorini tartibga solib turadi, bilishning jonli manba, odamlar o'rtasidagi murakkab va ko'p qirrali munosabatlarning fiodasi bo'lib hisoblanadi.

His –tuyg'ular shaxs ehtiyojlariga javob beradigan narsalarni aniqlab berishga yordam beradigan va ularning qondirilishiga qaratilgan faoliyatga omil baxsh etadi. Ilmiy kashfiyot qilingan paytdagi quvonchli kechinmalar olimning izlanuvchanlik faoliyatini rag'batlantirali, bilish ehtiyojini, qondirish jarayonini jadal tarzda saqlaydi. Ehtiyoj namoyon bo'lishining alohila shakli sifatidagi qiziqish doimo yorqin hissiy tusga ega bo'ladi.

Kishi uchun subyektiv hisoblangan his –tuyg'ular uning ehtiyojlari qondirilishi jarayoni qanday kechayotganligining belgisi sifatida namoyon bo'ladi. Munosabat va faoliyat jarayonida paydo bo'lgan ijobiy hissiy holatlar (zavqlanish, mamnunlik va shu kabilar) ehtiyojlarni qondirilmasdan qolishi salbiy hissiy kechinmalarni (uyalish, ukinish, hasrat va shu kabilar) olib keladi.

Hissiyotlarning tabiati va paydo bo'lishiga bunday qarash hissiyotlarning ahborot konsesiyasi (P.V.Simonov) deb ataladi. Kishi ehtiyojlarining qondirilishi talab qilinadigan narsalar haqida axborotni u anglab yoki anglamay, shu ehtiyoj paydo bo'lgan paytda o'z ixtiyoridagi mavjud axborot bilan taqqoslaydi. Agar ehtiyojlarning qondirilishi ehtimoli subyektiv jihatdan qaraganda katta bo'lib tuyulsa, ijobiy qaraganda his –tuyg'ular paydo bo'ladi. Salbiy hissiyotlar ehtiyojlar qondirilishining subyektiv tomonidan oz yoki ko'p darajada anglanish oqibatida yoxud extiyojlarning qondirilishi ehtimoli haqida subyekt qaraganda yoqola borishi natijasida paydo bo'ladi. Harchand hissiyotlarning axborot konsepsiyasi,

shaxsnining bir butun ko'p qirrali va boy hissiy jihatlarini tushuntirib berishdan ko'ra tushuntirib bera olmasligi aniqroq bo'lsa ham, shubhasiz dalil –isbotligi bilan ajralib turadi. Emosiyalarning barcha turlari ham kelib chiqishiga ko'ra shu sxemaga jo bo'lmaydi. Shu jumladan, ajablanish emosiyasi na ijobiy va na salbiy emosional holatga kiritilishi mumkin emas.

Emosiyaonal holatlarning regultativ (bir xil tarzda tartibga solib turadigan) funksiyasi ularning eng muhim belgisi hisoblanadi. Kishida paydo bo'ladigan kechinmalar unga ehtiyojlarning qondirilishi jarayonida qay tarzda borayotgani qanday to'siqlarga duch kelayotgani, nimalarga e'tiborni qaratish lozimligi, nimalar haqida mulohaza qilish kerakligi, nimalarni o'zgartirish zarurligi, haqida axborot beruvchi signallar rolini bajaradi. Chindan ham aybdor bo'lgan, lekin bu bilan o'qituvchining charchaganligi va maktab direktori bilan o'rtalaridagi noxushroq suxbatdan jahli chiqqanligi bo'lmaganda, ehtimol pedagogni darg'azab qilmagan o'quvchiga noo'rin baqirgan o'qituvchi o'zini sal bosib olgandan keyin o'zini tuta bilmaganidan balki ranjish hissini, afsuslanish, uyalish, hissini boshdan kechirish mumkin edi.

Bu emosional holatlarning hammasi o'qituvchining o'z xatosini qandaydir yo'l bilan tuzatishga bolaga o'zining qurolligidan afsuslanayotganini ko'rsatishga, umuman o'z xatti –harakatini va u bilan o'zaro munosabatlarini o'rtalaridagi majoraga sababchi bo'lgan vaziyatni obyektiv tarzda baholash asosida qurish usulini topishga undaydi.

Emosional voqyealarning ko'ngildagidek yoki noxush yuz berayotgani, subyektning aniqlik va shaxslararo munosabatlar sistemasidagi holatining ko'p yoki oz darajada aniqligi haqida axborot beradi va bu bilan uning munosabat va faoliyat sharoitidagi xatti –harakati boshqarib to'g'irlab turilishini ta'minlaydi.

His tuyg'ular –voqyelikni aks ettirishning o'ziga xos shakllaridan biridir. Agar bilish jarayonlarida narsalar va voqyelikdagi xodisalar aks etsa, his

tuyg'ularda esa subyektning o'ziga xos ehtiyojlari bilan qo'shilib o'zi bilib olayotgan va o'zgartirayotgan narsalarga va voqeyelik xodisalariga nisbatan uning munosabati aks etadi.

Oddiy bir misol: agar tarix o'qituvchisiga chet mamlakatlaridan birida uning o'qitishga ajratiladigan o'quv vaqti kechkin qiqartirilganligi ma'lum qilinadigan bo'lsa, u holda bu fakt birozgina emosional qiziqish uyg'otib, uni anglab olishga, tushunishga urinishdan nariga o'tilmaydi. Shu bilan birga bordiyu, o'qituvchiga tarixdan bironta mavzuni aniqlik (aniq) o'tish bo'yicha allaganday chngi ko'rsatmaga binoan dars soati xatto solgina qizqartirilgani xabar qilinadigan bo'lsa, u unda kuchli emosional reaksiya uyg'otadi. Uning extiyojlari (tarixiy faktlarni ancha to'la va tushunarli qilib bayon etishi istagi) bilan uning predmeti (pragrammadagi moterial) o'rtasidagi nisbat o'zgarib qoladi va emosional reaksiya tug'diradi.

Barcha psixik jarayonlar kabi emosional holatlar, his –tuyg'ularning kechinishi, ham miya faoliyatining natijasi hisoblanadi. Emosiyalarning paydo bo'lishi tashqi olamda ro'y beradigan o'zgarishlardan boshlandi. Yuu o'zgarishlar kishi hayoti va faoliyatining jonlanishiga yoki pasayishiga bir xid ehtiyojlarning paydo bo'lishiga yoki boshqalarning yoqolishiga, kishi organizmi ichida yuz beradigan jarayonlardagi o'zgarishlarga olib boradi. His –tuyg'ular kechinishiga xos fiziologik jarayonlar ham murakkab shartli va shartsiz reflekslar bilan bog'liqdir. Ma'lumki, shartli reflekslar sistemasi katta yarim sharlar qobig'ida tutashgan va mustahkamlangan bo'ladi. Murakkab shartsiz reflekslar esa yarim sharlarning qobiq osti bo'lmalari, miya zqiga taalluqli kirish tepaliklari va nerv qo'zg'alishining miyaning oliy bo'lmalaridan vegetativ nerv sistmeasiga yetkazib turadigan boshqa markazlar orqali amalga oshiriladi. His –tuyg'ularning kechirilishi miya qobig'i va qobiq osti markazlarining birgalikdagi faoliyat natijasi hisoblanadi.

Kishining tevarak- atrofda va uning o'zida yuz berayotgan o'zgarishlar kishi uchun qanchalik katta ahamiyatga ega bo'lsa, his –tuyg'u kechinmalari ham shu qadar chuqur bo'ladi. Shunga ko'ra ro'y beradigan muvaqqat bog'lanishlar sistemasining jiddiy qayta qurilishi katta yarim sharlar qobig'i bo'ylab tarqalgan holda qobiq osti markazlarining yuzaga keltiradi. Miyaning katta yarim sharlar qobig'ining pastroqdagi bo'lmalarida organizm fiziologik faoliyatining har xil markazlari: nafas olish, yurak –qon tomirlari, ovqati hazm qilish, ichki sekresiya bezlarini ishlatish va boshqa markazlar joylashgandir. Shuning tarbiy sharoitlarida qobiq osti markazlarida tormozlantiruvchi ta'siri ko'rsatadi va shu taxlitda his – tuyg'ularning tashqi ifodalari yuzaga chiqarilmasan ichda saqlanib qoladi. Agar miya qobig'i g'oyat kuchli qo'zg'atuvchilar ta'siri ostida ortiqcha, charchash va mast bo'lish oqibatida miyorida ortiqcha qo'zg'atilgan bo'lsa, bu holda irrodiosiya natijasida qobiqdan pastdagi markazlar ham qayta qo'zqaladi, oqibatda odatdagi vazminlik yoqoladi. Agar testkari induksiya yuz bergan taqdirda yarim sharlarning qobiq osti yo'llarida va oraliq miyada keng tarmozlanish jarayoni yoyiladigan bo'lsa, ruxan ezilish mushaklar harakatida susayish yoki qisilish, yurak qon tomir faoliyati va nafas olishda zaiflashish va hakovolar kuzatiladi.

Shunday qilib, his- tuyg'ular boshdan kechirilayotganda emosional holatlarga tushib qolganda kishi hayoti va faoliyatining turli jihatlari jadalligi ham, oshib ham susayib turishi kuzatiladi.

Keyingi vaqtlarda fiziologik tadqiqotlar ayrim tor ixtisoslashgan miya tuzilmalarining emosional holatlar paydo bo'lishida qanday ahamiyatga ega ekanligini aniqlab berdi. Tajribalar hayvonlarda o'tkazilib, ularga gipotalomusning ma'lum bir qismlariga elektrodlar kiritilar edi. (D.Oldsning tajribalari nazarda tutilmoqda)

Tajriba o'tkazilayotgan hayvonlar tanasining bir xil qismlarini qo'zg'atishganda, ularda ochiqdan –ochiq yoqimli, emosional jihatdan ijobiy

sezgilar paydo bo'ladiki, bunday hosil bo'lishiga ular faollik bilan intilishardi. Bu qismlar "mamnuniyat markazlari" deb atala boshladi. Elektr toki bilan miyaning boshqa tuzilmalari qo'zg'atilganda esa hayvonlar salbiy emosiya berilishi va tanasining ana shu qismiga ta'sir o'tkazilishi mumkin, bo'lgan vaziyatlarga tushib qolmaslikka har qanday yo'l bilan harakat qilish kuzatilgan edi. Hayvon tanasidagi bunday qismlarni shuning uchun ham "azob markazlari" deb atalgan edi. Salbiy hissiyotlarning paydo bo'lishi uchun ma'sul bo'lgan turli qismlar o'rtasida bog'lanish borligi aniqlandi –miyaning turli bo'limlarida joylashgan "azob markazlari" yagona sistemani tashkil etadi. Shu munosabat bilan salbiy emosiyalar organizmning o'zini yalpi noxush sezayotganligi haqida xabar qilgan xolda deyarli bir xil kechiriladi. Ayni chog'da ijobiy emosiolarni hosil qilishga ixtisoslashgan markazlar bir –birlari bilan hamroq darajada bog'langan bo'lib, bu ijobiy emosional uchun juda ham rang –barangligining keng tabaqalashtirilgan manzaraga ega ekanligining negizi hisoblanadi.

Shubhasiz kishi miyasining ishlash xususiyatlarida hayvonlardagi kabi hissiy holatlar fiziologiyasi bilan aynan o'xshashlik bor deb hisoblash kerak emas, lekin aftidan keltirilgan faktlarga tayanib insoniy emosiyalar paydo bo'lishining fiziologik shart –sharoitlari to'g'risida asoslangan gipotezalarni ilgari surish imkoniyati ham mavjuddir.

Shuningdek miyaning funksional assimetriyasini o'rganish jarayonida ham emosiyalarning tabiatini tushunib yetish uchun muhim ahamiyatga ega bo'lgan ma'lumotlar olindi. Jumladan, chap yarim sharlar ko'proq darajada ijobiy hissiyotlarning paydo bo'lishi va saqlab turilishi bilan, o'ng yarim sharlar salbiy emosiya bilan, bog'liq ekanligi aniqlandi.

Emosiyaning fiziologik asoslariga oid barcha tadqiqotlar ularning biri – biriga qarama –qarshi ekanligini aniq –ravshan ko'rsatib berdi. Mamnuniyat –azob, qoniqish, norozilik, lazzatlanish, azoblanish, yoqimli –yoqimsiz va hakoza. Hissiy

holatlarning bunday qarama-qarshiligiga dalil –isbot miyaning tuzilmalari ixtisoslashuvi va fiziologik jarayonlar kechishining qonuniyatlari zahirida mujassamlashgandir.

His – tuyg’ular ba’zan har qanday psixik jarayonning faqat yoqimli va yoqimsiz yoki aralash asorati tarzida boshdan kechiriladi. Bu o’rinda ular o’z xolisa anglanilavermaydi, aksincha, narsalar va harakatlarning hisusiyati tarzida anglaniladi va bir yoqimli kishi, yoqimsiz ta’im, baxaybat ho’kiz, kulguli ifoda, nafis barglar, quvnoq sayr va hakovolar deb gapiramiz. Ko’pincha bunday hissiy tuz oldingi kuchli kechinmalarning oqibati, o’tmish tajrilasining aks –sadosi bo’lib chiqadi. Ba’zan u narsaning kishini qanoatlantirishi yoki qonoatlantirmasligi uning faoliyati muvaffaqiyatli yoki muvaffaqiyatsiz o’tayotganligi belgisi sifatida xizmat qiladi. Masalan, geometriyadan aynan bitta topshiriq unga hal etishning muvaffaqiyatliligiga bog’liq holda turli xildagi his –tuyg’ularni hosil qilishi mumkin.

Ehtiyojlarning qondirilishi yoki qondirilmasligi kishida bir xil shaklni kasb etadigan, o’ziga xos kechinmalarni, emosiyalarni, affektlar (hissiy bo’ronlarni), kayfiyatlarni, kuch –emosiyalarni, kuchli hayajonlanish stress holatlarini va xususan his –tuyg’ularni (tor ma’nodagi so’z bilan aytganda) ni hosil qiladi.

“Hissiy” (emosiya) va “his –tuyg’u” degan so’zlar ko’pincha sinonimlar sifatida qo’llaniladi. Torrof ma’noda olganda hissiyot bu qandaydir biroz doimiyroq his –tuyg’ularning bevosita va vqatnicha boshdan kerilishidan iboratdir. “Emosiya” so’zini o’zbek tiliga aniq tarjima qilnganda u ruhiy hayajonlanish, ruhiy harakatlanish degan ma’noni anglatadi.

Hissiyot deb masalan, kshining musiqaviy asarga nisbatan o’rnashib qolgan hususiyati sifatidagi muhabbat tayg’usining o’zini emas, balki konsert paytida yaxshi musiqiy asarni eshitib boshidan kechirgan lazzatlanish, zavqlanish holatiga aytiladi. Musiqiy asarning yomon ijro etilganligini eshitganda hosil bo’ladigan

xuddi shunday his –tuyg’u nafratlanish kabi salbiy hissiyot sifatida boshdan kechiriladi. Boshqa bir misolni olib ko’raylik; his –tuyg’u sifatidagi qo’rquv yoki hayotdagi mavqeiga nisbatan tarkib topgan o’ziga xos munosabati bir –biridan farq qiladigan hissiy jarayonlarda kechirilishi mumkin; ba’zan kishi vahimali narsadan qochadi; ba’zan esa qo’rqqanidan serraygancha qotib qoladi va titray boshlaydi, nihoyat, vahima bosib noilojlikdan xavf xatarga qarshi harakat qilishi mumkin. Bir xil holatlarda emosiyalar ta’sirchanligi bilan ajralib turadi. Ular xatti –harakatlarga fikr mulohazalar bildirishga turtki beradigan kuch bo’lib chiqadi, kuch –g’ayratlarni oshirib yuboradi va stenik deb ataladi. Quvonganidan kishi “tog’ni talqon qilish” ga ham tayyor bo’ladi. O’rtog’ia hamdartlik hisisni kechirar ekan, unga yordam berish usulini izlaydi. Ta’sirchan hissiyotga berilgan kishining gapirmay turishi qiyin, u faol harakat qilmaytura olmaydi: boshqa bir hollarda emosiyalar (astenik deb atalmish emosiyalar) sustligi yoki laqaydligi bilan ajralib turadi, his –tuyg’ularning boshdan kechirilishi kishini bo’shashtirib yubordi. Qo’rqqanidan uning oyoqlari qaltirab qolishi” mumkin. Ayrim hollarda kishi kuchli his tuyg’uga berilib ketib, xayolga cho’mib, o’zi bilan o’zi ovora bo’lib, qoladi. Bunday paytda hamdartlik yaxshi, lekin befoyda hissiy kechinmalar bo’lib qoladi, uyalish, sirli vijdon azobiga aylanib qoladi.

Kishini tez chulg’ab oladigan va shiddatli o’tib ketadigan jarayonlar (affektlar) hissiy portlashlar deb ataladi. Ular ongining anchagina darajada o’zgarganligi, xatti –harakatlarni nazorat qilishning buzulganligi, odamning o’zini –o’zi idrok qila olmasligi, shuningdek, uning butun xayoli va faoliyati o’zgarib qolganligi bilan ajralib turadi.

Affektlar birdaniga katta kuch qilinishiga sabab bo’lgani uchun ham qisqa muddatli bo’ladi. Ular his –tuyg’ularning bamisoli birdan lov etib yonib ketishiga, portlashga, bir zumda hamma yoqni to’s –to’polon qilgan shamolga o’xshaydi.

Agar oddiy hissiyot faqat ruhiy hayajonlanishni ifoda etsa, u holda affekt bo'rondir.

Affektning rivojlanishi birin –ketin almashib turadigan turli bosqichlarga egadir. Haddan tashqari darg'azab bo'lgan, vahima bosgan, o'zini yoqotib qo'ygan, g'aroyib darajada zavq- shavqqa to'lgan, umidsizlikka berilgan kishi har xil paytlarda olamni har xil aks ettiradi, o'z kechinmalarini turlicha ifodalaydi, o'zini turlicha ifoda qiladi va o'z harakatlarini turlicha boshqaradi.

Kishi affayektiv holatining boshlanishida barcha begona, xatto amaliy jihatdan muhim narsalarni istasa –istamasa ham bir chetga surib qo'ygan holda o'z his –tuyg'usiga sabab bo'lgan va u bilan bog'liq narsalar haqida o'ylamasligi mumkin emas.

Ifodali sa'yi –harakatlar tobora bemulohazali tus ola boshlaydi. Ko'z yoshi to'kish va o'kirib yig'lash, goh –goha otib kulish va baqirib chaqirib gapirish ajralib turadigan turki –tarovat va yuzdagi imo –ishora, tez –tez qiynalib nafas olish yetilib kelayotgan affektning odatdagi manzarasini hosil qiladi. Anduktiv tormozlanish yarim sharlar qobig'ining tabora ko'proq darajada egallay boshlaydi, bu tafakkurning izdan chiqishiga olib keladi. Qobiq osti yo'llarida qo'zg'alish kuchaya boshlaydi. Kishi kechirilayotgan his –tuyg'ularga, vahimaga, gazablanishga, u midsizlikka va shu kabilarda berilishiga kuchli istak seza boshlaydi. Bunday bosqichda har qanday asli raso kishi o'zini tiyishi, o'zini –o'zi idora qila olishi mumkin. Bu o'rinda affektning xurudini orqaga surish uning avj olishiga yo'l qo'ymaslik muhimdir. Bu o'rinda agar o'zingni boisb olay desang, o'zingacha aqalli o'tnagacha sanashga harakat qilib tur degan mashhur xalq hikmati bor.

Hissiy portlash ro'y berganda uning bosqichlarida kishi o'zini tuta olmasdan qoladi, qilayotgan ishining oqibatini o'ylamaydi va aql xushini yoqotib qo'yadi. So'ngra bu haqda eslasa uyalib yuradigan bo'ladi va nimalar sodir bo'lganini

ba'zan xuddi tushida yuz bergani kabi esga oladi. To'rmozlanish miyaning qobig'ini egallab oladi va kishining tajribasi uning madaniy va ma'naviy negizlari mustahkamlangan muvaffat bog'lanishlarning tarkib topgan sistemasini ishlatmay qo'yadi. Affektiv portlashdan keyin xolda toyish majolsizlik barcha narsalarga befarqlik bilan munosabatda bo'lish, harakatsizlik, ba'zan esa mudroq bosish boshlanadi.

Shuni qayd qilish kerakki, har qanday his –tuyg'u, ayrim vaqtlarda affayektiv hodisa sifatida kechirilishi mumkin, mos, stadionlarda chiqish paytida biron –bir vakol cholg'u assamblning chiqishi paytida affektiv zavflanish hollari kuzatiladi. Chet ellarda bunday vaziyatlarda fojiali oqibatlarga olib keladigan g'oyat kuchli hissiy holatlar (asabiy, tutqanaq, mushtlashuv va x.k.) tez –tez yuz berib turadi.

Psixologiyada “telbalarcha ishq –muhabbat hissining affektiv tarzda kechirilishi yaxshi o'rganilmagan va badiiy adabiyotda yana ham yaxshiroq tasvirlab berilgan. Xatto ilmiy kashfiyotlar ham ko'p yillik qat'iy izlanishlardan so'ng ba'zan benihoya zo'r tantana va shodlikka aylanib ketadi. Aytish mumkinki, hissiy –tuyg'uni kechirayotganiga va affektiv holatda o'zini qanchalik tuta bilishga bog'liq holda yomon yoki yaxshi bo'ladi.

Kayfiyatlar ancha vaqtlar davomida kishining butun xatti –harakatiga tus berib turadigan umumiy hissiy holatini ifoda etadi.

Kayfiyat shodu –xurramlik yoki qayg'uli, tetiklik yoki lanjlik, hayajonlik yoki mayuslik, jiddiylik yoki mutofimlik va hakoza tarzida bo'ladi. Kayfiyati yomon kishi o'rtog'ini hozilligiga yoki tanbehiga kayfiyati chog' vaqtidagiga qaraganda tomomila boshqacha munosabat bildiradi.

Kayfiyatlar odatda o'ziga –o'zi hisob bermasligi va sust namoyon bo'lishi bilan belgilanadi. Kishi xatto ularni payqamaydi kam. Lekin ba'zan kayfiyat mos., quvnoqlik va tetiklik yoxud aksincha g'amg'inlik kayfiyati ancha jadallik kasb

etadi. Bunday paytda u kishining aqliy faoliyatida ham (uy –fikrlariga, zehning o'tkirligiga) sa'yi –harakatlarining va ishlarining xususiyatlarida ham o'z - o'zini qoldiradi. Xatto bajarilayotgan ishning unumdorligiga ham ta'sir ko'rsatadi. Kayfiyat juda xilma –xil yaqin va ancha uzoq turuvchi manbaalarga ega bo'lishi mumkin. Turmushning butun borishidan, jumladan qanday yo'lga qo'yilganligidan, kishining hayot kechirish yo'lida paydo bo'layotgan har qanqa ziddiyatlar qay tarzda bartaraf etilishidan qanoat hosil qilish yoki qnoatlanmaslik kayfiyatlarining asosiy manbaalari hisolanadi. Kishining uzoq vaqt yomon yoki lanj kayfiyat bilan yorishini uning xayotiga biron narsaninng ko'ngildagidek emasligini ko'rsatadi.

Kayfiyatlar ko'proq kishi salomatligining umumiy xolatiga, ayniqsa nerv sistemasi va modda almashinuvini to'g'irlab turuvchi ishchi sekresiya bezlarining holatiga bog'liqdir.

Shuningdek, kishining umumiy kayfiyati ba'zi bir hastaliklar ham kuchli ta'sir qilishi mumkin. Kayfiyatni yaxshilash uchun ta'sir jismoniy tarbiya va sport bilan shug'ullanish juda foydali, lekin faoliyatning sermazmunligi, undan qanoat hosil qilinishi va jamoaning yoki yaqin kishining ma'naviy madaniy alohida muhim ahamiyatga egadir. Kayfiyatning manbaalari uni boshidan kechirayotgan kishiga hamisha aniq bo'lavermaydi. Lekin kayfitga doimo biron –bir narsa sabab bo'ladi va buni aniqlab ola bilishi kerak. Jumladan, va'daning uddastdan chiqilmaganligi, garchi va'da berilsa ham maktab, yozilmaganligi, ishning to'g'rılanmaganligi noxush kayfiyat yuz berishiga sabab bo'lishi mumkin. Garchand kishi har gal hammasi “joyida”, “kayfiyatim nima uchun yomonligini bilmayman” deb gapirsa ham, bularning hammasi uni ich –ichidan qaynaydi. Bu holda shu xildagi kayfiyatni keltirib chiqaradigan obyektiv sabablarini aniqlab olish va iloji boricha bartaraf etish (so'zning ustidan chiqish, maktub yozish, boshlab qo'yilgan ishini tugallash va hakoazolardir) zarur.

Psixolog ta'rifiga ko'ra, affektiv holatiga yaqin turadigan, lekin boshdan kechirilishining davomiyligiga ko'ra kayfiyatlarga yaqin bo'lgan his –tuyg'ular boshdan kechirilishining alohida shakli kuchli hayajonlanish (stress) holati inglizcha “tazyiq ko'rsatish”, “zo'riqish” degan so'zdan olingan, yoxud hissiy zo'riqishdan iboratdir. Hissiy zo'riqishdan iboratdir. Hissiy zo'riqish zavq –xatar to'g'ilgan kishi xafa bo'lgan, uyalgan taklikka ostida qolib ketgan va shu kabilar vaziyatlarda ro'y beradi. Hissiy bo'ronning jadalligiga hamisha ham erishilavermaydi, kishining kuchli hayojonlanish vaqtidagi holati hatti –harakati va nutqning bir xil vaziyatlarda betartib tarzidagi faolligi namoyon bo'ladigan, boshqa bir paytda esa qat'iyat bilan harakat qilinishi kerak, bo'lgan holatlarda sustkashlikka, faoliyatsizlikka erk beriladigan darajada izdan chiqishi bilan belgilanadi. Shu bilan birga hissiy –zo'riqish unchalik kuchli bo'lmagan paytlarda kuch –g'ayratlarining zafarbar etilishiga, faoliyatning kuchaytirilishiga yordam berishi mumkin. Xavf – hatar kishini bamisoli xushyor tortiradi, uni dadil va mardona harakat qilishga majbur etadi. Hissiy zo'riqish holatida individning hatti –harakati kishi nerv sistemasining topiga nerv jarayonlarining kuchligiga yoki –ojizligiga jiddiy ravishda bog'liqdir. Imkondan o'tish vaziyati odatda kishining qattiq hayajonga soladigan (ya'ni hissiy zriqishga sabachi bo'ladigan) ta'sirlarga nisbatan bardoshligini aniqlaydi. Imtihon topshiruvchilarning ba'zi birlari o'zini yo'qotib qo'yadi, xotirasining susaygani"ni namoyon qiladi, berilgan savolning mazmuniga diqqatini jamlay olmaydi, boshqalari esa imtihonda oddatdagi holatlardagiga qaraganda fikru –xayolini bir yerga to'plagan va faolroq bo'ladilar.

His –tuyg'ularning hissiyot (emosiya)lar, kayfiyatlar, kuchli hayajonlanish tarzida boshdan kechirilishi chog'ida ma'lum, darajada seziladigan toshqi belgilarga ham ega bo'ladi. Yuzlarning ifodali harakatlari (mimika) qo'l va gavdaning ma'noli harakatlari, turqi –torovati, chang, ko'z –qorachig'larining kengayishi yoki torayishi kabilar shular jumlasiga kiradi. Bu ifodali harakatlar bir

xil holatda o'ziga –o'zi hisob bermagan tarzda yuz bersa, boshqa bir holatda ongning nazorati ostida sodir bo'ladi. Keyingi holatda ular og'zaki bo'lmagan aloqa vositalari sifatida namoyon bo'lib, munosabat jarayonida, ataylab qo'llanishi mumkin. Kishi o'zining qahr –g'azabini tevarak –atrofdagilarga qo'llarini musht qilish, ko'zlarini chimiirib qrasha, duk –po'pisali chang bilan namoyon qiladi.

His –tuyg'u kechinmalari har doim ham bir xil tusda bo'lavermaydi. Hissiy holatda, ikkita bir-biriga zid his –tuyg'ularning o'ziga xos birikmasini mujassamlashtirishi mumkin, mos., ishq –muhabbat va nafrat, rashq hissining kechirilishi jarayonida birga qo'shilib ketadi (his –tuyg'ularning amvivalentligi) hodisasi.

Buyuk ingliz tabiatshunosi Charls Davrvn kishining his –tuyg'ulari bilan bir vaqtda ro'y beradigan ifodali harakatlar uning hayvonat olamiga mansub ajdodlaridagi instinktiv harakatlaridan kelib chiqqan bo'lishi mumkin degan fikrni aytgan edi. Ibtidoiy odamsimon maymunlarning g'azablangan paytlarida qo'llarini musht qilib va tishlarini g'ijirlatishi dushmani ma'lum bir masofada turishga majbur qiladigan himoya tariqasidagi shartsiz –reflektor reaksiyasi edi.

Kishining his – tuyg'ulari ro'y berishiga ko'ra murakkab shartsiz reflekslarga bog'liq bo'lgani holda ijtimoiy hususiyatga egadir. Odamning his-tuyg'ulari bilan xayvonlar xis-tuyg'ularining tubdan farqi birinchidan, gap xatto aynan bir xil his-tuyg'ular xaqida ketadigan hollarda ham odamlarning his-tuyg'ulari xayvonlarnikiga qaraganda benihoya murakkab, ekanligida ko'rinadi: bu odamlarda ham, xayvonlarda ham g'azablanish, qo'rquvni, qiziquvchanlikni, shodlanish ruxan tushkunlikka tushish holatini ularning namoyon bo'lishi hususiyatlari jihatidan ham taqqoslanganda aniq ravshan bo'ladi, Ikkinchidan: odamlar xayvonlardan mavjud bo'lmagan juda ko'plab his-tuyg'ularga egadir. Odamlar orasida mexnat jarayonini siyosiy, ma'daniy, oilaviy xayotda ruy beradigan o'zaro munosabatlarning boyligi ko'plab sof insoniy his-tuyg'ularning

paydo bo'lishiga olib keladi. Jumladan, jirkanish, faxrlanish, xasad qilish, shoduxurramlik, zerikish, xurmat qilish, burchni his etish va xakozolar paydo bo'ldi.

Bu his-tuyg'ularning xar biri o'ziga hos yo'llar bilan nutq ohangida, imoishorada, turqi-tarofatida, kulgida ko'z yoshi va shu kabilarda ifodalanadi. Uchinchidan: kishi o'z his-tuyg'ularni noo'rin ifoda etilishidan saqlangan holda ularni "jilovlab" boradi. Odamlar kuchli aniq va ravshan seziladigan his-tuygularni boshidan kechirayotib, tashqi ko'rinishida ko'pincha, osoyishtalikni saqlab qoladilar. Ba'zida esa his-tuygularini sezdirmaslik uchun o'zini beparvo qilib ko'rsatish kerak deb hisoblaydilar. Kishi ba'zan xaqiqiy his-tuyg'ularini "jilovlash" yoki yashirin maqsadida o'zini xatto boshqacha qarama-qarshi his-tuyg'ularini boshidan kechirayotganidek qilib ko'rsatadi: ranjigan yoki qattiq azob berayotgan maxalida kuladi, kulgisi qistab turganda o'zini jiddiy tutadi. His-tuyg'ular kishi shaxsining ancha yorqin ko'rinishlardan biri bo'lib, u bilish jarayonlari va xulq-atvor hamda faoliyatni irodaviy boshqarish bilan birgalikda namoyon bo'ladi. Shaxs o'zi bilib olayotgan va bajarayotgan narsaga uning barkaror munosabati, his-tuyg'ularining mazmunini tashkil etadi. Shaxsni tariflash deganda ko'p jixatdan muayyan aniq kishi umuman nimani sevadi?, nimani yomon ko'radi?, nimadan nafratlanadi?, nimadan xursant bo'ladi?, nega uyaladi?, nimaga xavas qiladi va xokazolar degan ma'noni anglatadi. Indevit barkaror his-tuyg'ulari predmeti, ularning jadalligi kechinmalarining, siyosiy afektlar, kuchli xayajonlanish xolatlari va kayfiyatlari shaklida tez-tez namoyon bo'lishi kuzatuvchi ko'z o'ngida kishining hissiy dunyosini, uning his-tuyg'ularini va shu asnoda uni individualligini namoyon etadi. Aynan shuning uchun ham hissiy jarayonlarini tahlil qilish vaqtida o'tkinchi holatlarni o'rganishdan kishi shaxsini belgilaydigan borqaror his -tuyg'ularga o'tish lozim vaziyat bilan bog'liq hususiyatga ega bo'lgan va individning muayyan paytda obyektivga nisbatan munosabatini aks ettiradigan hissiyotlardan, ofektlardan, kayfiyatlardan va hissiy

zo'riqishdan farqli o'laroq, ular paydo bo'lishi paytiga kelib tarkib topgan aniqlik holatlarda his –tuyg'ular (tor ma'noda olganda) kishi shaxsining yo'naltirilganida mujassamlashgan barqaror ehtiyojlari obyektiga nisbatan uning munosabatini aks ettiradi. Shu sababli his –tuyg'ular barqarorligi bilan, ular subyektning hayoti soatlar va kunlar emas, balki oylar va yillar vositasida o'lchanadigan darajada davomiyligi bilan belgilanadi. His tuyg'ular aniqlik harakterga ega bo'ladi, ular sub'tekning barqaror ijobiy yoki salbiy munrsabat bildirishiga sabab bo'lgan faktlar, voqyealar, odamlar va haolatlar tufayli ro'y beradi.

Barqaror sabablar faqat barqaror his –tuyg'ularga asos bo'lgan taqdirdagina kishida muntazam ravishda faollikni hosil qiladi. Faoliyat ko'rsatish uchun undovchi doimiy maylga aylanadi. Tashqaridan kuzatuvchi (bu tadqiqotchi psixologik bo'lishi ham mumkin) kishining harakatlarida uning sabablarini aniqlay olishi, ularni kelib chiqishi sababi nuqtai –nazaridan (kauzal, atribusiya) izohlab berishi mumkin, lekin kishining o'z –o'zi hatti –harakatlari va faoliyatining sabablarini his –tuyg'ular tarzida ro'y berishini bildiradiki, bu mayilliklar uning ehtiyojlarini qondirish uchun obyektlarning qanday va qanchalik ahamiyatga ega ekanligi haqida xabar berish turadi. Barchasi jamlangan holda kishi shaxsining yo'nalganligini tashkil etuvchi motivlar qanchalik ko'proq darajada barqaro rbo'lsa, kishi o'zining yuksak darajadagi sababiy faoliyatiga, xulq –atvoriga yordam beradigan yoki tusqinlik qiladigan barcha narsalarni ehtiyojlarning qandirilishi jarayoni qanday (muvaqqiyatli yoki muvaqqiyatsiz) barayotganini baholaydigan tuyg'u shaklida boshdan kechiradi.

Hissiy tajribaning umumlashuvi, natijasida takrib topga his-tuyg'ular vaziyatga qarab hissiyotlar, kayfiyatlar va affektlarning jadalligi va mazmunini belgilagan holda kishi shaxsining hissiyoti sohasidagi yetakchi xosilalarga aylanadi. His –tuyg'u, yuqorida qayt etib o'tilganidek, vaziyatga oid harakterdagi hissiyotlar jadalligi va mazmunini belgilaydi. Misol uchun yaqin kishiga nisbatan

muhabbat tuyg'usi vaziyatga qarab turlicha namoyon bo'lishi, jumladan uning muvaffaqiyati munosabati bilan shodlanish orqali, muvaffaqiyatsizlikka uchraganida hafa bo'lish orqali undan faxrlanish yoki uni xulq –atvori subyektning kutganiga to'g'ri kelmay qolgan taqdirda esa uning noroziligi orqali ifodalanishi mumkin, his –tuyg'u qonchalik kuchli bo'lsa, uning bir lahzalik hissiyot bilan xirolashib qolishi yoki yo'qolib ketish ehtimoli shunchalik kam bo'ladi. Qizining qilmishidan jonli chiqqan ana g'azablanish hissiga berilishi mumkin. Lekin oradan bir muncha vaqt o'tgandan keyin qiziga bo'lgan muhabbat uchun kelib, uning haligi qilmishi unitilib, qizi esa avf etiladi. Bunda his –tuyg'uning ham kuchi, ham uning ojizligi namoyon bo'ladi. Salbiy hissiyotlar yiqilib: his –tuyg'ularning ko'proq yoki azroq darajada seziladigan qayta o'zgarishi uchun yuz berishi uchun, buning ustiga uning butunlay qarama –qarshi tusga kirishi uchun ko'plab ishlar qilinishi taqoza etilishi bular edi. Ayni paytda boshqa bir kishiga nisbatan yoshi ifoda etilmagan hissiy munosabatlar bildirilganda unda nisbatan ijobiy yoki salbiy his –tuyg'u shakllanib yetishi uchun ba'zan subyekt o'sha kishi tufayli hosil bo'lgan bittagina ijobiy yoki salbiy hissiyotni boshidan kechirilishining o'zi ham yetarli bo'ladi. Pedagogik tajribada bu qaltis yo'llardan biri bo'lib, o'qituvchida u yoki bu o'quvchi haqida noto'g'ri tushuncha to'g'ilishiga olib kelishi mumkin.

Ehtiroslar kishidagi barqaror his –tuyg'ularning alohida turini tashkil etadi. Odamlarning bajarayotgan ishiga va hayotida yuz berayotgan narsalarga nisbatan ichki munosabati boshdan oxirigacha barqaror tus kasb etadi.

Doimiy harakat qiluvchi kuchga aylanadi. Bu kuch kishi tmonidan uni hayajonlantirgan narsa qanday idrok etilishi, tasavvur qiinishi va hayolga keltirilishi, uning bir –biri bilan almashib turadigan hissiyotlarini, affektlarini, kayfiyatlarini qanday boshdan kechirish xususiyatlarini belgilaydi. Bu kuch muayyan harakatlarga da'vat etuvchi va qaror topgan his –tuyg'uga mos kelmayotgan hatti –harakatlarga qarshi qudratli sifatida namoyon bo'ladi.

Shunday qolib, his –tuyg’u kishining tafakkur va faol faoliyati ko’rsatishi jarayoniga jaob etilgan bo’ladi. Kishining fikrlari va hatti –harakatlari yo’nalishini belgilayotgan beqaror, chuqur va kuchli his –tuyg’u ehtiros deb ataladi.

Eng oliyjanob his –tuyg’u masalan, vatanga muhabbat. Texnika ijodkorligi yoki haqiqatni qidirib topish va xalqqa xizmat qilish sifatida fanga mehr – muhabbat ham ba’zi hollarda ehtirosga aylanishi mumkin.

1.2. Yoshlardagi xissiy emosional xolatlar to'g'risida

Hozirgi davrda o'smirlarni tarbiyalashning o'ziga xos hususiyatlari, qonuniyatlari, imkoniyatlari, xatti –harakat motivlarining ifodalanishi va vujudga kelishining murakkab mexanizmlari mavjud. Shuni alohida ta'kidlash kerakki o'smirlarni tarbiyalashda ularning hususiyatlarini to'la hisobga olgan holda ta'limiy –tarbiyaviy tadbirlarni qo'llash shaxslararo munosabatda anglashilmaovchilikni vujudga keltirmaydi, sinf jamg'armasi o'rtasida iliq psixologik, iqlimni yoradi.

Turg'unlik yillaridagi so'z bilan ishning nomushvofiqligi, ahloq tarbiyasidagi qo'pol xatolar o'smirlarning ruhiy dunyosiga salbiy ta'sir ko'rsatdi. Insonning ruhiy dunyosini tubdan qayta qurish, tarbiyani insonparvarlashtirish harakati boshlangan hozirgi kunda o'smirlar taqdiri masalasi ham g'oyat jiddiy tus oldi. O'smirlik davri taqlidchanligi, muhim nuqtai –nazarning shakllanmaganligi, hissiyotligi, mardligi, tantiligi bilan farqlanadi. Shuning uchun tashqi ta'sirlarga beriluvchan o'smir o'qil –qizlarga alohida e'tibor berish zarur.

O'smirlar muomasi e'tiborini kuchaytirish zarurligining asosiy sabablari:

- 1) fan va texnika rivojlanishi natijasida madaniyat, san'at va adabiyot ijtimoiy –iqtisodiy shart –sharoitlarning o'zgarayotgani;
- 2) Ommaviy axborot ko'lamining kengayishi tufayli o'smirlar ongliligi darajasining ko'tarilgani;
- 3) Og'il va qizlarning dunyo voqyealaridan, tabiat va jamiyat qonunlaridan, tarixdan yetarli darajada xabardorligi;
- 4) Ularning jismoniy va aqliy kamoloti jadallashgani;
- 5) O'smirlar bilan ishlashda g'oyaviy –siyosiy, vatanparvarlik, boynalminal tarbiyaga alohida yondashish zarurligi;
- 6) Oshkoralik, ijtimoiy adolat, demokratiya muomaalarining ijtimoiy hayotga chuqur kirib borayotgani;

- 7) O'quvchilar uchun mustaqil bilim olish, ijobiy fikr yuritish, o'zini –o'zi boshqarish, anglash, baholash va nazorat qilishga keng imkoniyat yaratilgani.

O'smirlik yoshidagi bolalikdan kattalik holatiga kuchish jarayoni sodir bo'ladi. O'smirda psixik jarayonlar keskin o'zgarishi bilan aqliy faoliyatida ham buzilishlar seziladi. Shuning uchun shaxslararo munosabatda talaba bilan o'qituvchining muloqotida, munosabatida, kattalar o'smirlarning muomalasida qat'iy o'zgarishlar vujudga keladi. Bu o'zgarishlar jarayonida qinchiliklar tug'iladi. Bular avvalo ta'lim jarayonida ro'y beradi. Yangi axborot, ma'lumotlarni bayon qilish shakli, uslubi va usullari o'smirni qoniqtirmay qo'yadi. O'qituvchining yangi mavzuni batafsil tushuntirishi, darslar ma'ruza shaklida olib borilishi talabalarni zeriktiradi, ularda o'qishga laqaydlik tug'iladi. Ilgari o'quv materialini ma'nosiga tushunmay yodlab olishga odatlangan o'smir endi zarur o'rinlarni muntiqiy xotira va tafakkurga suyangan holda o'zlashtirishga harakat qiladi, o'zlashtirilgan bilimlarni talab qilganda o'quvchi bilan o'qituvchi o'rtasida anglashilmovchilik paydo bo'ladi, talaba unga qarshilikko'rsatadi. Odobli, dilkash, o'smir kutalmaganda qaysar, intizomsiz, qo'pol serzarda bo'lib qoladi. Kattalarning yo'l –yo'riqlariga, talablariga mulozimlik bilan javob qaytarib yurgan o'smir ularga tanqidiy munosabatda bo'ladi. Uning fikricha, kattalarning talablari, ko'rsatmalari mantiqan ixcham, dalillarga asoslangan, yetarli obyektiv va subyektiv omillarga ega bo'lishi kerak. O'smirda shaxsiy nuqtai –nazarning vujudga kelishi sababi u kattalarning, o'qituvchining qayg'urishi, kiyishiga qaramay, o'zining fikrini o'tkazishga harakat qiladi. O'z qadr –qimmatini haqida tassavuri, narsa va hodisalarga munosabati oqilonalikdan uzoqlasha boshlaydi, u ayrim ma'lumotlarni tushuntirib berishni yoqtirmaydigan bo'lib qoladi. Serdalik kundalik xatti –harakatlarning ajralmas qismiga aylanadi. O'smir xulqidagi bunday o'zgarishlar tajribasiz o'qituvchi yoki ota –onasi qattiq tashvishga soladi,

asabiylashtiradi va ularning o'quvchiga munosabatini o'zgartiradi. Natijada kelishmovchiliklar, anglashilmovchiliklar kelib chiqadi.

Ayrim pedagoglar o'smirlik davrining inqirozi to'g'risida kuyinib gapiradilar, ba'zi millatlarning tanqid qiladilar va ularning ijtimoiy psixologik ildizini topishga intiladilar. Aslida esa o'smirlarda yondashishda metodologik kamchilikka yo'l qo'yadilar. Mazkur illatlarning oldini olish chora va tadbirlari tizimini ishlab chiqa olmaydilar. Bu masalaga to'g'ri yondashish ayrim ilmiy tadqiqotlarda asoslab berilgan va o'smirlik davri inqirozi haqida mulohaza yuritishdan ko'ra, kattalar bilan o'smirlar muommalasining inqirozi haqida gapirish to'g'riroq bo'ladi, deya xulosa chiqarilgan.

Xush, o'smir psixik o'sishini harakatga keltiruvchi kuch nima? O'smirning psixik o'sishini harakatga keltiruvchi kuch uning faoliyatini vujudga keltirgan yangi ehtiyojlar bilan ularni qandirish imkoniyatlari o'rtasidagi qarama – qarshiliklar tizimining namoyon bo'lishidir. Manashu dialektik qarama-qarshiliklar tizimining ortib borayotgan jismoniy, aqliy hamda ahloqiy imkoniyatlar bilan barqarorlashgan, stereotipga aylangan tashqi olamni aks ettirishning shakllari o'rtasida sodir bo'ladi. Vujudga kelgan ziddiyatlar va qarama – qarshiliklarni psixologik kamoltni ta'mirlash faoliyat turlarini murakkablashtirish orqali o'smir shaxsida yangi psixologik fazilatlarni tarkib topitirish bilan asta – sekin yoqotish mumkin. Bu davr insonning kamoloti yuqoriroq bosqichiga ko'tirilishi bilan yakunlanadi. Kamol topish umumlashtirish, hukm va xulosa chiqarish, mavhumlashtirish, obyektlar o'rtasidagi ichki munosabatlarni o'rnatish, muhim qonun, qonuniyat, xossa, xususiyat, barqaror, diqqat, mexanizm va tushunchalarni anglash, ongli motiv va mantiqiy eslab qolishni talab qiladi. Bularning barchasi fanlarga doir bilimlar tizimini vujudga keltiradi, amaliy ko'nikmalarni shakllantiradi, o'zini –o'zi nazorat qilish, baholash, anglash singari hususiyatlarni tarkib toptiradi.

Maktab va bilim yurtida oilada mustaqil faoliyatga keng imkoniyatlar bo'lsa, o'quvchi muayyan vazifa va topshiriqlarni bajara boshlaydi. Natijada o'smirning ijtimoiy mavqeyi ortib, faoliyati takomillashib, psixikasi har tomonlama rivojlanib boradi. Hozirgi o'smirlar o'tmishdoshlariga nisbatan jismoniy, aqliy va siyosiy jihatdan birmuncha ustunlikka ega. Ularda jinsiy yetilish, ijtimoiylashuv jarayoni psixik o'sish oldinroq namoyon bo'lmoqda. Shu sababli bizda bizda o'g'il va qizlarni 10 -11 yoshdan, 14 -15 yoshgacha o'smirlik yoshi deb hisoblanadi.

Venalik psixolog Z.Freyd va uning shogirdlari o'smirlik davrini baholashda insonga azaldan berilgan qandaydir ilk moyl nishonasi sifatida vujudga keladigan o'z mavqeyini eng muhim belgilashda ingliz intilishni eng muhim asos deb hisoblaydilar. Bu intilish guyoki, xudbinlik, boshqa kishilarni mensimaslik, paydo bo'lishiga atrof –muhit bilan kelisha olmaslikka, hatto nizolarga olib kelar, ongsizlik ehtiyojlari va mayllari shaxsning faolligini belgilar emish, sovet psixologlari Z.Freyd nazariyasini mutloqo asosligini ta'kidlab, o'smirda imkoniyat bilan talabchanlik o'rtasidagi kelishmovchilik o'zini ko'rsatishga moyillik va o'z ichki dunyosiga qiziqishining namyon bo'lishi bilan harakatlanishini asoslab berdilar.

Ayrim psixologlar biogenetik o'sishning biologik omillariga, ya'ni jinsiy yetilishga alohida ahamiyat beradilar. Ularning fikricha, o'smirning psixik jihatdan inqirozga yetaklovchi, hayojonga soluvchi sub'tekiv ichki kechinmalari o'g'il va qizlarni tanholik psixologiyasiga tortar emish, o'smir uchun harakterli narozilik, tajavuzkorlik kabi illatlar jinsiy yetilishning mahsuli yangi tuyg'ular, mayllar kechinmalar o'smir xatti –harakatida hukmron bo'lib, uning xulq –atvorini boshqaradi deb tshuntirilmoqda o'smirlikning psixologik qiyofasi, holati, imkoniyati yagona sof biologik omilga bog'liq emasligi hammaga ayondir.

Amerikalik psixolog R.Kulen o'smirlik davri haqidagi biogenitik nazariyani qattiq tanqid qilib, o'smirlik davri ijtimoiy, ahloqiy kategoriyadir, dekan g'oyani

ilgari suradi. Ammo noto'g'ri nutqi nazardan o'smirlikning biologik va psixologik kategoriyadan tashqari, deb hisoblaydi. R.Kulenning fikricha, o'smirlik davrida uchta asosiy ijtimoiy, ahloqiy tamoyil mavjud bo'lib, ular emonsiposiya (kattalar ta'siridan qutilish) va mustaqillikka erishish, hayot yo'li va kasb hunar tanlashga jiddiy munosabatda bo'lish, zarur ijtimoiy –ahloqiy normalarni o'zlashtirishdan iboratdir. Uning fikricha, bola yuqoridagi muommalarga e'tibor bermas ekan, o'smirlik davri qancha bo'lishidan qat'iy davri qancha bo'lishidan qat'iy nazar u bolaligicha qolaveradi.

R.kulen o'z nazariyasida biologik omillarni ham, o'smirlik davridagi o'sishni psixologik hususiyatlarini ham, o'smirlik davridagi o'sishning psixologik hususiyatlarini ham hisobga olmaydi, aksincha, ularni batamom inkor qiladi.

Psixologlarning fikricha, o'smirlarga real ijtimoiy turmush shart –sharoitlari va shaxs faoliyatining mahsuli deb qarash mumkin emas, chunki o'sishning biologik va psixologik qonuniyatlarini inkor qilishga haqqimiz yo'q. Shuningdek, o'smir davrining muayyan hech o'zgarmas hususiyati va harakterstikasi mavjud emas. O'smirlar o'rtasidagi o'ziga xos tipologik farqlarni ijtimoiy omillarni ta'siri bilan, ta'lim va tarbiya sharoitlarining hususiyatlari bilan izlash mumkin.

O'smirlik insonning balog'atga yetish davri bo'lib, o'ziga xos hususiyatga egaligi ilan kamolotning boshqa pog'onalaridan keskin farqlanadi. O'smirda ro'y beradigan biologik o'zgarishlar natijasida uning psixik dunyosida tub burilish nuqtasi vujudga keladi. Balog'at davriga 11 -12 -15 yoshli o'g'il va qiz bolalar kiradilar. Kamolotning mazkur pallasida jismoniy o'sish va jinsiy yetilish amalga oshadi.

O'smir o'g'il –qizlarning shaxsini kamol topishida o'zini anglash muhim ahamiyatga ega. Chunki o'zini anglash jarayonida o'ziga baho berish mayli va istagi o'zini boshqa shaxslar bilan taqqoslash, o'ziga bino qo'yish ehtiyoji paydo

bo'ladi. Bular o'smirning psixik dunyosiga, aqliy faoliyatiga, tevarak –atvorga munosabatining shakllanishiga ham ta'sir qiladi.

O'smirlarda o'zini anglashning rivojlanishi shaxsiy xulq –atvorini tushunishdan boshlanib, ahloqiy fazilatni harakterini, aqliy imkoniyat va qobiliyatini bilish bilan yakunlanadi.

O'smirlarda o'zini anglash yangi bosqichga ko'tarilgach ular o'ziga xos ahloqiy na'munani tanlaydilar. O'quvchi o'ziga –namuna bo'lgan shaxsning hulq –atvori bilan o'zining hatti –harakatini solishtiradi va o'zining ijobiy yoki salbiy jihatlarini anglab yetadi.natijada unda o'zini –o'zi tarbiyalashga bog'liq yana bir muhim hislat vujudga keladi. O'smir o'zini –o'zi tarbiyalashda bog'liq yana bir muhim hislat vujudga keladi. O'smir o'zini –o'zi tarbiyalashda o'smir kitob qahramonlaridan, kinofilm ishtirokchilaridan o'rnak olib, goho ularni taqlid qilib, butun iroda kuchi va harakter hislatlarini ishga solib, har xil hususiyatlarni egallashga intiladilar va bu yo'lda uchraydigan to'siq hamda qiyinchiliklarni yengadi.

O'smirlik yoshida psixologik jihatdan eng muhim hislat voyaga yetishi yoki kattalik hissining paydo bo'lishi alohida ahamiyatga ega. Kattalik hissi ijtimoiy ahloqiy sohada, aqliy faoliyatda, qiziqishida, munosabatda, ko'ngil ochish jarayonida, xulq –atvorning tashqi shakllarida o'z ifodasini topadi. O'smir o'z kuchi va quvvati chidamliligi ortayotganini, bilim saviyasi kengayotganini, anglay boshlaydi. Bularning barchasi unda kattalik hissini rivojlantiradi. Unda g'ashga tegadigan rahbarlikdan, o'rinsiz moyillikdan, ortiqcha nazoratdan, zeriktiradigan g'amxo'rlikdan holi bo'lish istagida vujudga keladi. Mazkur jarayon o'z navbatida kattalar bilan munosabat va muloqotda noxush kechinmalarni paydo qiladi. Sinf jamoasi va oila a'zolari o'rtasidagi munosabatlarni o'zgartirishgina kattalar bilan o'smirlar orasidagi “anglashilmovchilik”ni yyoqotadi.

O'smirlar bilan munosabatda ularning mustaqilligi, faolligi, tajabbuskorligi, o'zini boshqarishini hisobga olib, ortiqcha homiylik, g'amxo'rlik qilmaslik ijobiy samaralar beradi.

O'smirlik davri, hususiyatlarini tadqiq qilgan, D.B.E'lkoning va T.V.Dragunovning ta'kidlashicha, o'g'il va qizlarning bu yoshdagi o'rtoqlari bilan munosabatga intilishi, tengdolari jamoasining hayotiga qiziqishi yorqin namoyon bo'ladi.

O'smirlarning o'rtoqlik va do'stlik tuyg'ulari o'zaro munosabatlarni o'rgangan I.V.Straxov ularning o'zaro munosabatlarini uchta shaklga: ulfatchilik, o'rtoqlik va do'stlikka bo'ladi. Har bir yuksak tuyg'uni psixologik jihatdan ta'riflab, ularning rivojlanishini bayon qiladi, yuksak, insoniy tuyg'ularning shakllanishi sur'ati, barqarorligi o'yil bolalar bilan qizlarda birmuncha farqlanishini ta'kidlaydi.

V.A.Kruteskiy va N.S.Lukinning fikricha: haqiqiy o'rtoqlik va chinakam, do'stlik –mardonavor o'rtoqlik va talabchan do'stlikdir. Bunday o'rtoqlik va do'stlik amaliy yordamini va o'rtog'ining hatolarini to'g'ri, samimiy va ochiq tanqid qilishni taqozo etadi.

O'smirlik sinf jamoasi hayotida faol qatnashish uchun intilish g'oyat katta ahamiyatga ega sinf jamoasi a'zolarining o'zaro yordam, birdamlik, hamdortlik, bo'ysinish odati, shaxsiy hayotda hamda ijtimoiy qiziqishlari rivojlanadi.

O'spirinlik yoshi davriga 15-18 yoshlardagi (9 – 11 sinf o'quvchilari) kiradilar. Bu davrda o'quvchi jismonan boquvvat, o'qishni tugatgach, mustaqil mehnat qila oladigan, oliy maktabda o'zini sinab ko'radigan imkoniyatga ega bo'ladi. Ma'naviy jihatdan yetuklikka erishadi. O'spirin 16 –yoshida mamlakat fuqorasi, 18 –yoshida esa saylash hamda saylanish huquqiga ega bo'ladi. Bularning barchasi o'spiringa fuqora sifatida ijtimoiy jihatdan voyaga yetishi,

hayotda o'z o'rnini topishi, o'z taqdirini o'zi hal qilishi va yetuk shaxslarni yaratadi.

O'spirinning shaxsi ijtimoiy hayotda, maktab jamoasida, tengqurlari bilan munosabatlarda egallagan yangicha mavqeyi ta'sirida, o'qish va turmush harakatidagi o'zgarishlar ta'sirida tarkib topa boshlaydi.

Mazkur davrning yana bir xususiyati –mehnat bilan ta'lim faoliyatining bir xil ahamiyat kasb etishidan iboratdir. Mavjud shart –sharoitlar ta'siri ostida o'spirinning aqliy va ahlrqiy jihatdan o'sishida o'ziga xos o'zgarishlar, yangi hislat va fahilatlarni namoyon qiladi. Yuqori sinf o'quvchilari ijtimoiy hayotdagi dolzarb vazifalarni hal qilishda faol ishtirok eta boshlaydilar. Ijtimoiy hayotda faol qatnashish, Yu ta'lim karakterining o'zgarishi yigit va qizlarda ilmiy dunyoqarashiga yuksak insoniy his –tuyg'uning vujudga kelishiga, bilimni o'zlashtirishga ijodiy yondashish kuchayishiga olib keladi.

Hayotda o'z o'rnini topishga intilish kasb hunar egallash, ixtisoslikni tanlash, istiqbol rejasini tuzish, kelajakka ijodiy munosabatda bilishni keltirib chiqaradi. Biroq bu davr kuch –g'ayrat, shijoat, qahramonlik ko'rsatishga o'rinish, jamoat, jamiyat va tabiat hodisalariga romantik munosabatda bo'lish bilan boshqa yosh davrlaridan kechkin farqlanadi. Ayniqsa turmush va o'qish faoliyatlarining yangicha shart –sharoitlari sinf jamoasidagi o'zgacha vaziyat, o'spirinlarda maktabda egallagan yuqori mavqeyi, jamoatchilik ishlarida tajriba orttirishlari ular oldidagi yuksak talab hamda ma'suliyatni yuklaydi. Bu davrda yuqori sinf o'quvchilari maktab muhitida tashkilotchilik, rahbarlik tarbiyachilik, tashviqotchilik vazifalarni o'tay boshlaydilar. O'spirinning psixi rivojlanishini vujudga keltiruvchi kuch jamoat tashkilotlari, maktab jamoasi, ta'lim jarayoniga qo'yadigan talablar darajasining oshishi bilan u erishgan psixik kamolot o'rtasidagi ziddiyatdan iboratdir. Turli qarama –qarshililar, ziddiyatlar, o'spirinning ahloqiy, aqliy, nafosat jihatdan tez o'sishi orqali baratarf qilinadi.

O'spirinning yoshidagi o'zgarishlar maktab, oila, shaxslararo munosabatlardagi mavqeyini yanada mustahkamlashning muhim omili hisoblanadi. Lekin yetakchi omil yuqori sinf o'quvchisi faoliyatining hususiyati, mohiyati va mazmunidagi tub burilishdir.

O'spirinlarda avvalo o'zini anglashdagi siljish yaqqol ko'zga tashlanadi. Bu hol shunchaki o'sishni bildirmaydi, balki sho' shaxsiyatining ma'naviy – psixologik fazilatlarini anglashni, oqilona baholashni aks ettiradi. O'spirinda o'zining ruhiy dunyosini, shaxsiy fazilatlarini, aql –zakovatini, qobiliyati hamda imkoniyatini aniqlashga intilish kuchayadi. O'z xulq –atvorini jilovlash, his – tuyg'ulari hamda ichki kechinmalarini tushunish ishtiyoqi vujudga kela boshlaydi.

O'spirindagi o'zini anglash, turmush, o'qish, mehnat va sport faoliyatlari taqozasi bilan namoyon bo'ladi. Maktabdagi odatlanilmagan vaziyatning shaxslararo munosabat va muloqot ko'lamining kengayishi o'zining aqliy – ahloqiy, irodaviy his –tuyg'ularning hususiyatlarini oqilona baholash, qo'yilayotgan talablarga javob berish tariqasida yondashish o'zini anglashni jadallashtiradi.

O'spirinlarning yana bir muhim hislati ularda yuksak darajadagi do'stlik, o'rtoqlik, ulfatchilik, muhabbatning vujudga kelishidir. Shu his –tuyg'ular yigit va qizlarning ma'naviyati va psixologiyasida qanday tus olishiga qarab, tarbiyaviy chora –tadbirlarni amalga oshirish yaxshi natija beradi. Sinfdagi hamkorlik faoliyatiga o'zaro yordam hamjihatlik intilish va manfaatlar birligiga asoslangan o'rtoqlik munosabatlari vujudga keladi. O'rtoqlik munosabatlarining yuksak cho'qisi do'stlik hissida namoyon bo'ladi. Do'stlik hissi o'rtog'iga mehribonligida u bilan uchrashish va suhbatlashish, o'z fikr va hissiyotlari bilan o'rtoqlashishda ko'rinadi. Haqiqiy do'stlik hissi o'zaro talabchanlik bilan bog'liq bo'lib, hattolarni birgalikda tuzatishda o'z ifodasini topadi. Yigit bilan qiz o'rtasidagi muhabbat tuyg'usi vujudga kela boshlaydi. Muhabbat tuyg'usi vujudga kela boshlaydi.

Muhabbatning quvonchli lahzalari, iztirobli kechinmalari ikkala yoshning ruhiyatini egallaydi va tabora chuqurlashib boradi. Ular uchun dastlabki hayot sinovi vazifasi bo'ladi. Mazkur his –tuyg'ular o'spirinlarning o'zaro yaqinligi, hayotga qarashlari, qiziqishlari, didlari va ezgu niyatlarining umumiyligi hamda butun umrga ehlilik, ittifoqlik umidini bag'ishlagan shodlik bilan harakterlanadi.

O'spirin o'quvchilarda tabiat, san'at, adabiyot, madaniyat, ijtimoiy, hayot go'zalliklarini payqay, idrok qilish, sevish, ulardan ta'sirlanish, ma'naviy oziq olish hislatlari paydo bo'ladi. Ularning psixologiyasida mayin sado, yuqimli nido, qolbni to'lqinlashtiradigan musiqa, nozik his –tuyg'u, ezgulik hislarini, moyillari kuchayadi.

O'spirinlik yoshida inson uchun eng muhim hissiyot sevgi vujudga keladi. U o'rtoqlik, do'stlik tuyg'ulari zahirida paydo bo'ladi. Sevgi katta maktab yoshidagi o'quvchilarning hissiy dunyosida mutloqo yangi hayot bo'lib, u o'smirlarning shunday ichki kechinmalaridan tubdan farq qiladi. Ma'lumki, o'smirlarda ham mehr –muhabbat tuyg'usi ishqibozlik, ko'ngil qo'yish, qo'msash ko'rinishlarida aks etadi. Lekin o'spirinning sevgisi chuqur, otashin, haqiqiy bo'ladi. Mana shu yoshdagi o'g'il –qizlar sevgisi o'zining sofliqi, beg'uborliqi ma'sumliqi, iboliligi, shirin kechinmaga boyligi bilan ajralib turadi. O'spirinlik davrida vujudga keladigan his –tuyg'ularni to'g'ri idora etish, yigit va qizlarga sevgi munosabatlarining naqadar nazikligini, bo'lajak oilaning baxti haqida tushunchalarni to'g'ri anglatish yaxshi natija beradi. Yigit va qizlarning ma'naviy olamida uchraydigan ayrim ziddiyatlarni bartaraf etishda, ularni kelajakda oilaning taqdiriga yuzaki munosabatda bo'lmaslikka o'rgatishda va oila qurishga tayyorlashda jinsiy tarbiya muhim ahamiyatga molikdir.

Erkak va ayollarning teng huquqligi bir –biriga sodiqligi va hakovolarni yoshlar ongiga singdirish zarurdir. Buning uchun o'qituvchi o'zbek milliy turmush tarzidan aniq masallar keltirishi lozim. Chunonchi, xotin –qizlarga past nazar bilan

qarash huqudagi notenglik hollarini yoshlarning ko'z oldidagi keltirish, ularni o'ziga o't qo'yishi, sirka ichish, o'zini –o'zi osgan ayollarning ayanchli ahvolidan xabardor qilish kerak. O'spirin yigit va qizlar, erkak va ayollarning munosabatlarini yotig'i bilan tushuntirish ota –ona shifokor, sinf rahbari va o'qituvchilarning muhim vazifalaridir.

Maktabgacha o'spirinlarga o'zlaridagi jismoniy, fiziologik va psixik o'zgarishlar, yigit va qizlarning o'zaro munosabatlari shakllanishi, sevgi, oilaviy turmush, uning maqsadi va ijtimoiy, gigiyenik, masalalari to'g'risida maxsus bilimlar berish lozim. Tarbiyaviy soatlar, shifokor bilan suhbat, oila a'zolarining maslahatlari kabi tadbirlarga jiddiy e'tibor berish kerak.

Ota –onalar va o'qituvchilar shspirin yigit va qizoarga sevgining ikki turi shaxvoniy tug'y zaminida vujudga keladigan beqaror sevgi va chinakam do'stlik, insoniy munosabatiga sazovor bo'lishni orzulaydilar. Ba'zan qizlarda esa beqaror hislar yuzaga kelishi mumkin.

O'spirinlarni turmush qurishga tayyorlashda maktab, bilan oilaning hamkorligi muvaffaqiyat qarovini hisoblanadi. Ro'y berishi mumkin bo'lgan ruhiy, jismoniy iztiroblarning obdini olish juda murakkabdir.

2.BOB. YOSHLARDA XISSIY EMOSIONAL XOLATLARNI NAMOYON BO'LISHNING PSIXOLOGIK ASOSLARI BO'LISHNING AMALIY TADBIG'I

2.1. Yoshlarda atraksiya, sevgi –muhabbat to'g'risida

O'spirinlik va o'smirlik davrlari nafaqat kasbiy tanlov va kasb egallash uchun maqbul davr bo'lmay, bu davr yoshlarning o'zligini anglash, o'z qadr – qimmatini bilish va boshqalarga nisbatan munosabatda bo'lish tajribani egallash davri hamdir.

O'smir ham o'spirin ham qancha ichki ruhiy, iztirob, qarama –qarshilik, ma'suliyat onlarini boshidan kechirmasin, uning emosional olami atrof –muhitda ro'y berayotgan hodisalarni angida aks ettirishi katta o'rin tutadi. Aynan o'smirlik davri bola qalbidan kim bilandir sirlashish, kimnidir o'ziga eng yaqin kishi sifatida tan olish, uni ruhiyatida kechayotgan barcha o'zgarishlardan voqif etish istagi va ehtiyojlarini uyg'otadi.

Birinchi marta “do'stlik”, “muhabbat”, “sevgi” tushunchalari ham aynan shu davrda paydo bo'ladi. Shuning uchun ham yetuklik va keksalik davridagi kishilar ham o'smirlik va o'spirinlik yillarini eng beg'ubor, jozibali yoki yoqimli sifatida xotirlaydilar.

Bu taraqqiyot davri attraksiya davr deb atalmish hissiyotning paydo bo'lishi uchun eng maqbul davrdir attraksiya (lotincha – yoqtirish, o'ziga jalb etish) bu bir insonning boshqa bir insonga ijobiy munosabati asosida yoqishi yoki yoqtirishi o'zaro moyillikni tushuntiruvchi emosional hisdir. Bu bir odamda boshqa bir odamga nisbatan shakllanadigan ijtimoiy ustanovkaning bir ko'rinishi bo'lib, simpatiya –yoqtirishdan tortib, to sevgi –muhabbat kabi chuqur emosional bog'liqlik ham shu his asosida paydo bo'ladi. Ijtimoiy psixologiyada ushbu hissiyotning asl sabablari ijtimoiy motivlar sheriklarning bevosita bitta makon va

zamonda ekanliklari, ularning tez –tez uchrashib turishlari uchrashuvlar tezligi, suhbatdoshlar o'rtasidagi masofa, hissiyotning tarbiyalanganligi kabi omillar ta'sirida paydo bo'lishi, uning kuchi kechish mexanizmlari o'rganiladi. Tadqiqotlar bu kabi emosional munosabatlar aynan bolalar yoshi arafasida rivojlanishi isbot qilingan. Shunisi ahamiyatliki, attraksiyaning namoyon bo'lishi, uning kuchi va mazmuni o'smir yoshning shaxs sifatida o'zini idrok qilishi va o'zgalarga nisbatan munosabatilarda toqatliroq bo'lishiga bevosita ta'sir ko'rsatar ekan. Shuning uchun ham shu davrda o'smir va o'spirinni atrofida u yoqtirgan va uni yoqtiradigan odamlarning bo'lishi juda katta tarbiyaviy ahamiyatga ega, uning aksi ruhiy azoblanishning sabablaridan hisoblanadi.

Do'stlik. O'smirlik va o'spirinlik yoshida paydo bo'ladigan barcha muommalarni yechish va u bilan o'rtoqlashish uchun bolaga do'st kerak. Psixolog tili bilan aytganda do'st –bu “alter ego”, ya'ni ikkinchi “men” bo'lib, u o'sha paytdagi, “Men”ning bir qismida idrok qilinadi. Bu shunday odamki, shaxs u bilan barcha dardu –hasratlarini muhokama qiladi, muommalarni uning oldiga tukib soladi. Do'stlikning boshqa intim, emosional hissiyotlaridan farqi shuki, u odatda bir jins vakillari shrtasida 2 –kishi ayrim hollarda 3-4 kishi bo'lishi mumkin.

Do'stlikning ham ko'zlangan maqsadlari bo'ladi: u amaliy, ish faoliyat bilan bog'liq, sof emosional (ya'ni muloqot ehtiyojlarini qondirish) rasional (intellektual muommalarni hal qilishga asoslangan) ahloqiy (o'zaro insoniy isifatlarni takomillashtirishga xizmat qiluvchi) bo'lishi mumkin. Do'stlikning asosiy shart – o'zaro bir –birini tushunish. Shu shart bo'lmasa, do'stlik haqida gap bo'lishi mumkin emas. Agar shunday tushunish bo'lsa, do'stlar gap –so'zsiz, ham qiliqlari, yuz ifodasi yurish turishiga qarab ham bir –birini tushunib olaveradilar.

Ikki jins vakillari o'rtasida ham do'stlik bo'lishi mumkin. Faqat u ko'pincha tanishuv bilan sevgi –muhabba o'rtasidagi orliqni to'ldirishga xizmat qiladi. Do'stlarga xos bo'lgan sifatlarga bir –biriga yaxshi g'amxo'rlik qilish, ishonch,

shaxsiy muomalarga befarq bo'lmaslik, qo'llab –quvvatlash, mehr kabilar kiradi. Ularning ardoqlanishi do'stlikning uzoq davom etishi va ikkala tomon manfaattiga mos ishlarni amalga oshirishga undaydi. Do'sti yo'q o'smir yoki o'spirin o'zini juda baxtsiz, nochor hisoblaydi. Ayniqsa, agar do'st xoinlik qilsa, uning kutishlariga zid ish qilsa, u holat juda qattiq ruhiy iztiroblarni keltirib chiqaradi. Shuning uchun ham har bir yosh o'z do'stini xafa qilib qo'ymaslik ko'ngilga qarab ish qilishga harakat qiladi. Agar ilk o'spirinlikda do'stlik mazmunan ancha yuzaki, bevosita muloqot maqsadlari asosida tashkil etilgan bo'lsa, yosh o'tgan sari u hayot mazmuni va yuksak qadriyatiga aylanib boradi.

Sevgi, agar do'stlik attraksiya namoyon bo'lishining birinchi ko'rinishi bo'lsa, sevgi qalblar yaqinlashuvining muhim alomatidir. Sevgi –bu nafaqat hissiyot, balki boshqalarni seva olish qobiliyati hamda sevimli bo'la olishdir. Shuning uchun ham o'smirlar va o'spirinlar uchun bu g'issiyotning borligi juda katta ahamiyatga egadir. Aynan o'smirlar va ilk o'spirinlikdagi sevgi beg'ubor, tiniq, samimiy bo'lib, yoshi o'tgan sari uning mazmuni boyib boshqa qadriyatlar ham o'rin egallay boshlaydi. To'g'ri, o'smir bilan o'spirin sevgisida ham sifat farqlari bor. Masalan, o'smirlar birroq sheriklarining tashqi qiyofalari, intellektual imkoniyatlari va ijtimoiy mavqeilariga e'tibor beradilar. Haqiqiy sevgi o'spirinlikni yillarning oxirlarida paydo bo'lib, uning asosiy mezonini endi tashqi belgi va afzalliklar emas, balki insoniy fazilatlar bo'lib, hizmat qiladi.

Sevgi –bu shunday tuyg'uki, u bir shaxsning ikkinchi shaxs ustidan mutloq o'spirinligini yoki afzalligini inkor etadi. Bunday hissiyot esa sevgi bo'la olmaydi. Shuning uchun ham o'spirinlik yoshidagi yigit va qizlar guruhda muloqot bo'lishini va bunda teng huquqli munosabatlar bo'lishini hohlaydilar. Bu talaba sevishganlar uchun ham qonun hisoblanadi. Do'stlikdan farqi, bu yerda turli ko'rinishlar yoki turlarni ajratish mumkin emas. Bu hissiyot shundayki, u tomonlarni faqat ahloqan va ma'naviy jihatdan yaqin bo'lishini taqozo etadi. Sevgan yurak ma'naviy

jihatdan manfaatli ishlarni qilishga qodir bo'ladi. To'g'ri, ko'pchilik ota –onalar o'quvchilik yillarida paydo bo'lgan sevgi hissidan biroz cho'chiydilar, uni cheklashga hatto qizlarga taqiqlashni ham afzal ko'radilar. Lekin aynan shu hisning borligi yoshlarni ulug'vorroq, samimiyroq, har nasaga qodir va kuchliroq qiladi. Sevgida “ishi yurishmaganlarning” esa boshqa sohalarda ham ishi yurishmaydi. Ular o'zlarini tushkun, baxtsiz, omadsiz hisoblanadilar.

Olimlar sevgining yoshlarda namoyon bo'lishi va uning psixologik tahlilini o'rganishgan. Ma'lum bo'lishcha, sevgining dastlabki bosqichi –o'zaro yoqtirib qolish simpatiya bo'lib, bunda asosan sevgi obyektining tashqi jozibasi rol o'ynaydi. Masalan, o'zbek xon atlasining chiroyli qilib tiktirib olgan qizchaning davrada paydo bo'lishi, tabiiy ko'pgina yigitlarning e'tiborini beixtiyor o'ziga tortadi. Ulardan ko'pchiligi birdaniga, bir vaqtning o'zida aynan shu qizchani “yoqtirib” qolishida. Lekin davradagi qaysi yigit unga ham ma'lum jihatlari bilan yoqib qolsa, o'zaro simpatiya shu ikki shaxs o'rtasida ro'y beradi. Vaqtlar o'tib, bu ikki yosh bir necha marta uchrashib tursa, oddiy yotirish sevgiga, jiddiyoq narsaga aylanishi mumkin. Shu narsa ma'lumki aynan bu qonuniyatni bilgani uchun ham ko'pchilik o'spirinlar birinchidan, davrlarda bo'lishni qolaversa, birovlariga yoqish uchun tashqi ko'rinishlariga, alohida e'tibor berishga harakat qiladilar. Yoqimtoy bo'lishga harakat qilsa –yu, birortaning e'tiborini o'ziga tortmasa o'spirin esa bu holatni juda chuqur g'ayg'u bilan boshidan kechiradi. Agar xuddi shunday narsa bir necha marta surunkalik takrorlansa, o'sha yosh davrlarga ham bormay, qo'yadigan, o'zi haqida yomon fikrlarga boraligan, faqat ayrim hollardagina hammani o'ziga “dushman” bilib, hafa boladigan bilib qoladi.

Eksperimental o'zlanishlarining ko'rsatishicha, sevishtanlik o'spirin yoshlarning shaxs sifatlariga bevosita ta'sir o'tkazib uni hatti –harakatlarida namoyon bo'ladi. Masalan, sevishtanlar boshqalardan farqi, ikki marta ziyod

o'zaro gaplashadilar, gaplari sira ado bo'lmas ekan. Bunday tashqari, bundaylar sakkiz marta ortiq bir –birlarining ko'zlariga qarab vaqt o'tkazisharkan.

Yana shu narsa aniqlandiki ,sevgi bilan bog'liq hissiyotlar har bir jins vakilida o'ziga xos xususiyatlarga ega. Masalan, o'spirin yoshlar qizlarga nisbatan romantizmga beriluvchan, tezginada yaxshi ko'rib qoladgan bo'lisharkan ularning tasavvuridagi sevgi ancha romantik, idrok ko'rinishga ega bo'ladi. Qizlar esa yigitlarga nisbatan sekinroq sevib qolishadi. Lekin sevgini unitish, undan voz kechish ularda osonroq kecharkan. Agar yigitlar bir ko'rishdayoq yoqtirib qolgan qizni sevib ham qolish ehtimoli yuqori bo'lsa (eksperimentlarda sevgi bilan simpatiyaning korreksion bog'liqligi kuchli) qizlarda bunday bog'liqlik ancha past ekan, ya'ni hamma yoqtirganlarni ham sevmas ekan, umuman simpatiyaning paydo bo'lishi ham biroz qiyin ekan.

Bundan tashqari o'spirinlik yillaridagi sevgi va muhabbat hissi nafaqat qarama –qarshi jins vakiliga qaratilgan bo'ladi, balki aynan shu davrda ota –onalar qadrlanishi va ularga nisbatan sevgi –muhabbat .yaqinlar aka –uka, opa –singil, hayotda ibrat bo'ladigan kishilarni yaxshi ko'rish, vatanni sevish kabi oliy hislar ham tarbiyalanadi. Shuning uchun ham haqiqiy yuksak muhabbat sohiblari bo'lmish yoshlarni tarbiyalash jamiyatda insoniy munosabatlarni barqarorlashtirish, odamlar o'rtasidagi samimiy munosabatlar o'rnatish va ma'naviyatni yuksaltirishga xizmat qiladi.

Ta'limning barcha bosqichida ma'naviy tarbiyaning ajralmas bo'lagi sifatida ana shunday samimiy munosabatlarni tarbiyalash, targ'ib etish, kerak bo'lsa, yoshlarga ana shunday sevgi va sadoqat haqidagi qadriyatlarimizni ongga singdirishimiz kerak. Sevgi va muhabbat hislari keng ma'noda –Vatanga, yurtga, xalqqa, borliqqa, kasbga, yaqin kishilarga qaratilgan bo'lishi kerak.

Agar shaxs kamol topayotgan oilada samimiy munosabatlarga muhiti mavjud bo'lsa, uning yaqinlari, tengqurlari, do'stlariga mehr –muhabbati doimo

qo'llab –quvvatlab turilsa, bu oddiy insoniy iliq hislar kelajakda yuksak hislarga – Vatanga, yurtga, muhabbat, do'stga sadoqat, ota –onaga mehr –saxovat, yaqinlarni e'zozlash, mulkka nisbatan tejamkorlik kabilarga aylanadi. Bularning mavjudligining muhim mezonlaridandir. O'spirin yigit va qizlarga erkak va ayol o'rtasidagi munosabatlar to'g'risida yotig'i bilan tushuntirish ota –ona, shifokor, sinf rahbari va o'qituvchilar jamoasining muqaddas murabbiylik burchi bo'lmog'i lozim. Mazkur muammoni hal etishda quyidagi vazifalarni amalga oshirish maqsadga muvofiqdir.

1. yigit bilan qizlar o'rtasidagi ahloqiy munosabatlarni to'g'ri shakllantirish
2. O'spirinlar o'zaro hurmat, beg'araz do'stlik, samimiy hamkorlik his – tuyg'ularini rivojlantirish.
3. Ahloqiy tarbiyaning tarbiy va ijtimoiy masalalari yigit va qizlarning rivojlanish hususiyatlari to'g'risida ularda ilmiy tushunchalar va haqqoniy tasavvurlar hosil qilish.
4. Yigit va qizlarni jismoniy baquvvat, sog'lom, madaniyatli, qilib o'stirish, totuv, oila qurishga tayyorlash.

Umimiy biologiya darslarida genlar haqida, inson zotining o'sish huquqiyatlari yuzasidan ma'lumot berish, insonning dunyoga kelish imkoniyatlari yuzasidan tushuncha hosil qilish adabiyot va tarix darslarida o'zaro samimiy munosabat, sevgi, hurmat, fidokorlik, do'stlik to'g'risida baxs yuritilishi, hamda o'spirin yoshlarni turmush qurishga tayyorlashga yordam beradi. O'qituvchi ana shu tushunchalarni rivojlantirib, qizlar uchun yumishlari, kir yuvish, turli xil ovqatlar tayyorlash texnologiyalarini o'rgatish, mol boqish, non yopish, sigir sog'ish, hovli supirish, suv sepish, uy ko'tarish, tozalash madaniyatini o'rganishni tavsiya etadi oila a'zolari orasida ayorlik, ikkiyuzlamachilik, injiqlik, o'jarlik singari salbiy xulq –atvorning uchramasligi, katta yoshdagilarning shaxsiy namuna ko'rsatishlari tug'ilib kelayotgan xudbinlik xafiga kechkin zarba beradi.

Oiladagi sog'lom muhit asosidagi odamiylik, insonparvarlik munosabatlari, farzandning ruhiy dunyosiga ijobiy ta'sir etadi. O'spirinlar kattalarning yurish – turishiga taqlid qilish orqali muhim umuminsoniy hislatlarni o'zlariga singdirib boradilar.

Katta yoshdagilarning oilada saxiyligi, bir –biriga g'amxo'rliqi yoshlarni oila qurishga tayyorlashda muhim ahamiyat kasb etadi. Kattalarning qoni –qo'shni va qarindosh –urug'lar bilan iliq munosabati, ularning qayg'usiga malham, quvonchiga sherik bo'la olishlari, yigit –qizlarda ko'pchilik manfaatini anglash, hayotning og'ir va yengilini tushunish hissini vujudga keltiradi.

Oilada farzandlarga adolatli tarzda birday qarash, ulardan ayrimlariga imtiyoz bermaslik zarur. Shuningdek, yolg'iz farzand deb talab va ehtiyojlarini qondiraverish ham o'rinli emas. Yaxshisi bunday farzandlarga oila byudjeti to'g'risidagi maxsus ma'lumotlarni yetkazish maqsadga muvofiqdir.

Farzandlarda ijtimoiy ongning o'sishi, ularni ko'pchilik manfaatini ko'zlab ish intilga o'rgatish xudbinlik illatini yoqotishga olib keladi. Ana shundagina turmush quvonchlari va tashvishlari yuzasidan oqilona tushunchalarga ega bo'lishi mumkin. Oilada olib borilgan tarbiyaviy ishlar maktabda mustahkamlanishi va rivojlantirilishi, o'spirinlar ongiga turmush masalasiga ilmiy nuqtai –nazardan qarashga singdirish lozim. Yigit va qiz o'rtasidagi munosabat anchagina murakkab bo'lib asta –sekin shakllanadi, uning normal rivojlanishi ko'p jihatdan sinf rahbari faoliyatiga bog'liq. U ishini shunday tashkil qilish kerakki, yigit va qizlar bir –biriga nisbatan do'stlik munosabatlarini a'lo, o'qish, namunali xulq, jamoat ishlarida faol qatnashish bilan birga qo'shib olib borsinlar. O'spirinni shunday vaziyatga qo'yish kerakki, u og'ir ishni bajarishda qizlarga yordam bersin, qizlar esa o'spirinning yordamini munosib baholashni, ularga mehribonlik tuyg'usini nomoyon qiladigan bo'lib tarbiyalansinlar.

Maktabda o'qish davrida har ikkala jinsdagi o'quvchilar bir –biri bilan do'stona munosabatda bo'lishlari, o'zaro yordam bermoqlari, bir –birini hurmat qilmoqlari shart. Lekin ularning o'rtasida muqaddas, hech buzilmaydigan pardo, chaqara bo'lishi lozim. Yigitni burchi qizni avaylash, uning sharmu –xayosini paymol qilmaslik, taqdiriga yuzaki qaramaslik, qiz esa o'z navbatida ayatchan, sharm –xayoli, andishali, kamtar, qizlarga xos mag'rur, nazoratli bo'lishi darkor. Qizlar or-nomusini paymol qiladigan hatti –harakatlar va hirsga barham berish kelajakdagi baxti uchun zarur ekanligini har bir qiz bilib qo'yilishi kerak.

Yigit va qizlarni turmush qurishga tayyorlashda ular o'rtasida yuksak ahloqiy, munosabatlar shakllanishia, jamoa muhim rol o'ynaydi. Yoshlarda emosional munosabatlar to'g'risia tasavvur uyg'otish uchun sinfdan va maktabdan tashqari ishlarda, chunonchi, turmush muammolariga bag'ishlangan munozarava muhokamalar o'tkazishdan foydalanish mumkin.

1. Yigit bilan qiz o'rtasidagi chinakam do'stlik nimadan iborat?
2. Siz haqiqiy sevgini qanday tushunasiz?
3. Sizningcha baxt nimadan iborat?
4. Jamiyatimizda oila qanday rol o'ynaydi.
5. Oila qurishga tayyormisiz?

Bunday mazmunlarda munozara va savol –javob kechalari yigit –qizlar uchun alohida –alohida o'tkazilishi maqsadga muvofiqdir.

Yoshlik davri qisqa, yoshlik kelgusi turmush qurishga tayyorlanish davri, betuxtov va tinimsiz takomillashish, kelajakdagi baxt saodat uchun oldinga intilish davri ekanligini o'spirinlar bir lahza ham unitmasliklari kerak.

Ota o'g'lini mehnatsevar, mard, qo'rqmas, do'stlik qadriga yetadigan ayollarni hurmat va himoya qiladigan kishi qilib tarbiyalashi, ona esa qiziq ro'zg'or ishlarini, bo'lajak turmush o'rtog'iga nisbatan sadoqatli, xush muomala bo'lishga o'rgatmog'i lozim. Shuning bilan birga vaqtinchalik histuyg'ularga

berilmaslik va qizlik or –nomusini mustahkam, pok saqlagan insongina kelajakda baxtli bo'lishi kerakligini astoydil tushuntirish onaning asosiy vazifasi hisoblanadi.

O'spirinlarga oila qurish sirlari tushuncha berilganda baxtli, tinch – totuv yashash bir –biriga ishonish sadoqatli bo'lishni o'qtirish ayni muddadir.

2.2. Hissiy emosional xolatlar namoyon bo'lishi sabablari

Shaxsning butun o'y –fikrini va intilishlarini o'ziga tortib, oladigan hamda uning hissiy jihatlarini aniq –ravshan belgilaydigan ko'plab barqaror his –tuyg'ular (ehtiros tusini oladigan yoki olmaydigan) mavjud. Ular orasida. Ayniqsa yoshlik yoshida, sevgi –muhabbat tuyg'usi sezilarli o'rin egallaydi. U barqaror his –tuyg'u namunasi sifatida baholanishi mumkin. Muhabbat – insonga xos eng muhim barqaror his –tuyg'ulardan biridir “muhabbat” tushunchasi psixologiyada ikki xil ma'noda ishlatilali keng ma'nodagi (bir qancha tushunchalarning umumiy belgisi jins ma'nosi sifatidagi) muhabbat hissiy –ijobiy munosabatning obyektini boshqalarga qaraganda ajratib ko'rsatadigan hamda uni subyektning barqaror hayotiy ehtiyojlari va qiziqishlari markaziga qo'yadigan yuksak darajasi demakdir. Vatanga bo'lgan muhabbat, onaga, bolalarga, musiqaga va hokozolarga muhabbat ana shunday his –tuyg'udir.

Ana ancha torroq ma'nodagi (tur mu'nosi tushunchasidagi) muhabbat subyektning shaxvoniy ehtiyojlari bilan fiziologik jihatdan bog'liq bo'lgan hamda boshqa birovning hayoti va faoliyatida ham o'zidagi singari jadallikda, keskinlikka va barqarorlikka da'vat etadigan javob his –tuyg'usiga ehtiyoj uyg'otuvchi shaxsiy ahamiyatlilik hususiyatlarini yanada to'laroq gavdalantirishida ifodasini topadigan jadal, jiddiy va nsibatan barqaror his –tuyg'udir. G'oyat darajada sirli tusga ega bo'lgan muhabbat tuyg'usi vaziyatga qarab paydo bo'ladigan va o'zgaruvchan muloyimlik (o'ta noziklik, ado) shodlanish, umidsizlanish va shu kabi boshqa hissiyotlar bilan, ko'tarinki yoki mayasona kayfiyat bilan, ba'zan haddan ziyod quvonchga yoki g'am alam bilan birga sodir bo'ladi. Individning pirovard natijasida noslining davom ettishini ta'minlaydigan (shoxvoniy) ehtiyodi va individning to'laqonli tarzda persanajlashuvning ta'minlaydigan, ya'ni shaxsga boshqa ahamiyatliroq birovda (sevgili erkak yoki ayol kishida) davom ettirilishi ko'ngildagidek mujassamlashish uchun eng maqbul imkoniyat tug'diradigan oliy

his –tuyg’u tarzidagi sevgi –muhabbatning birligi amaldagi fikran birini ikkinchisidan ajratishga imkon bermaydi. Bu hol har -xil falsafiy va psixologik yo’nalishlar tomonidan ushbu manbaalardan birining mutloq darajaga ko’tarishga yo’l qo’yilishi sabablaridan biri bo’ldi. Muhabbat yoxud biologik asosdan, jinsiy istinktadan iborat deb hisoblanadi (muhabbatni “shoxvoniyat” sifatida talqin etish hozirgi g’arb psixologiyasidagi ko’pgina ta’minotlargina emas, balki umuman burjia madaniyatiga xos bo’lgan xususiyatdir, yoxud muhabbatning fiziologik jihati inkor etilib va kamsitilib hamda sof “manaviy his –tuyg’u sifatida talqin etilib kelindi) xristiyan dinida (“ruhiy”- ishq muhabbatning madh etilishi, bu his –tuyg’uning fiziologik jihatlariga namoyon bo’lishini, qandaydir tubanlik, ifsozlik, gunoh sifatida tasavvur qilinishi) holbuki, fiziologik ehtiyojlar erkak va ayol o’rtasidagi muhabbat tuyg’usining paydo bo’lishi va saqlanib turishi uchun shart –sharoit hisoblansa ham, lekin kishi shaxsida biologik jihat yo’qola borishi va o’rgangan holda, tarzda sosial jihatga aylangan holda yuzaga chiqishi munosabati bilan muhabbat o’zining nafis psixologik ta’siriga ko’ra ijtimoiy jihatdan taqozo etilgan his –tuyg’u hisoblanadi.

Sevgi muhabbat tuyg’usi ilk yoshlik yillarida o’ziga xos ahamiyat kasb etadi. Ayrim pedagoglarning bu tuyg’uga, agar u yuqori sinf o’quvchilarining o’zaro munosabatlariga kirib boradigan bo’lsa, ayniqsa xushyor tortib qolishlari hammaga ayon. O’z –o’zidan ravshanki, xuddi katta yoshdagi odamlardagi sevgi –muhabbat kabi yoshlik muhabbatining ham fiziologik negizida jinsiy ehtiyoj majmuidir. Lekin ilk yoshlik ekog’ida va ayniqsa o’spirinlik yoshdagi kishi uchun zarur bo’lgan ikkinchi darajali ahamiyatga ega bo’lgan jihatlaridan ko’pincha yiroq bo’ladi. Uning negizini tashkil etadigan ehtiyojlar, odatda yetarli darajada tabaqalashmaydi va anglab yetilmaydi, uni qondirish vositalari ongda yoshdagi biron –bir darajada aniq –ravshan aks etmaydi. Ba’zan katta yoshdagi kishilar –pedagoglar, ota -onalar, tanish –bilishlar sevishganlarning o’zaro munosabatlarini

kuzata borib, beixtiyor ularga o'zlarining jinsiy tajribalarini o'tkazishga urinadilar. Ammo lekin sevishganlar ko'pincha bekorga o'zgacha tarzda, boshqacha nuqtai nazardan yondashadilar deb o'ylaydilar va shuning uchun ham so'rab surishtirishlar va nasihatgo'ylardan birovlarini qovog'ini solgan boshqalari, kulimsiragan hollar. Obyektiv jihatdan olganda bu yoshdagi muhabbatning negizida jinsiy mayl yotadi, subyektiv jihatdan (yosh sevishganlar uchun) bu mayl ko'pincha ular hulq –atvorining butun karakteri bilan inkor etiladi. Bir xil pedagog shlar muhabbatini “taqiqlab” tanbeh berib va masxaralab, bir –birlarini sevib qolgan yosh yigit –qizlarning ishonchsizlik, suhbatlanish va masxaradan devori orqali kollektivdanyoshirinishlariga va pinhoni munosabat doirasida yonada mustahkamroq o'ralib qolishlariga erishadi. O'z –o'zidan ravshanki, maktabning yuqori sinflarida sevgi muhabbatni “taqiqlash” va ma'lum tartib qoidalarga bo'ysindirish uchun o'rinishlariga qarshi psixologik jihatdan o'rinli norozilik –sust, sabr –bardoshlik ko'rsatish emas, balki o'quvchi shaxsini yuksak ahloqiy ruhda tarbiyalash, uning ma'naviy dunyosi boyligini tarkib toptirish uchun zarur shart –sharoitlardir.

Sevgi –muhabbat shakllanish manbaalari va namoyon bo'lishi jihatdan ahloqiy hissiyotdir. Boshqacha aytganda, uning uyg'onishida shaxsning ahloqiy –estetik fazilatlari muhim rol o'ynaydi. Shuningdek. Sevgi kishilar orasidagi ahloqiy psixologik munosabatlarning, oliy shakli sifatida namoyon bo'ladi. Sevgi muhabbat erkak va ayolning o'zaro tabiiy intilishi zaminida o'yg'onadi. Lekin inson o'zining eng yaqin ajdodlaridan qanchalik ilgarilab ketgan bo'lsa, uning bu instinkti ham shuncha o'zgaradi. Boshqacha aytganda, shaxsning jinsiy intilishi odatda “yolang'och” holda namoyon bo'lmay, ahloqiy estetik munosabat sifatida namoyon bo'ladi. Sevgi –muhabbatning ahloqiy mohiyati shundaki, erkak

ayolga yoki ayol erkakga faqat boshqa jins vakili sifatidagina emas, balki muayyan aqliy, ahloqiy, hissiyo hislatlarni o'ziga xos tarzda mujassamlashtirgan alohida shaxs bilganligi uchun intiladi. Erkak va ayol bir –birining jismoniy. Axloqiy, estetik, hissiyotlarini idrok qilishi, o'zaro muammolasidan hosil bo'ladigan go'zallik hissi sevgi – muhabbatning asl ma'nosini tashkil etadi.

Tadqiqot ishlarida shu narsa ayonki, qizlarda jinsiy balog'atda yetilish o'g'il bolalarga nisbatan erta boshlanadi. Bu farq taxminan 1.5 -2 yilni tashkil etadi. Xuddi shu hususiyat, o'z navbatida hayotga bo'lgan munosabatda ham ma'lum darajada o'z aksini topadi. Qizlarning muhabbatida o'ziga xos sub'tektiv jihatlar mavjud bo'lib, ahloqiy –psixologik hissiyot va munosabat ustun turadi. Binobarin “qizlarning estetik” haqidagi tasavvurlarini nozik va murakkabroqdir. Jumladan, ularning do'stlikni tushunishida o'g'il bolalarga nisbatan ruhiy, ma'naviy yaqinlikka ehtiyoj aniqroq ifodalanadi.

Ma'lumki sevgi –muhabbat o'ziga xos alohida ruhiy hislat bo'lgani sababli, har bir shaxsning ichki tuyg'usini ham hususiyatdir. Ya'ni har bir shaxsning ishqiy kechinmalari faqat uning o'ziga ayon bo'lib, oshiq va ma'shuqa qalbini larzaga keltiruvchi barcha uy – xayollarini zanjirband qiluvchi sirli bir qudratdir. Zotan sevgi –muhabbat o'zining ana shu kuch qudratiga bilan kishilarni ilhomlantiradi, ezgulikka boshlaydi, qayta tarbiyalaydi. Binobarin, sevgi shunday sehrli kuchga egaki, u qotilni rahmdilga iblisni mo'minga, insofsizlikni insofga, o'g'ri mutahammni oliyjanoblikka da'vat etadi va ma'shum qiliqlari badnom bo'lgan kishiga ezgulik nuri bilan qayta jon bag'ishlaydi. Sevgi rishtasi ikki yoshni qovushtirsa, ular birgalikda qurgan oila kashonasi charog'on va mustahkam bo'ladi. Lekin buning uchun oilaviy burch ham zarur

“oilaviy burch” –shaxsning jamiyat tomonidan nikoh –oilamunosabatlariga qo’yilgan talablariga e’tiqod amal qilishdir. Muhabbat chin do’stlikning ajralmas qismidir. Mavjudodning soravari bo’lgan insonga xos muhabbat, chin sevgi tufayli ham olam chorog’on hayot farovon, odam shirin zabondir. Binobarin, inson pok muhabbat tuyg’usi bilan g’azal.

Sevgi –muhabbatning haroratli tuyg’usi, avvalo beg’ubor, boqqan tiniq ko’zlarida aks etgan ikki bir –birini yoqtirgan yigit va qiz ko’ngil mayli bilan o’zaro ipsiz bog’lanib qoladilar.

Zero, xalqimizda “Ishq yo’q –eshak. Dardi yo’q –kesak” degan naql bejiz aytilmagan. Oshiqlar qalbining kuychisi xuvaydo: “Muhabbatdan bulur muhabbat paydo, degan paytni bitar ekan, muhabbatsiz kshini qaralaydi, undan xozar qiladi.

Katta yoshdagi maktab o’quvchilarida yuksak insoniy tuyg’u sevgi paydo bo’lishi tabiiy holdir. Binobarin, sevgining paydo bo’lishi murakkab mazkur yoshdagi yigit va qiz qobidagi o’zgacha ichki murakkab kechinmalardir. O’smirda mehr –muhabbatning eng oddiy ko’rinishlari –ko’ngil qo’yish, ishqibozlik, hatto ilk sevgi to’g’risida mulohaza yuritish hollari ko’zga chqqol tashlanadi. Lekin kuchli tuyg’u asosiga qurilgan haqiqiy his sifatidagi sevgi faqat o’spirnlarda vujudga keladi. O’spirinlarning sevgisi, odatda sof pokiza, beg’ubor, ma’sum, iboli, rang –barang, ichki kechinmalarga serob, muloyim, xayolatga berilish, alomatlariga boy bo’ladi. Bu yigit va qizlarning bir –birini hurmat qilishida, e’zozlashida, chin do’stligida, o’zaro yordamida va qo’llab quvvatlashda ko’zga tashlanadi.

Mazkur yoshda qizlarimizning aksariyatida yigitlarni tanlashda o'zgacha munosabat paydo bo'ladi. Ularning "men ilgarilari xushbichim, go'zal yigit to'g'risida o'ylardim va unga intilardim. Hozirchi fikrim tubdan o'zagardi. Endi ko'rimsizgina yigit ko'nglimdan joy oldi. U bilan do'stlashishni hohlayman. Men yigitda asosiy narsa bu qaddi – qimat, tashqi go'zallik emasligiga chuqur iqrор bo'ldim. O'sha sen yoqtirgan inson qanday ichki kechinmalar bilan yoshayotgani va qanday ezgu niyat, orzu umid, bilan band ekanligiga ishonch hosil qildim. Men uchun bundan ortiqcha narsa kerak emas deganlari quloqqa cholinadi. Yigitlar esa "Men oddiy, kamtar haddan ziyod go'zal bo'lmasa ham mayli, istarasi issiq qizni yoqtiraman. U bilan do'stlashishni istayman. Unda ko'zga yaqqol tashlanadigan narsasi yo'q, lekin qizdagi samimiyat, joziba, fahm farosat meni o'zga rom etdi" degan xulosalarga keladilar.

Qizlarning fikricha yigitda kamtarlik, mag'rurlik, o'z kuchiga ishonish, yuksak etiqod, o'ktamlik, mardlik, oddiylik hususiyatlari mavjud bo'lishi kerak. Qiz bola uchun eng asosiy fazilat esa o'z qadr – qimmatini, ifaat, or –nomusini bilishdan iboratdir.

O'spirin sevgisi tom ma'noda sof va sog'lomdir. Shu javobdan yosh qalb egalarining samimiy kechinmalari olamiga qo'pollik qilish, ularning shaxsiyatiga tegish aslo mumkin emas. Ularni izza qilish, koyish va haqoratlash yomon natijaga olib kelishi turgan gap shuning uchun ham ular bilan muomala qilganda juda ehtiyoj bo'lish lozim.

XULOSA VA TAVSIYALAR

Biz bitiruv malakaviy ishimizda yoshlardagi attroksiya va emosional munosabatlarning psixologik asoslarini o'rganib, tahlil qilib chiqishga harakat qildik.

Natijada biz quyidagi xulosalarga keldik:

1. Yoshlardagi emosional munosabatlarni o'rganish va o'smirlik ham o'spirinlik davrida ham his – tuyg'ular o'zgaruvchanligini hisobga olib ular bilan muomala qilish kerak.
2. Bu davrda ulardagi emosional munosabatlarni hisobga olga holda ahloqiy, jismoniy, estetik, ma'naviy, ruhiy, jinsiy, tarbiya berish lozim.
3. Sevgi va muhabbat to'g'risidagi muomalarni hal qilish uchun o'qituvchilar, sinf rahbarlari yoshlarga yigit va qizlar o'rtasidagi munosabat naqadar nozik va murakkab ekanligini o'qtirishlari lozim.
4. O'smirlarva o'spirinlar davrasida sevgi muhabbat do'stlik mavzularida ko'proq suxbat va bahslar tashkil etish kerak.
5. Do'stlarga xos bo'lgan sifatlarni ya'ni bir –birini ayash, g'amxo'rlik qilish, ishonch, shaxsiy muammolarga befarq bo'lmaslik, qo'llab –quvvatlash,

mehrni o'smirlik davridanoq ularga ongiga singdirish lozim.

6. O'spirinlik yillaridagi sevgi va muhabbat hissi faqat qarama- qarshi jins vakiliga emas, balki aynan shu davrda ota –lnaning qadrlanishi va ularga nisbatan sevgi –muhabbat, yaqinlar, aka –ukalar, opa –singil, hayotda ibrat bo'ladigan kishilarni yaxshi ko'rish, vatanni sevish kabi oliy hislarni ham tarbiyalash lozimdir.
7. Ta'limning barcha bosqichida ma'naviy tarbiyaning ajralmas bo'lagi sifatida samimiy munosabatlarni tarbiyalash, targ'ib qilish, kerak bo'lsa, sevgi va sadoqat haqidagi qadriyatlarimizni yoshlar ongiga singlirishimiz kerak.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR RO'YXATI:

1. Karimov I. A “Yuksak mana’viyat –engilmas kuch”-Toshkent.: 2008 yil
2. Karimov I.A. “Barkamol avlod O`zbekiston taraqqiyotining poydevori” Toshkent, Sharq. 1998y, 64 bet
3. Karimov I.A. “O`zbekiston XXI asrga intilmoqda” Toshkent. O`zbekiston. 2000 y-352 bet
4. Karimov I.A. “Vatan ravnaqi uchun har birimiz ma'sulmiz”. Toshkent.O`zbekiston, 2001 y -432 bet
5. Karimov I.A. “Barkamol avlod orzusi” Toshkent. Sharq 1998y 182 bet
6. Karimov I.A. “Jahon moliyaviy –iqtisodiy inqirozi, O`zbekiston sharoitida uni bartaraf etish yo'llari va choralari” Toshkent . O`zbekiston 2009 yil.
7. Boymirov N. “Amaliy psixologiya”Toshkent “Yangi asr avlodi” 2008yil 316 bet
8. Karimova V. “Psixologiya” Toshkent -2002yil. 292 bet
9. Karimova V., F.Akramova. “psixologiya ma’ruzalar matni”. Toshkent 2000yil 68 bet
10. Petrovskiy A.V. “Umumiy psixologiya” Toshkent – 1992 y. 294bet
11. Shoumarov G.B. “Oila psixologiyasi” Toshkent.: “Sharq” 2000yil 148 bet

12. Shoumarov G.B. “Muhabbat va oila” Toshkent.: “Ibn sino”
1994yid 96 bet
13. Shoumarov G.B. “1001 savolga psixologning 1001 javobi”
Toshkent.: “Mehnat” 2000yil 225bet
14. Nishonova Z.G. “Psixik taraqqiyot diognostikasi” Toshkent. TDPI,
2004y. 152 bet
15. G’oziyev E. “Psixologiya” Toshkent.: 1994 yil. 238bet
16. Jabborov A. “Ma’naviyat psixologiyasi” (ma’ruzalar matni) Qarshi
2000yil 22 bet
17. Jabborov A., Beknazarova L. “O’qituvchi va o’quvchi
hamkorligining psixologik hususiyatlari” Toshkent.: “Fan” 2008yil
125 bet
18. Jabborov A. “Pedagogik texnologiyaning etnik asoslari” Toshkent.
“Zar qalam” 2006yil. 47 bet
19. Fayziyeva M., Jabborov A. “Oilaviy munosabatlar psixologiyasi”
Toshkent.: “Yangi asr avlod” 2002yil. 144 bet