

Date: 11<sup>th</sup> January-2025

## BOLALIK VA O'SMIRLIKDA O'ZLIKNI ANGLASH

**Ramazonova Salomat Saidovna**  
Osiyo xalqaro universiteti o'qituvchisi

**Annotatsiya:** Bolalik va o'smirlik davrida o'zlikni anglash, shaxsiyatni rivojlantirishning muhim bosqichidir. Bu davrda shaxs o'zini boshqalar bilan solishtirish, o'zini qanday qabul qilishini va atrof-muhitga qanday ta'sir qilishini anglashni boshlaydi. O'zlikni anglash jarayoni, yoshlarning ijtimoiy, emotsional, va psixologik rivojlanishini shakllantiradi. O'zlikni anglashning ijobiy yoki salbiy ta'siri, o'smirlarning o'zini qabul qilish darajasi va atrofdagi odamlar bilan aloqalarini qanday qurishlariga ta'sir qiladi. Ushbu maqolada bolalik va o'smirlik davrida o'zlikni anglash jarayoni, uning shakllanishi va unga ta'sir etuvchi omillar muhokama qilinadi.

**Kalit so'zlar:** O'zlikni anglash, bolalik, o'smirlik, shaxsiyat, psixologik rivojlanish, ijtimoiy o'zlik, o'zini qabul qilish.

### **Kirish:**

O'zlikni anglash - bu insonning o'zini tanib olish, o'zining ichki dunyosini tushunish va boshqa insonlar bilan aloqada o'zini qanday tutishini bilish jarayonidir. Bu jarayon odatda bolalik va o'smirlik davrlarida boshlanadi va shaxsiyatning shakllanishida juda muhim ahamiyatga ega. O'zlikni anglash, yoshlarning psixologik va ijtimoiy rivojlanishining asosiy tarkibiy qismi bo'lib, ular o'zini boshqalar bilan solishtirib, o'zining individual va guruhdagi o'rnini aniqlashni o'rganadilar. Bolalik va o'smirlik davrida o'zlikni anglash jarayoni, shaxsning o'zini va atrofdagi dunyoni qanday qabul qilishini belgilaydi, bu esa yoshlarning o'ziga bo'lgan ishonchiga, emotsional holatiga va ijtimoiy aloqalariga ta'sir etadi. Ushbu maqolada bolalik va o'smirlikda o'zlikni anglashning qanday rivojlanishi, qanday omillar ta'sir etishi va ularning shaxsiyatga qanday ta'sir qilishini tahlil qilamiz.

### **Asosiy qism:**

**1. O'zlikni Anglash Nima?** O'zlikni anglash, insonning o'zini qanday tushunishi va boshqalar bilan aloqada o'zini qanday namoyon etishini anglatadi. Bu jarayon, shaxsning o'z qadriyatlarini, qobiliyatlarini va cheklovlarini bilishi, shuningdek, boshqalar bilan o'zaro munosabatlarini qanday o'rnatishni tushunishdan iboratdir. O'zlikni anglash shaxsning psixologik va emotsional rivojlanishining muhim bir qismidir. Insonning o'zligini anglash va tushunish darajasi uning o'ziga bo'lgan ishonchini, boshqalar bilan qanday aloqada bo'lishini va o'z ijtimoiy roli bilan qanday bog'lanishini aniqlaydi.

**2. Bolalikda O'zlikni Anglash:** Bolalik davrida o'zlikni anglash jarayoni boshlanadi, ammo bu jarayon hali aniq shakllanmagan bo'ladi. Bolalar o'zlarini va atrof-muhitni aniqlashni boshlaydilar, lekin o'zlikni anglashning birinchi bosqichida ularning tasavvurlari boshqalar bilan solishtirishga qaratilgan emas. Bolalar asosan o'zlarining ichki hissiyotlari, xatti-harakatlari va atrofdagi odamlar bilan o'zaro aloqalari orqali o'zlikni anglashni boshlaydilar. Bu davrda o'zlikni anglashda oila, ota-ona va bolalar orasidagi



Date: 11<sup>th</sup> January-2025

aloqalar juda muhim rol o'ynaydi. Bolalar o'zini oila a'zolari, do'stlari va o'qituvchilari bilan solishtirgan holda o'zini anglashni boshlaydilar.

**3. O'smirlikda O'zlikni Anglash:** O'smirlik davri o'zlikni anglash jarayonining yanada murakkablashgan va chuqurlashgan davridir. O'smirlar o'zlarini boshqalar bilan solishtirgan holda o'z o'rnini aniqlashga, shaxsiyatini shakllantirishga intiladilar. Bu davrda o'zlikni anglashning yangi bosqichlari boshlanadi. O'smirlar o'zlarini ijtimoiy guruhlar va jamiyat bilan solishtirgan holda, o'z fikrlarini shakllantiradilar va boshqalar bilan o'zaro munosabatlarni qanday boshqarish kerakligini tushunadilar. Shu bilan birga, o'smirlikda o'zlikni anglashda o'zini qabul qilish va o'zining ijtimoiy roli bilan qanday moslashish muhim ahamiyatga ega. Bu davrda o'smirlar o'zlarining jinsiy identitetini, qobiliyatlarini, va boshqa odamlar bilan o'zaro aloqalarni qanday boshqarishni o'rganadilar. Shuningdek, o'smirlar o'zlikni anglashda ota-onalar, do'stlar, o'qituvchilar va boshqa ijtimoiy guruhlarning ta'sirini sezadilar.

**4. O'zlikni Anglashda Ijtimoiy Ta'sir:** O'zlikni anglash jarayonida ijtimoiy ta'sirlar muhim rol o'ynaydi. Ijtimoiy ta'sir, odamlarning o'zini anglashida va boshqalar bilan aloqalarini shakllantirishda yordam beruvchi omillardan biridir. O'smirlar o'zlarini ijtimoiy guruhlar va tengdoshlar bilan solishtiradilar va o'zligini yanada tushunishga harakat qiladilar. Ijtimoiy ta'sir va boshqalar bilan munosabatlar yoshlarning o'ziga bo'lgan ishonchini oshirish yoki kamaytirish, o'zini qabul qilish va ijtimoiy rolda o'z o'rnini topishda hal qiluvchi omil bo'lishi mumkin. Ijtimoiy ta'sirning salbiy yoki ijobiy bo'lishi yoshlarning o'zlikni anglash jarayoniga katta ta'sir ko'rsatadi.

**5. O'zlikni Anglash va Psixologik Rivojlanish:** O'zlikni anglashning psixologik rivojlanishdagi ahamiyati katta. Shaxsning o'zligini anglash darajasi, uning psixologik holati, o'ziga bo'lgan ishonchi va o'zini boshqarish qobiliyatiga ta'sir qiladi. O'zini anglashning yuqori darajasi, shaxsning o'zini qabul qilishiga, o'z qarorlarini to'g'ri qabul qilishiga va stressni boshqarish qobiliyatiga yordam beradi. O'smirlar o'zlikni anglash jarayonida o'zlariga bo'lgan ishonchni rivojlantiradilar, lekin ular shu bilan birga o'zlarini boshqalar bilan solishtirish va ijtimoiy ta'sirga moslashishda murakkabliklarga duch kelishlari mumkin. Bu jarayon o'smirlarning psixologik holatini shakllantiradi, ularning emotsional yuksalishlariga va hissiy muammolarga olib kelishi mumkin.

#### **Xulosa:**

Bolalik va o'smirlik davrida o'zlikni anglash, shaxsiyatni rivojlantirishda muhim bosqichdir. O'zlikni anglash jarayoni o'z-o'zini tushunish, o'zini qabul qilish va atrofdagi dunyo bilan aloqalarni shakllantirishni o'z ichiga oladi. Bolalikda o'zlikni anglash boshlanadi, ammo o'smirlik davrida bu jarayon yanada chuqurlashadi va murakkablashadi. Ijtimoiy ta'sir, tengdoshlar va guruhlarning o'zlikni anglashda katta ahamiyatga ega bo'lib, yoshlarning psixologik va ijtimoiy rivojlanishiga ta'sir qiladi. O'zlikni anglashning yuqori darajasi, yoshlarning o'ziga bo'lgan ishonchiga, boshqalar bilan ijtimoiy aloqalariga va turli vaziyatlarni qanday boshqarishlariga yordam beradi. Shunday qilib, bolalik va o'smirlikda o'zlikni anglash jarayoni, yoshlarning o'ziga bo'lgan ishonchini, ijtimoiy roli va shaxsiyatini shakllantiradi.



Date: 11<sup>th</sup> January-2025

ADABIYOTLAR:

1. Рамазонова, С. С., & Корёгдиев, З. О. (2023). XALQ PEDAGOGIKASI TUSHUNCHASINING TAHLILI VA UNING MANBAALAR: Ramazonova Salomat Saidovna Osiyo xalqaro universiteti magistranti, Qoryog'diev Zufar Oxunjonovich Ilmiy rahbar. *Образование и инновационные исследования международный научно-методический журнал*, (8), 198-202.
2. Saidovna, R. S. (2023). YOSHLARNI MILLIY QADRIYATLAR VA URF-ODATLAR ASOSIDA MA'NAVIY-MA'RIFIY DUNYOQARASHINI SHAKLLANTIRISHDA OILA-TA'LIM MUASSASASI VA MAHALLA HAMKORLIGINING AHAMIYATI. *Science Promotion*, 4(1), 279-287.
3. Saidovna, R. S. (2023). XALQ PEDAGOGIKASINING SHAKLLANISHIDA O'RTA OSIYO BUYUK MUTAFAKKIRLARI PEDAGOGIK G'OYALARINING O'RNI. *Science Promotion*, 4(1), 288-294.
4. Avezov, O. R. (2024). SPORT PSIXOLOGIYASI VA UNING BUGUNGI ISTIQBOLLARI. *INNOVATIVE DEVELOPMENTS AND RESEARCH IN EDUCATION*, 3(30), 308-312.
5. Avezov, O. R. (2024). SPECIFIC CHARACTERISTICS OF PSYCHOLOGICAL EFFECTS ON PERSONS IN EXTREME AND EMERGENCY SITUATIONS. *JOURNAL OF CHILD PSYCHOLOGY AND PSYCHIATRY*, 7(1), 85-90.
6. Avezov, O. R., & Ubaydullayeva, N. F. (2022). Frankl logoterapiyasi va uning inson hayotidagi tutgan o'rni. *Science and Education*, 3(4), 753-759.
7. Avezov, O. R., & To, A. S. O. G. L. (2022). Ekstremal vaziyatlarda shaxsga psixologik ta'sir etishning o'ziga xos xususiyatlari. *Science and Education*, 3(4), 717-724.
8. Avezov, O. R. (2021). Practice of providing psychological services to the family in extreme situations. *Psychology. Issue*, (1), 21-27.
9. Avezov, O. R. (2021). Favqulotda va ekstremal vaziyatlarda aholiga psixologik xizmat ko'rsatish. "XXI asr psixologiyasi". *Xalqoro ilmiy-amaliy anjumani materiallari*, 4.
10. АВЕЗОВ, О. Р. (2017). Роль волевых процессов в формировании личности. In *Психология XXI столетия* (pp. 17-20).
11. Avezov, O. R. O'smirlarda ekstremal vaziyatlarda psixologik himoya mexanizmlari namoyon bo'lishining o'ziga xos xususiyatlari. *Psixologiya*, 3, 46-53.
12. Avezov, O. R. Формирование узбекского этноса. ПЕМ: Psychology. *Educology. Medicine*, 119-124.
13. Avezov, O. R. Mental Status and Behavioral Reactions in Emergency and Extreme Emergencies *American Journal OF SOISSAL AND HUMANITARIAN RESEARSH*.
14. АВЕЗОВ, О. Р., & Рузиев, У. М. (2015). ВЛИЯНИЕ МЕЖЛИЧНОСТНЫХ ОТНОШЕНИЙ НА МОТИВАЦИЮ ЮНЫХ СПОРТСМЕНОВ. *Журнал научных публикаций аспирантов и докторантов*, (9), 60-62.
15. Avezov, O. R., & To'yumurodov, A. SH. *Ekstremal vaziyatlarda shaxsga psixologik ta'sir etishning o'ziga xos xususiyatlari. Ssiense And Education Scientifics Journal Issn 2181-0842 Volume 3, Issue 4 April 2022*.
16. Avezov, O. R. opM^ OBAH^ узбекского этноса. ПЕМ: Psychology. *Educology. Medicine*, 119-124.
17. Avezov, O. R., & Toymurodov, A. SH. Peculiarities of psychological impact on a person in extreme situations. *Science And Education Scientific Journal Issn*, 2181-0842.



Date: 11<sup>th</sup> January-2025

18. Ravshanovich, A. O. (2024). XORIJIY PSIXOLOGIYANING RIVOJLANISHIDA PSIXOLOGIK MAKTABLARNING ORNI. *PEDAGOG*, 7(4), 178-183.
19. Ravshanovich, A. O. (2024). Psycholinguistic Basis of Learning Russian and English Languages. *JOURNAL OF CHILD PSYCHOLOGY AND PSYCHIATRY*, 7(1), 108-113.
20. Ravshanovich, A. O. (2022). EMOTIONS AND GESTURES ARISING BETWEEN CULTURES AND CUSTOMS. *American Journal Of Social Sciences And Humanity Research*, 2(08), 11-14.
21. Авезов, О. ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ПРИЧИНЫ СТРАХА. *ВЕСТНИК ИНТЕГРАТИВНОЙ ПСИХОЛОГИИ*, 34.
22. Ravshanovich, A. O. (2024). O 'RTA OSIYO MUTAFAKKIRLARINING TIBBIYOT VA PSIXOLOGIYA SOHASIDAGI NAZARIYALARI. *SCIENTIFIC ASPECTS AND TRENDS IN THE FIELD OF SCIENTIFIC RESEARCH*, 3(28), 85-91.
23. Avezov, O. R. (2024). BOSHLANG 'ICH SINFLARDA GIPERAKTIV BOLALAR BILAN ISHLASHNING PSIXOLOGIK YONDASHUVLARI. *Elita. uz-Elektron Ilmiy Jurnal*, 3(1), 251-258.
24. Ravshanovich, A. O. HISSIY ZO 'RIQISHLAR VA OBSESSIYALARDAN XALOS BO 'LISH USULLARI VA TAVSIYALAR. *ЎЗБЕКИСТОНДА ИЛМИЙ ТАДҚИҚОТЛАР: ДАВРИЙ АНЖУМАНЛАР: 10-ҚИСМ*, 87.
25. Ravshanovich, A. O. (2024). O 'RTA OSIYO MUTAFAKKIRLARINING TIBBIYOT VA PSIXOLOGIYA SOHASIDAGI NAZARIYALARI. *SCIENTIFIC ASPECTS AND TRENDS IN THE FIELD OF SCIENTIFIC RESEARCH*, 3(28), 85-91.
26. Avezov, O. R. (2024). BOSHLANG 'ICH SINFLARDA GIPERAKTIV BOLALAR BILAN ISHLASHNING PSIXOLOGIK YONDASHUVLARI. *Elita. uz-Elektron Ilmiy Jurnal*, 3(1), 251-258.
27. Avezov, O. R. (2024). SHAXSNING EKSTREMAL VAZIYATLARDA STRESSBARDOSHLIGINI NAMOYON BO 'LISHI. *SCIENTIFIC APPROACH TO THE MODERN EDUCATION SYSTEM*, 3(31), 285-288.
28. Avezov, O. R. (2024). O'SMIRLARDA STRESS BARDOSHLILIK XUSUSIYATLARINI RIVOJLANTIRISHNING PSIXOLOGIK USULLARI. *Научный Импульс*, 3(26), 451-454.
29. Ravshanovich, A. O. (2024). ICHKI ISHLAR ORGANLARI PSIXOLOGINING KASBIY KOMPETENSIYASINI OSHIRISHGA OID ILMIY YONDOSHUVLAR. *INNOVATIVE DEVELOPMENTS AND RESEARCH IN EDUCATION*, 3(30), 313-318.
30. Ravshanovich, A. O. (2024). GLOBALLASHUV JARAYONIDA AXBORIY PSIXOLOGIK XAFVSIZLIK MUAMMOSINING DOLZARB MUAMMO SIFATIDA O'RGANILISHI. *SO 'NGI ILMIY TADQIQOTLAR NAZARIYASI*, 7(5), 375-379.
31. Avezov, O. R. (2024). PSIXOLOGIYADA SUBYEKTIV NAZORAT MUAMMOSINING QO 'YILISHI VA O 'RGANILISHI. *O'ZBEKISTONDA FANLARARO INNOVATSIYALAR VA ILMIY TADQIQOTLAR JURNALI*, 3(29), 338-344.
32. Avezov, O. R. (2024). BOLALAR NUTQINI RIVOJLANTIRISHDA HAMKORLIK TEXNOLOGIYASIDAN FOYDALANISH YO'LLARI. *Scientific Impulse*, 2(20), 778-782.
33. Ravshanovich, A. O., & Baxtiyorovna, Y. S. (2024, February). SOCIO-PSYCHOLOGICAL CHARACTERISTICS OF THE FORMATION OF



Date: 11<sup>th</sup> January-2025

STUDENTS' IDEAS ABOUT UZBEK MUSIC FOLKLORE. In *International conference on multidisciplinary science* (Vol. 2, No. 2, pp. 114-115).

34. Ravshanovich, A. O. (2024). PEDAGOGIK PSIXOLOGIYA DARSINI O'QITISHDA MUAMMOLI TA'LIM TEXNOLOGIYALARIDAN FOYDALANISHNING PSIXOLOGIK XUSUSIYATLARI. *O'ZBEKISTONDA FANLARARO INNOVATSIYALAR VA ILMIY TADQIQOTLAR JURNALI*, 2(26), 299-302.

35. Ravshanovich, A. O., & Ulug' Umarovich, T. (2024, February). PSYCHOLOGICAL CHARACTERISTICS OF THE FORMATION OF MILITARY IMAGINATIONS IN HIGH SCHOOL STUDENTS. In *INTERNATIONAL CONFERENCE OF NATURAL AND SOCIAL-HUMANITARIAN SCIENCES* (Vol. 1, No. 2, pp. 24-26).

36. Avezov, O., & Xoliqov, S. (2024, February). TALABALAR ORASIDA YOLG'IZLIK IJTIMOY-PSIXOLOGIK MUAMMO SIFATIDA. In *Международная конференция академических наук* (Vol. 3, No. 2, pp. 34-41).

37. Ravshanovich, A. O. (2024). RESPUBLIKAMIZDA PSIXOLOGIK XIZMAT BORASIDAGI TADQIQOTLARNING VUJUDGA KELISHI. *Новости образования: исследование в XXI веке*, 2(18), 483-487.

38. Ravshanovich, A. O., & Tavakkal o'g'li, S. S. (2023). MAKTABGACHA YOSHDAGI BOLALARGA TA'LIM-TARBIYA BERISHDA IJODIY O'YINLARNING AMALIY AHAMIYATI. *Scientific Impulse*, 2(14), 344-347.

39. Olmos, A., & Govindasamy, P. (2019). A practical guide for using propensity score weighting in R. *Practical assessment, research, and evaluation*, 20(1), 13.

40. Olimov, L. Ya. Shaxs psixologiyasi. "Durdona" nashriyoti. Buxoro. 2019.

41. Olmos, A. (2003, September). A temperature compensated fully trimmable on-chip IC oscillator. In *16th Symposium on Integrated Circuits and Systems Design, 2003. SBCCI 2003. Proceedings*. (pp. 181-186). IEEE.

42. Avezov, O. R. Ekstremnaya psixologicheskaya pomosh v ekstremalnih situatsiyax. *Vestnik integrativnoy psixologii*, 4, 34-37.

43. Ravshanovich, A. O. (2023). Mental Status and Behavioral Reactions in Emergency and Extreme Emergencies.

44. Avezov, O. R. Mental Status and Behavioral Reactions in Emergency and Extreme Emergencies. *American journal of social and humanitarian research*, 3, 546-550.

45. AVEZOV, O. EKSTREMAL VAZIYATLARDA OILAGA PSIXOLOGIK XIZMAT KO'RSATISH AMALIYOTI. *EDAGOGIK AHORAT*, 145.

46. Avezov, O. R. *Mental Status and Behavioral Reactions in Emergency and Extreme Emergencies* AMERISAN JOURNAL OF SOSIAL AND HUMANITARIAN RESEARSH. ISSN: 2690-9626 Vol. 3, No 1, 2022.

47. Ravshanovich, A. O. (2024). XORIY PSIXOLOGIYASIDA MARGINALLIK TUSHUNCHASI VA UNING EVOLYUTSIYASI. *PEDAGOG*, 7(1), 205-213.

48. Avezov, O. R., & Ubaydullayeva, N. F. (2022). Logotherapy: how psychotherapy helps a person to find meaning in life. *Science and Education*, 3(4), 747-752.

49. Ravshanovich, A. O. (2024). PSIXOLOGIK XIZMATNING ASOSIY YO'NALISHLARI. *O'ZBEKISTONDA FANLARARO INNOVATSIYALAR VA ILMIY TADQIQOTLAR JURNALI*, 3(28), 18-22.

50. Ravshanovich, A. O. (2024). PSIXOLOGIK XIZMAT KORSATISH PREDMETI, MAQSADI VA VAZIFALARI. *MASTERS*, 2(1), 52-55.



Date: 11<sup>th</sup> January-2025

51. Avezov, O. R. Ekstremal vaziyatlarda shaxsning stressli holati va xulq-atvor reaksiyalari. *Psixologiya*, 3, 94-98.
52. Avezov, O. R. Ekstremal va favqulotda vaziyatlar to'g'risida zamonaviy tushunchalar. *Pedagogik mahorat*, 4, 106-109.
53. Abdurashidova, G. (2024). O'QUVCHILARDA DESTRUKTIV XULQ KO'RINISHLARINING PAYDO BO'LISHI VA UNING OLDINI OLISH CHORALARI. *Medicine, pedagogy and technology: theory and practice*, 2(9), 651-659.
54. Abdurashidova, G. (2024, May). O'smirlarda destruktiv xulq ko'rishlari shakllanishining ijtimoiy-psixologik xususiyatlari. In *CONFERENCE ON THE ROLE AND IMPORTANCE OF SCIENCE IN THE MODERN WORLD* (Vol. 1, No. 4, pp. 5-7).
55. Toymurodov, A. (2023, December). MODERN INTERPRETATION OF PSYCHODIAGNOSTICS AND PSYCHOCORRECTION OF EXTREME SITUATIONS. In *INTERNATIONAL SCIENTIFIC CONFERENCE" SCIENTIFIC ADVANCES AND INNOVATIVE APPROACHES"* (Vol. 1, No. 5, pp. 71-79).
56. Toymurodov, A. (2023). BASICS OF PROVIDING PSYCHOLOGICAL SERVICES TO MILITARY PERSONNEL. *Академические исследования в современной науке*, 2(24), 148-152.
57. Kamilovna, R. N. (2021). Coaching approach at a mathematics lesson in grade 3 in the educational structure "equal partner". *Asian Journal of Multidimensional Research (AJMR)*, 10(1), 228-234.
58. Rajabova, N., & Fayziyeva, D. (2021). FOLKLORISM IN THE WORKS OF DILSHOD RAJAB. In *АКТУАЛЬНЫЕ ВОПРОСЫ СОВРЕМЕННОЙ НАУКИ И ОБРАЗОВАНИЯ* (pp. 212-214).
59. Rajabova, N. (2023). BO'LAJAK BOSHLANG'ICH SINIF O'QITUVCHILARINING TADQIQOTCHILIK KO'NIKMALARINI RIVOJLANTIRISH. *ЦЕНТР НАУЧНЫХ ПУБЛИКАЦИЙ (buxdu.uz)*, 27(27).
60. Akbarovna, I. S. (2024). IJTIMOIIY MUNOSABATLAR, GURUH DINAMIKASI VA INSONLARNING IJTIMOIIY DAVRANISHLARI. *Science, education, innovation: modern tasks and prospects*, 1(3), 26-31.
61. Akbarovna, I. S. (2024). EMOTSIYALARNI TANISH, IFODALASH VA BOSHQARISH USULLARI. *Science, education, innovation: modern tasks and prospects*, 1(3), 20-25.

