O‘spirinlik bosqichida emotsional jarayonlarning kechishi va muhabbat hissining rivojlanish xususiyatlari: psixologik-nazariy yondoshuv

Saparova Dilnoza Ibragimjanovna
Namangan viloyati Uchqo’rg’on tumani
4-maktab psixologi

ANNOTATSIYA. Mazkur maqolada o‘spirinlik bosqichida yuzaga keladigan emotsional jarayonlar va muhabbat hissining shakllanish xususiyatlari psixologik-nazariy nuqtai nazardan tahlil etiladi. O‘spirinlik davri — shaxs rivojlanishida eng murakkab va hissiyotlarga boy bosqichlardan biri sifatida qaraladi. Maqolada o‘spirinlarning emotsional beqarorligi, sezgirlik darajasi, ilk muhabbat kechinmalari va ular bilan bog‘liq ichki ziddiyatlar psixologik nazariyalar asosida yoritilgan. Shuningdek, o‘spirinlarda muhabbat tuyg‘usining shakllanishiga ta’sir etuvchi omillar, ijtimoiy va madaniy muhitning o‘rni, shaxsiy o‘ziga xosliklar ham ko‘rib chiqiladi. Tadqiqot natijalari o‘spirinlar bilan ishlaydigan mutaxassislar uchun amaliy tavsiyalar ishlab chiqishda muhim ahamiyatga ega bo‘lishi mumkin.

Kalit so’zlar:.O‘spirinlik, emotsional jarayonlar, muhabbat hissi, psixologik tahlil, rivojlanish, shaxsiy xususiyatlar, ichki kechinmalar, emotsional beqarorlik, ilk muhabbat, ijtimoiy muhit, madaniy omillar, o‘zini anglash, o‘spirin psixologiyasi, hissiy o‘zgarishlar, shaxs shakllanishi, psixologik yondoshuv

Muhabbat davriga nazar tashlaganda sevgi hissining ilk kurtaklarini bog’cha yoshidagi bolalarda ham ko’rish va buni har bir tarbiyachidan so’rab, ishonch hosil qilish mumkin. Lekin tabiiyki, bu hali to’laqonli muhabbat bo’la olmaydi. Bolalikdagi muhabbat hislarida fiziologik komponent, ya’ni jinsiy intilish deyarli bo’lmaydi. Ulardagi hissiyotning aksariyat qismi ruxiy komponentdan iborat. Maktab yoshidagi o’g’il va qiz bolalar o’rtasidagi muhabbat hislari esa bir muncha farq qiladi.

O’spirinlik yoshidagi qiz bolalarda ruxiy komponent jinsiy komponentdan ustunlik qilsa, o’g’il bolalarda hissiyot divergensiyasi-bo’lishi kuzatiladi. Ya’ni ular muhabbat hislarini bitta qizga nisbatan boshidan kechirsalar, jinsiy intilishni katta yoshli ayolga nisbatan his etadilar, ulardagi hissiyot ikki ob’ektga bo’linadi. Bu faqat o’g’il bolalarga hos bo’lib, qizlarda bunday hol kuzatilmaydi. O’spirinlik yoshidagi o’g’il bolalarda gipeseksuallik natijasida ularning hissiyotida jinsiy intilish ustunlik qiladi yoki uning ahamiyati keskin ortadi.

Qiz bolalarda esa ruxiy komponentning ustunligi saqlanib turadi. 17-25 yoshlardagi yigit-qizlarda qiz juftini topishga intilish va hirs keskin ortadi.Sevish va sevilishga bo’lgan ehtiyojning ortishi natijasida yoshlar yorini tezroq qidirib topishadi va oila qurishadi, ba’zan bunday yoshlar qisqa vaqt ichida ajralishiga ham ulgurishadi. 25 yoshdan keyin qizlarning oila qurish imkoniyatlari ancha kamayib boradi. Unda bo’lgusi kuyovga nisbatan talabchanllik oshib, tanqidiy qarash kuchayadi. Endi unda hislarga berilish kamayib, uning o’rniga bo’lg’usi yoriga butunlay boshqacha qaray boshlaydi. Bunday ruxiy o’zgarishlar yigitlarda ham kuzatiladi, ammo qizlarda farqli ravishda ularning oila qurish, uylanish imkoniyatlari kamayadi, aksincha birmuncha ortadi. Chunki bu yoshda ularning ko’pchiligi bitirib, ma’lum bir ixtirosni egallagan, mehnat faoliyatini boshlagan bo’ladilar. Ya’ni oilani mustaqil tebratish imkoniga ega bo’ladilar. Muhabbat hislari erkak va ayollardao’ziga xos shaxvoniy hirs oyg’otadi. Erkaklarnikidek tez orada o’zgarmaydi va nisbatan uzoq davom etadi. 13-14 yoshli o’g’il bolalarning 40 foizi, qizlarning 26 foizi ilk sevgi hislarini boshidan kechirayotgan yoki kechirgan bo’ladilar. Bu hol 5-16 yoshli o’g’il bolalarda – 17%, qizlarda 30%ni, 17-18 o’g’il bolalarda – 10%,

qizlarda 9%ni tashkil qiladi. A.R.Lemexova qizlar va yiitlar orasidagi o'zaro munosabatlarni o'rganib, uni uch tuga bo'lgan.

1. Uyg'un tur – bunda qiz va o'g'il bolalarda axloqiy tushunchalar shakllangan, hissiyot madaniyati rivojlangan bo'lib, ular muhabbatga, qarama-qarshi jinsga, oilaviy hayotga birmuncha aniq qarashadi.

2. Oilaviy romantik tur – bunda muhabbat, jinslar orasidagi munosabatlar hayotdan yulingan holda, nihoyatda ideallashtirib olingan bo'lib, hayotdagi mavjud borliq bilan to'qnashganda esa barcha tasavvurlari parchalanib, ruhan tushkunlikka uchraydi.

3. Ma'naviy kambag'al tur – bunda yoshlar muhabbatni notog'ri tushunadilar. Muhabbatda ma'naviy yaqinlikni, ruhiy omilning ahamiyatini ko'ra bilmaydilar. Muhabbatda asosiy rolni jinsiy yaqinlik o'ynaydi, deb biladilar. Bunday toifadagi yoshlar ko'p hollarda jinsiy hayotni erta boshlaydilar.

To'laqonli muhabbatni his etgan ha bir inson muhabbatning boshlang'ich, alangalangan va o'zaro hurmat bosqichlarini bosib o'tadi. Boshlang'ich haqiqiy, istiqboli porloq, bir umirlik sof muhabbatning boshlanish yoki aksincha shunchaki havas qilishi yoki umri qisqa sevgining biror bir ko'rinishi bo'lishi mumkin. Mazkur bosqich muhabbatning "agape" turining boshlanishi yoki "yudus" turining o'zginasi bo'lishi mumkin. Muhabbatning paydo bo'lishini bevosita temprament toifasiga bo'lish xato bo'lar edi. Temprament bilan hissiyotning ifodalanishi orasidagi o'zaro bog'liqlikni ham inkor qilib bo'lmaydi. Xolerik va sangvinik toifasidagi yoki ularning aralashuvidan iborat toifadagilar o'zgalar bilan tez va oson til topishadi. Bu toifadagi erkak va ayollar o'zlaiga do'st topishda unchalik qiynalmaydilar. Shuningdek, bunday toifadagi odamlar flegmatik va melanxoliklarga nisbatan tez va oson sevib qoladilar. Chunki ularda hissiyot tashqi tomondan kuchli ifodalangan va shu sababli ham hissiyot qoniqish osonroq va tezroq sodir bo'ladi. Bundaylar yuqoridagi aytib o'tilgan bosqichlarni birmuncha tezroq bosib o'tishlari ham mumkin. Flegmatik va melanxoliklar esa o'zgalar bilan til topishishlari ancha qiyin. Ular duch kelgan kimsa bilan do'stlashib ketavermaydi. Ammo do'stlikning qadriga yetadiganlar va azimagan sabab uchun do'stlikdad kechmaydila. Bu toifadagi kishilarda hissiyot nihoyatda chuqur va pinhona kechadiki, buni boshqalarning tashqi tomondan sezish qiyin. Buni huddi daryoniing chuqurligini uning sathiga qarab bilib bo'lmaganiga o'xshatish mumkin.

Hissiyotdagi ayrim bosqichlarga ko'ra muhabbat turini, bosqichini va umuman sevgi hislarining bor yo'qligini aniqlash, inb Sino kabi "oir hastalik"ka tashxis qo'yib, uni davolash choralarini ko'rish mumkin.

Sevishganlar yoki oila qurayotganlarning o'zaro munosabatlarini xarakterlovchi vaziyat, sharoitlardan biri bu-rashkdir. Sevikli odamdan ajralib qolish, uni yo'qotib qo'yish havfini hech qachon boshdan kechirmagan odam rashkni qandaydir tushunarsiz aqlsizlikdek tasavvur qilish mumkin. Suyukli odamidan ajralib qolish nima ekanligini bir marta bo'lsa ham boshidan kechirgan odam esa rashkchini osongina tushunadi va unga ma'lum darajada hamdardlik bilan munosabatda bo'ladi Umuman olganda, albatta rashkchi odamlarga havas qilib bo'lmaydi. O'zidagi bu hisni yenga olmaydigan odamlar-doimo havotirda, hadikda yashaydigan baxtsiz odamlardir. Ularning ikki karra baxtsizligi yana shunda hamki, ular bir vaqtni o'zida ham jabrlanuvchi, ham azob beruvchi, ham zo'ravon, ham kuchlidirlar. Ishonchsizlik, doimo xiyonat, shubhalanish muhitini yuzaga keltirar ekan, bundan rashkchilarning o'zlari birinchi bo'lib azoblanadilar. Ular arzimagan bahona tufayli yoki uning bo'lishi yoki bo'lmasligidan qat'iy nazar yolg'iz yoki oshkora janjallarni yuzaga keltirishga doimo tayyor bo'lishadi. Bu esa ularning uyida, ishda va butun hayotida boshqa odamlar bilan bo'ladigan o'zaro munosabatlariga, jumladan jinsiy munosabatlariga ham jiddiy ta'sir qiladi va ko'pincha, ayanchli psixologik hastaliklar, shikastlanishlarga ham olib kelishi mumkin. Bunday holatlarda har ikki jins vakillari o'z juftiga rashk qilish uchun hech qanday sabab, asos, bahona yaratib qo'ymaslikka

harakat qilishi, ayniqsa, “sevgining uyqu”davrida ko’proq iliqlik, sabr-toqat, chidamlilikni nomoyon qilishlari lozim bo’ladi.

Psixologlar rashkni zolimona rashk va “izzat-nafsi poymol qilinganlikdan” bo’ladigan rashklarga farqlaydilar. Zolmona rashkni odatda, hudbin (egoist), qaysar, zolim, hissiy sovuq, va begonalashib ketgan, yotsiratdigan, yetarlicha avtoritar odamlar yuzaga keltiradilar. Bunday odamlar odatda, turmush o’rtoqlariga faqat bir buyumdek, o’z manfaatini, farog’atini qondirish obyekti, o’z mulkidek qaraydilar. Ularda boshqa odamning shaxsiy xususiyatlarini sezish, hurmat qilish qobiliyatlari rivojlanmagan bo’ladi. "Izzat-nafsi poymol qilinganlikdan kelib chiqadigan rashk" esa odatda muhabbatga, o'zaro hurmat va ishonchga asoslangan munosabatlarda paydo bo'ladi. Bunday rashk holatlarida inson o'zini xorlangan, qadri tushgan, munosabatlarda ikkinchi darajaga surib qo'yilgan kabi his qiladi. Bu esa, o'z navbatida, ruhiy azob va shubhalarni kuchaytiradi. Agar vaqtida to'g'ri tushunilmasa va hal qilinmasa, bunday rashk ham oila va munosabatlarga jiddiy zarar yetkazishi mumkin. Shuning uchun ham psixologlar rashkning har ikki turini tahlil qilib, ularning ildiz sabablarini aniqlash va imkon qadar bartaraf etishga chaqiradilar. Sog'lom munosabatlarda esa rashk hissi, agar u me'yorida bo'lsa, ba'zan o'zaro muhabbat va g'amxo'rlik belgisi sifatida namoyon bo'lishi mumkin. Bu holda rashk, sheriklar o'rtasida yanada chuqurroq ishonch va yaqinlikni shakllantirishga xizmat qiladi. Asosiysi — rashkni haddan oshirmaslik, uni doimo ochiq va samimiy muloqot orqali boshqarishdir. Psixologik tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, rashk kuchaygan sharoitda odamlar o'z-o'zini qadrlash darajasini pasaytirib yuborishi mumkin. Bu esa, o'z navbatida, o'ziga nisbatan ishonchsizlikni kuchaytiradi, depressiyaga, xavotir buzilishlariga olib kelishi ehtimoli ortadi. Shunday holatlarda odamlar professional psixologik yordamga muhtoj bo'lishadi. Muhabbat va rashk o'rtasidagi nozik chegara shuni ko'rsatadiki, har bir sog'lom munosabat mustahkam ishonch, o'zaro hurmat va mehr-muhabbatga asoslanishi kerak. Muhabbatni saqlab qolish uchun esa faqatgina his-tuyg'ular emas, balki ongli ravishda harakat qilish, sherikning shaxsiy erkinligini hurmat qilish, ehtiyojlariga quloq tutish va o'zaro muloqotni yo'lga qo'yish muhim ahamiyat kasb etadi. Yakun qilib aytganda, haqiqiy va sog'lom muhabbat shunchaki hissiy portlash emas, balki ikki insonning ongli va mas'uliyatli tanlovi, o'zaro hurmat va qo'llab-quvvatlashga tayangan mustahkam ittifoqdir. Bu ittifoq esa vaqt, sabr, to'g'ri muloqot va doimiy o'z ustida ishlash orqali rivojlanadi va mustahkamlanadi.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR RO’YXATI:

1. Oila psixologiyasi. Akademik litsey va kasb-hunar kollejlari uchun. (B.Shomurodov tahriri ostida).
2. Shoumarov Sh.B. Shoumarov Sh.B. – Muhabbat va oilaviy hayot. T. Ibn Sino 1996 y.
3. Referat.uz
4. Saviya.uz