

YETUKLIK VA KEKSALIK DAVRINING PSIXOLOGIK XUSUSIYATLARI

**Andijon davlat pedagogika instituti
Pedagogika va psixologiya kafedrası
o‘qituvchisi Yoqubalievá Dilafuz
1-kurs talabasi Irodaxon Abdulxayeva**

Annotatsiya: Ushbu maqolada yetukli va keksalik davrining psixologik xususiyatlari haqida mulohaza yuritilgan. Yetuklik davrining psixologik, fiziologik xususiyatlari o‘rganilgan.

Kalit so‘zlar: o‘rta yetuklik, yetuklik bosqichlari, gerontopsixologiya, yetuklik davri inqirozi, olimlar fikrlari, yetuklik davri yoshlari, yetuklik davri psixologiyasi.

Yetuklik ontogenezdagi nisbatan uzoq davom etadigan davrlardan biridir. Odatda yetuklikning uch bosqichi ajratiladi: -ilk yetuklik(yoshlik); -o‘rta yetuklik;

-yetuklik(qarilik va kesayish). Yetuklik tushunchasi va yetuklikka erishish mezonlari. Rivojlanish jarayonining ko‘p qirraliligini hisobga olgan holda yetuklikning ko‘pgina belgilarini ajratish mumkin: -jismoniy o‘sish bilan kamroq, ko‘proq kognitiv takomillashish bilan bog‘langan rivojlanishning yangi xarakteri; -yangi sharoitlarga muvaffaqiyatli moslashish, qarama-qarshilik va qiyinchiliklarni ijobiy hal qilish; -xarakterning ayrim xislatlari(qat‘iylik, umidvorlik, vijdonlilik, hamdardlik bildirish). "Kattalik" va "yetuklik" tushunchalari aynan bir xil emas. Yetuklik hayot faoliyatining eng ijtimoiy faol va mahsuldor davridir, u kattalikning shunday davriki, unda shaxs va intellekt rivojlanishining eng yuksak darajasiga erishiladi. Gumanistik psixologiyada (A.Maslou, G.Olport, K.Rodgers) yetuk shaxsning o‘z-o‘zini namoyon qilishi jarayoniga katta ahamiyat berilgan. G. Olportning ta’kidlashicha, shaxsning yetukligi motivatsiyaning funksional avtonomligi bilan belgilanadi. G. Olportning fikricha, o‘z-o‘zini namoyon qiladigan shaxs quyidagi xislatlarga ega bo‘ladi;

A) tashqi dunyoga qiziqish, Men hissi kengaygan;
B) boshqalarga nisbatan g‘amxo‘rlik;
D) emotsional xavfsizlikni fundamental his qilish;
E) borliqni real idrok qilish, harakatlardagi faollik;
F) o‘z-o‘zini tushunish, tajribani tajribaga soladi, tizimlashtiradi va individual individual hatti-harakatlarga ma’no beradi. Mashhur gollandiyalik psixolog va psixoterapevt B.Divexud kattalar hayotidagi 7 yillik bosqichlarni ajratgan Uotering davrlashtirishini misol sifatida keltiradi.

A) 21-28 yosh - hayotiy bazisni egallash;
B) 28-35 yosh- topilgan hayot asoslarini tasdiqlash ;
D) 35-42 yosh- ikkinchi jinsiy yetilish, kasbiy maqsadlarga yo‘nalganligi;
E) 42-49 yosh- maniakal- depressiv davr;
F) 49-56 yosh- shaxsiy qartayish bilan kurashish;
G) 56-63 yosh- donolik;

H) 63-70 yosh- o‘z hayotida yana muvaffaqiyatga erishish mumkinligini anglash, “ikkinchi yoshlik” imkoniyati.

LeKin inson hayot yo‘lini bunday davrlashtirish tavsiflovchi xarakterga ega bo‘lib, jiddiy empirik asoslarga ega emas. Antropologlar va fiziologlar tomonidan yetuklikning quyi chegarasini 17 yoshdan (D.Birren), 21yoshdan (D.B. Bromley), 20 yoshdan ayollar, 21 yoshdan erkaklar (xalqaro klasifikatsiya bo‘yicha), 25 yoshdan (W.Bunak) boshlanadi, deb hisoblagan. O‘rta yetuklik chegaralari ham turli olimlar tomonidan turlicha ko‘rsatilgan: 20 yoshdan 35 yoshgacha (D.Veksler), 25 yoshdan 40 yoshgacha (D.Bromley), 25 yoshdan 50 yoshgacha (D.Birren), 36-60 yoshgacha (yoshning xalqaro klassifikatsiyasi bo‘yicha).

Yetuklikning yuqori chegarasi va keksalikning boshlanishi haqida ham turlicha qarashlar mavjud: 55yoshdan (W.Bunak, W.Ginzburg, D.Bromley, D.Veksler), 60 yoshdan (G.Grim va ko‘pchilik demograflar), 75 yoshdan (D. Birren). Ilk yetuklik bosqichi saylov huquqiga ega bo‘lish, to‘liq huquq va iqtisodiy javobgarlik, ijtimoiy faollikning barcha turlari bilan shug‘ullanish

“Oliy ta’lim muassasalarida ta’lim, fan, innovatsiya va ilmiy tadqiqotlarning salmoqli natijalari: muammo va yechimlar” mavzusida Respublika ilmiy anjuman to’plam materiallari 2024-yil 19-aprel kun.

imkoniyati bilan tavsiflanadi. Bu bosqichda hayotiy muhim qarorlar qabul qilinadi, kasbiy ta’lim olish tugallanadi, kasbiy rollar egallanadi, ma’lum muloqot doirasi shakllanadi.

G’arb psixologiyasida yetuklik davridagi inqirozlarni o’rganish bu yosh davridagi rivijlanishni tahlil qilishning asosiy yondashuvlaridan biridir. Ko’proq shaxsiy o’sishlar ro’y beradigan yosh davrlarini ajratish mumkin: 20 yoshlar atrofida, 30 yoshlar atrofida (28-34), 40-45, 55-60 yoshlarda va nihoyat keksalik davrida. Yetuklik davrida inqirozlarning kechishi davomiylik shaxsiy hayotdagi sharoitlarga bog’liq. Bu yosh davrida rivojlanishning harakatlantiruvchi kuchi o’sishga va o’z-o’zini takomillashtirishga ichki intilish hisoblanadi. Psixik funksiyalar rivojlanish mexanizmlarida quyidagi xususiyatlar aniqlandi: Psixofiziologik funksiyalar rivojlanishi ikki fazali xarakterga ega. Birinchi bosqich- funksiyalar taraqqiyotida frontal rivojlanish bo’lib, tug’ilgandan ilk yoki o’rta yetuklikkacha kuzatiladi. Ikkinchi bosqich- psixofiziologik funksiyalarning ixtisoslashuvi 26 yoshdan keyin faolroq namoyon bo’la boshlaydi. 30 yoshda ixtisoslashuv hayotiy tajribaning egallanishi va kasbiy mahorat evaziga ustunlik qiladi. Yetuk insonning psixologik va psixofiziologik rivojlanishi qarama-qarshi va murakkab strukturaga ega, bilish qobiliyati va alohida fuksiyalar, funksional darajasining susayishi, barqarorlashishi va kuchayishi jarayonlarining almashinishini (birgalikda kelishini) kuzatish mumkin.

Birinchi Prezidentimiz I.A.Karimov tomonidan 2015-yilni “Keksalarni e’zozlash yili” deb e’lon qilganligi keksalarimizga nisbatan chuqur hurmat va ehtirom nishonasi desak mubolag’a bo’lmaydi. Shu o’rinda aytish kerakki, keksalar qalbimizning munavvar shamchirog’i, uyimizning ko’rki, beminnat duogo’yimiz, maslahatlari bilan to’g’ri yo’l ko’rsatuvchi porloq yulduzimiz.

Qarisi bor uyda tinchlik, fayzu-barokat, izzat- hurmat, mehr oqibat yo’qolmaydi.
Keksalarni qadrlaylik!

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR:

1. Do’stmuhammedova Sh.A., Tillashayxova X.A., Baykunosova G.YU., Ziyavitdinova G.Z.,
2. Ivanov I., Zufarova M. “umumiy psixologigiya”. O’z.FMJ.,2008.
3. Davletshin M.G., Mavlonov M.M, To’ychiyeva S.M. “Yosh va pedagogik psixologiya” T.TDPU, 2009.
4. Safayev N. S., Mirashirova N.A., Odilova N.G. “Umumiy psixologiya nazariyasi va amaliyoti ” :-T: Nizomiy nomidagi TDPU, 2013.