

## O'SMIRLIK DAVRIDA O'ZINI-O'ZI ANGLASHNING PSIXOLOGIK XUSUSIYATLARI

Usmanova Sevara Akmalovna,  
Toshkent Amaliy fanlar universiteti, Psixologiya kafedrasi o'qituvchisi

*Annotatsiya: Mazkur maqolada o'smirlik davrida o'zini-o'zi anglashning psixologik xususiyatlari va ularning Sharq mutafakkirlari asarlarida yoritilganligi, o'zini-o'zi anglash shaxsning o'z jismoniy hamda ruhiy xolatini o'zi ongli ravishda nazorat qilib turishidan iborat ijobiy sifatligi tahlil qilingan. Shuningdek tadqiqot ishida o'zini-o'zi anglash va irodaviy sifatlarning o'zaro munosabat xususiyatlari, o'smirlik davrida o'zini-o'zi anglash va temperament xususiyatlari o'rtasidagi aloqadorlikning psixologik mexanizmlari hamda temperament xususiyatlari shaxsda o'zini-o'zi anglashning sharti sifatida ekanligi empirik natijalar asosida dalillangan.*

*Kalit so'zlar: o'smirlik davri, o'z-o'zini anglash, psixologik xususiyatlari, temperament, ong, iroda, tafakkur.*

## ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ САМООЦЕНКИ В ПОДРОСТКОВОМ ПЕРИОДЕ

Усманова Севара Акмаловна,  
Ташкентский университет прикладных наук Преподаватель кафедры психологии

*Аннотация: В данной статье анализируются психологические особенности самосознания в подростковом возрасте и их освещение в трудах восточных мыслителей, положительное качество самосознания, заключающееся в сознательном контроле человека над своим физическим и психическим состоянием. Также в исследовательской работе доказываются особенности связи самосознания и волевых качеств, психологические механизмы связи самосознания и особенностей темперамента в подростковом возрасте, особенности темперамента в самооценке человека. на основе эмпирических результатов, что это условие понимания.*

*Ключевые слова: подростковый возраст, самосознание, психологические особенности, темперамент, сознание, воля, мышление.*

## PSYCHOLOGICAL FEATURES OF SELF-AWARENESS IN ADOLESCENCE

Usmanova Sevara Akmalovna,  
Tashkent University of Applied Sciences Teacher of the Department of Psychology

*Annotation: This article analyzes the psychological features of low self-awareness during adolescence and their coverage in the works of Eastern thinkers, the positive quality of low self-awareness, which consists in less conscious control of a person's physical and mental state. The study also proved empirically that the relationship between low self-awareness and volitional qualities, the psychological mechanisms of the relationship between low self-awareness and temperament during adolescence, and temperament as a condition for low self-awareness in a person.*

*Keywords: adolescence, self-awareness, psychological characteristics, temperament, consciousness, will, thinking.*

**KIRISH:** Inson kamolotida shaxs sifatlari bilan birgalikda irodaviy xususiyatlar ham asosiy, muhim o'rin egallaydi. Jumladan, shaxs o'zini-o'zi anglashi bilan birga o'zini-o'zi boshqarish imkoniyatiga ega bo'ladi va shu orqali o'zining hulq-atvor, xatti-harakatlarini anglash tarkib topadi. O'zini-o'zi anglash bu o'zining hayotiy kuchini ancha yuqori darajada anglagan va ijodiy ishlatishdan iborat shaxs xususiyatidir.

O'zini-o'zi anglash shaxsning o'z jismoniy hamda ruhiy faoliyatini o'zi ongli ravishda nazorat qilib turishdan iborat ijobiy sifati bo'lib, uning bir qancha turlari mavjud. Sensor o'zini-o'zi anglash, idrok faoliyatini anglash bilan belgilanadi. Sensomotor o'zini-o'zi anglash idrok bilan harakatlarning birgalikdagi faoliyatini anglash, o'zini-o'zi anglash malakalarining tarkib topishida, harakatdagi xatolarni kuzatishda yaqqol namoyon bo'ladi. Negativ fikr va xaotik his-tuyg'ular tartibsiz xarakterga ega bo'lib, u hayotiy energiya kuchini kamaytiradi va bo'shashtirib toliqtiradi. O'zini-o'zi anglash shaxs fikrlarida negativ aspektlarni pozitiv, ijodiy va konstruktiv, hayotiy energiyani (kuchni) kuchaytiradi, natijada shaxs kuchining o'sishi amalga oshadi.

O'ziga bo'lgan ishonchsizlik va haddan tashqari ishonch shaxsdagi harakatsizlik va bo'shashganlikka tenglashtiriladi. Shaxs kuchining rivojlanishi bu avvalombor, o'ziga ishonch, yetarli darajada qat'iylik va intilishni ko'rsatib, birinchi qadamni tashlash orqali hamma narsaga erishish mumkin.

Ma'lumki, shaxs shakllanishi murakkab bo'lib, unga atrof-muhit tashqi ta'sirlar tizimli ravishda ta'sir qilib turadi. Shunga muvofiq ularda shaxs sifatleri, xarakter xususiyatlari, irodaviy sifatleri tarkib topadi. Shaxs kamolotini asosiy bo'g'inini iroda tashkil qilib, uning muhim komponentlaridan biri o'zini-o'zi anglash bilan belgilanadi. Shu bois shaxsda o'zini-o'zi anglashning namoyon bo'lishi hamda uning shakllanish mexanizmlarini tadqiq qilish masalaga nisbatan yangicha yondashishni talab qiladi.

MUHOKAMA VA NATIJA: Xorij psixologlari o'zini-o'zi anglash – bu o'zlashtirilgan strategiya ekanini uqtira boshladilar. (A.Bandura, B.Mishel, G.Devirson, F.Logan, D.Premark, B.Englin, Ye.Torenson, M.Maxoni va boshqalar) natijada, o'zini-o'zi anglash bilan o'zini-o'zi boshqarish amalga turlicha tushuncha ekanligi kuzatildi.

1970 yildan boshlab g'arb psixologlarining izlanishlarida “iroda” tushunchasin o'rnini “o'zini-o'zi anglash” tushunchasi egallay boshladi. (Yu.Kul, 1983, 1987)

Yu.Kul olib borgan tadqiqotlari natijasida ko'zlangan maqsadga erishishni ta'minlaydigan bir qancha mexanizmlarni ishlab chiqqan. Bu mexanizmlar ko'pincha anglanmagan darajada amalga oshishi, strategiya shaklida qo'llanilish mumkin. Unga ko'ra o'zini-o'zi anglashning quyidagi tarkibiy qismlarini ajratib ko'rsatadi.

Motivatsion nazorat. Bunda ko'zlangan maqsad negizida yotuvchi motivatsion tendensiyani kuchaytiruvchi stretegiya asosiy o'rin egallaydi. Bu faoliyatni amalga oshirish uchun qulay, tashqi stimullar va sub'ektning diqqat markazini ijobiy ko'rinishlariga qaratuvchi motivatsion jarayonni yangilash hisobiga amalga oshadi. Shunday qilib, harakatlarni anglash tizimi ko'zlangan maqsad sari intilishni kuchaytiruvchi motivatsion tizimni “qo'llab-quvvatlaydi.”

Diqqat nazorati. Bu mexanizm diqqatni maqsadni amalga oshirishga taalluqli bo'lgan axborotlarga yo'naltirishni ta'minlaydi. bu maqsad yo'naltirilgan ob'ektni yo'qotib qo'yish xavfi tug'ulgan vaziyatda maqsadga muvofiqdir.

Perseptiv nazorat. Dastlabki tasavvur bosqichlaridan boshlab o'ziga xos “intension” filtr hisoblanadi: perseptiv tizim ko'zlangan maqsad bilan bog'liq qabul qilingan axborotlar tavsifnomasiga nisbatan ta'sirchandır va aksincha. Perseptiv kategoriya ko'zlangan maqsad bilan bog'liq bo'lib, katta “tayyorgarlik”ni ularni qayta ishlashga kam vaqtni talab qiladi va harakatlarni boshqaruvchi tizimga boshqalardan avvalroq kirishadi.

Emotsional nazorat. Sub'ekt ko'zlangan maqsadni amalga oshirish uchun to'sqinlik qiluvchi yoki imkoniyat yaratib beruvchi emotsional holatlar haqida “bilim”larga ega bo'ladi. Agar emotsional nazorat maqsadga erishishni qiyinlashtirsa, harakatlarni nazorat qiluvchi tizim ularni o'zgartirishga harakat qiladi.

Kuchlarni faolashtiruvchi nazorat. Ko'zlangan maqsadni amalga oshirishdagi omadsizlik va uning emotsional oqibatleri qo'shimcha kuchlarning mobilizatsiyasi yoki aksincha noqulay sharoitlar kuchning kamayishiga olib keladi.

Kodlashtirilgan va operativ xotira nazorati. Maqsad bilan bog'liq axborotlar iqtisodiy strategiya bo'yicha qayta ishlanishi kuzatilgan. (kuch va vaqtning sarflanishi nuqtai nazaridan) Maqsad bilan bog'liq bo'lgan harakatlarga nisbatan qisqa yo'l ochiladi. Agar harakatlar qandaydir sabablarga ko'ra ortga surilsa, ko'zlangan maqsad haqidagi ma'lumotlar operativ xotirada “faolashtirilgan” ko'rinishida saqlanib qoladi. Xattoki, anglanmagan bu axborot sub'ektni yuzaga kelgan vaziyatda oson yo'l topishga imkon beradi. (Zeygarnik effekti)

Yu.Kulning tasavvuriga ko'ra “o'zini-o'zi boshqarish” negizida harakatlarni nazorat qiluvchi subsistema o'rtasidagi mutlaqo boshqa aloqalar yotadi. “O'zini-o'zi boshqarish”da tizim demokratik tamoyilda amalga oshadi: boshqaruvning samarasi tizimning barcha komponentlari o'rtasidagi hamkorlikka bog'liq va doimo “men” ning nazorat qiluvchi ta'siriga ehtiyoj sezadi.

Djems ishlarida ongda bir vaqtning o'zida ikki yoki undan ortiq harakat g'oyasi mavjud bo'lganida harakat borasida qaror qabul qilish irodaning asosiy funksiyasi, deb tan olingan. Tanlov ehtiyoji irodaviy harakatlarga undash mexanizmining o'ziga xos xususiyatlari bilan belgilanadi. Djems harakat haqida mavjud tasavvurlar harakatlar darajasigacha ta'sir etadi, deb ta'kidlaydi. Qarama-qarshi g'oyalarning mavjud bo'lishi tasavvurlarni harakatga aylanishini tormozlaydi, shuning uchun harakatni amalga oshirish uchun g'oyalarni tanlay bilish va harakat haqida qaror qabul qilish (iroda qarori “ha” bo'ladi

- fiat) kerak. Tanlov motivlar asosida amalga oshiriladi va diqqatni tanlangan ob'ektga qaratish bilan yakun topadi. Shundan so'ng harakat impulsiga, ya'ni diqqatimiz qaratilgan g'oya va xabarlar berilgach, harakat boshlanadi. Shuning uchun "ixtiyoriy" iroda holatida irodaning asosiy yutuq'i ongni diqqatni safarbar etishdan iborat bo'ladi. Djems irodaviy kuchni diqqat kuchi sifatida tushunadi. Uning ko'pligi to'siqlardan raqobatlashuvchi g'oyalar ko'rinishidagi ichki va tashqi yoki ideal motivning kuchsizligini keltirib chiquvchi qarama-qarshiliklar kuchi orqali aniqlanadi.

Psixologiyada emotsional holatlarning namoyon bo'lishi sub'ektning anglashiga bog'liqligi o'rganilishi lozim bo'lgan masalalardandir. Bu nazoratning buzilishi yoki susayishi shaxsda emotsional muammolarni kelib chiqishga sabab bo'ladi. Emotsional reaksiyalarning intensivligi taraqqiy etishi o'zini-o'zi anglashning to'liq sarflanishidagi yetishmovchilikni oshirib yuboradi. Tajribalarimizdan ma'lumki, turli shaxslar o'zining emotsiyalarini namoyon qilishi va ularni nazorat qila olish ko'nikmalariga ko'ra bir-biridan farqlanadilar.

Hayotiy tajribalarimizdan ma'lumki, odamlar o'zaro bir-birlaridan o'z emotsiyalarini namoyon etish uslublari, kuchi, ular ustidan nazorat o'rnatishlari bilan farqlanadilar. Emotsional o'zini-o'zi anglashning namoyon bo'lishini individual o'ziga xosligi, odamning psixologik portretida o'z aksini topadi. V.G. Afanasevning ta'kidlashicha, "odam o'zini-o'zi anglash qobiliyatiga ega, agar uning o'zini-o'zi anglashda ratsionallik o'z-o'ziga, o'zining yutuq va kamchiliklariga xotirjam, hushyor qarash bo'lsa yoki aksincha, agar shaxsda emotsiyalar affektlar, hissiyotlar, ayniqsa, haddan ziyod izzattalablik ustunlik qilsa, odam o'zini-o'zi boshqara olmaydi".

O'zini tuta bilish xarakterning muhim chizgisi hisoblanib, u odamga o'zini-o'zi o'z xulq-atvorini boshqarishga eng qiyin sharoitlarda faoliyatni bajarish qobiliyatini saqlab qolishga yordam beradi. O'zini tuta bilish xususiyati rivojlangan odam har qanday hattoki favqulotdagi holatlarda o'z emotsiyalarini o'z aqliga bo'ysundira olishni biladi, ularga o'zining psixik hayotining tuzilishini buzilishiga yo'l qo'ymaydi. Ushbu xususiyatning asosiy tarkibini ikkita psixologik mexanizmlarining faoliyati tashkil etadi: o'zini-o'zi anglash yordamida sub'ekt o'zining emotsional holatini kuzatadi, bunda uning kechishi xususiyatidagi mumkin bo'lgan orqada qolishlarni aniqlaydi. Agar o'zini-o'zi anglash muvofiqlik faktini qayd etsa, bunda ushbu natija emotsional portlashni bosishga, ushlab qolishga emotsional qaytarishni normal yo'lga o'tishga qaratilgan mexanizmlarni ishga tushuruvchi turtki bo'ladi.

Shuni ta'kidlash joizki, o'zini-o'zi tuta bilish shaxs xususiyati sifatida tadbiiq etilishi gomestatik tamoyilga ko'ra amalga oshiriladi. P.Levinning ko'rsatishicha: biz o'z hissiyotlarimiz, ehtiyojlarimiz qanchalik qonuniy bo'lmasin, ularni doimo diqqat bilan kuzatishimiz kerak va ular juda ham jadallashganda to'xtatib qolishga harakat qilishimiz zarur. Shunday daqiqalar keladiki, biz juda berilib ketamiz va o'zimizni boshqara olmasligimizni his qilamiz.

Bundan ko'rinadiki, emotsional holatlarda o'zini-o'zi anglash faoliyatdagi o'zini-o'zi anglash bilan uzviy bog'liqdir. Chunki faoliyat jarayonida (biz o'zimizda) yutuqlarimizdan xursand bo'lamiz, muvaffaqiyatsizlik, omadsizlikdan qayg'u, tushkunlikka tushamiz. Shu jarayonda emotsiyalarimiz turlicha ko'rinishda namoyon bo'ladi. Albatta ijobiy yoki salbiy emotsiya bo'lishdan qat'iy nazar inson o'zini-o'zi anglash imkoniyati talab etiladi.

O'zini-o'zi anglashning shakllanishi ma'lum savollarni yechishni taxmin qiladi va birinchi navbatda o'quvchilarda o'zini-o'zi anglash haqida samarali faoliyatning muhim sharti sifatida to'g'ri tasavvur hosil qilishni nazarda tutadi. Faqat unga erishib bo'lingach, aniq faoliyat sharoitlarida qo'llaniladigan o'zini-o'zi anglashning turli usullari tarkibini ochishga, ya'ni o'quvchilarni faoliyat jarayonida o'z – xatti-harakatlarini anglash odatlarini tarbiyalashga o'tish mumkin. Shuni ta'kidlash kerakki, nafaqat faoliyat jarayonida, balki kasbiy tayyorgarlik jarayonida o'zini-o'zi anglashning namoyon bo'lishi muhim sanaladi. Bunda kasbiy tayyorgarlikning muvaffaqiyati faoliyatda o'zini-o'zi anglashning yaqqol namoyon bo'lishi bilan uzviy bog'liqdir. Buning natijasida yaxshi o'zlashtiruvchilar emotsional sohani anglashda past o'zlashtiruvchilarga nisbatan ustunlik bilan ajralib turganlar. O'zini-o'zi anglashning namoyon bo'lishiga kasb tanlashdagi, ishonch, ishonchsizlik omili to'g'ridan to'g'ri ta'sir etadi. O'quvchilar tanlagan kasblari to'g'riligiga qanchalik yuqori darajada ishongan bo'lsalar, bu ular uchun faoliyat jarayonida o'zini-o'zi anglash natijasida yuzaga keladi.

O'zini-o'zi anglashning ob'ekti nima bo'lishidan qat'iy nazar harakatning natijalariga va harakatning o'ziga qaratilgan o'zini-o'zi anglashni farqlash taklif qilinadi. O'zini-o'zi anglashning bu turlarining barchasida zarur ma'lumotlarni to'plash bevosita sezgi organlari yoki vositali turli nazorat



o'lov asboblari yordamida bajarilishi mumkin. O'zini-o'zi anglashning intellektual tarkibi darajasi qo'llanilayotgan, etaloning xususiyatiga ko'ra aniqlanadi. Shu munosabat bilan o'zini-o'zi anglash o'lovlar va signallar, namunalar, tasavvur namunalar, shartli tasavvur (sxemalar, chizmalar), umumiy tushunchalar va tamoyillarga ko'ra amalga oshirilishi mumkin.

O'zini-o'zi anglash muamosini o'rganish jarayonida insonlarning shaxs xususiyatlari xususida to'xtalib o'tish maqsadga muvofiqdir. Inson xarakterini bilgan holda uning ma'lum xulq-atvor shakllarini aniqlash mumkin. Shunday xarakterlardan biri o'zini-o'zi anglashdir. Shaxs muloqotda biror bir faoliyatni bajarishga, ijtimoiy normalarni qabul qilishda o'zini tutishiga qarab, unda qanchalik o'zini-o'zi anglash shakllanganligini ta'kidlab o'tish mumkin. O'zini-o'zi anglash shaxs xususiyati sifatida xarakter xususiyatlaridan ma'lum darajada kuchsiz yoki yaqqol namoyon bo'ladi. Bunday xususiyatlarga tartibsizlik, boshpanasizlik, vaximachilik, beboshlik, ma'suliyatsizlik va boshqalarda o'zini-o'zi anglashning yetishmasligi namoyon bo'ladi. Agar inson mulohazalilik, o'zini tuta bilishlik, ishonchlik, sobitqadamlilikni namoyon qilsa, ularda o'zini-o'zi anglash taraqqiy etganini ko'rishimiz mumkin. Hattoki inson xarakterini mazmuniga ko'ra majmualarga ajratish mumkin. Ularni asosiy birlashtiruvchisi hisoblanadi.

Xarakteri barqaror insonlarda o'zini-o'zi anglash tez sodir bo'ladi, ikkilanuvchi, qat'iyatsiz odamlarda o'zini-o'zi anglash davomiydir. Ya.Reykovskiyning fikriga ko'ra, emotsional to'g'rilikni ta'minlashga kiritilgan maxsus nazorat qiluvchi mexanizmlarni topishga bo'lgan urinishlarni qiyinchiliklari va muvaffaqiyatliliklari ko'pincha tadqiqotchilarda uning mavjudligi taxminiga skeptik munosabatni keltirib chiqaradi. O'smirlik davrida o'zini-o'zi anglashning shakllanishida individual psixologik xususiyatlarning o'ziga xosliklarini hisobga olish muhimdir. Bu bevosita individual yondashuv shartlari bilan bog'liq bo'lib, uning asosida rivojlanishi va oldingi tajribasi, uning qobiliyatlari psixologik o'ziga xosliklarni va tayyorgarlikni hisobga olish yotadi. Bunda ta'lim oluvchilarning faqatgina individual o'ziga xosliklarini hisobga olgan holda o'quv-tarbiya ishini to'g'ri tashkil qilish mumkin.

O'zini-o'zi anglash jarayonida individual yondoshishni amalga oshirish quyidagi masalalar bilan bog'liq holda tahlil qilinadi. Ulardan birinchisi mashqlantirish hisoblanib, aynan bu jarayonning muvaffaqiyati qaysi individual qirralarga ta'sir etadi, degan savolga javobni bo'lishini nazarda tutadi. Ushbu jarayonning muvaffaqiyatli kechishiga ham uni murakkablashtiradigan, ko'mak beradigan individual psixologik o'ziga xosliklar mavjud. Shu munosabat bilan asosiy vazifa u yoki bu o'ziga xosliklarning mohiyati psixologik tarkibini aniqlash imkonini beradi. Birinchi vazifaning uzviy davomi bo'lgan ikkinchi vazifa o'quvchilarning tarkibi tayyorgarlik muvaffaqiyatiga ta'sir etadigan psixologik o'ziga xosliklarni amaliyotda hisobga olish va korreksiyalashni amalga oshirishga imkon beradigan psixologik dasturni ishlab chiqishdan iborat.

O'smirlik davrida o'zini-o'zi anglashning shakllanishining metodologik asosi, o'rganish metodikalarining tanlanishi va ularni tadqiqot maqsadiga muvofiq ravishda tashkil qilish imkonini beradi. Shunga muvofiq mazkur bob bo'yicha quyidagi xulosalarni berish maqsadga muvofiqdir:

1. O'zini-o'zi anglash iroda jarayoni tarkibiga kirganligi bois uning doirasida tadqiq qilish imkonini beradi.

2. O'zini-o'zi anglash xususiyatlarini shakllanishini maxsus o'rganishga bag'ishlangan metodikalar, kuzatish, psixologik testlar va qo'shimcha usullar majmuasining qo'llanilishi tadqiqotning amaliy tadbiqiy vazifalarini kengroq ko'lamda asoslab berish imkonini beradi.

3. O'smirlik davrida o'zini-o'zi anglash tizimini shakllanishini o'rganish uchun maxsus usullar majmuasini qo'llash orqali jumladan shaxsning irodaviy sifatlarini o'rganish metodikasi bo'yicha o'zini-o'zi anglashning irodaviy sifatlar bilan bog'liqligi, emotsional holatlarda o'zini-o'zi anglashning xususiyatlari, individual psixologik xususiyatlar va o'zini-o'zi anglash o'rtasidagi aloqadorlik empirik dalillar asosida izohlangan.

**XULOSA:** O'smirlik davrida o'zini-o'zi anglashning shakllanishi muammosiga taalluqli nazariy ma'lumotlarning tahlili va tadqiqot natijalariga asoslangan holda quyidagi xulosalarni berish maqsadga muvofiq hisoblanadi:

1. Tadqiqot maqsadini amalga oshirish uchun maxsus tanlangan va ishlab chiqilgan usullar majmuasini qo'llash orqali o'smirlik davrida o'zini-o'zi anglashning shakllanish mexanizmlarini tadqiq qilish imkoniyati yaratildi.

2. Irodaviy sifatlarini o'rganish metodikasi asosida o'smirlarda o'zini-o'zi anglash irodaviy sifatlar

bilan aloqadorligi tahlil qilinib, bunda mustaqillik, matonatlilik, e'tiborlilik sifatleri yuqori darajada bog'liqligi, shuningdek, tashabbuskorlik va g'ayratlilik mustaqil ya'ni aloqadorlikka ega bo'lmagan sifatlar ekanligi o'z isbotini topdi.

3. Emotsional holatlarda o'zini-o'zi anglash metodikasi orqali faoliyat jarayonidagi o'zini-o'zi anglash, ijtimoiy jarayondagi o'zini-o'zi anglash hamda emotsional jarayondagi o'zini-o'zi anglash o'rtasidagi munosabatlar tahlil qilinib, ijtimoiy va faoliyat jarayonidagi o'zini-o'zi anglash o'zaro aloqadorlikka ega bo'lib, emotsional holatlardagi o'zini-o'zi anglash teskari aloqadorlikka ega ekanligi aniqlandi.

4. O'zini-o'zi anglashning shakllanishida individual psixologik xususiyatlarga bog'liqligi masalasi reaktivlikni o'zgarishini baholash va ekstraversiya, rigidlik va xavotirlanish darajalarini baholash metodikalariga asoslanib reaktivlik yuqori bo'lsa, emotsional sohadagi o'zini-o'zi anglash past darajani, ijtimoiy sohadagi o'zini-o'zi anglashning yuqori bo'lishi rigidlik xususiyatlarini ustuvorligi bilan belgilanishi, shuningdek xavotirlanish kuchli bo'lganda faoliyat sohasi bilan bog'liq o'zini-o'zi anglash yuqori ko'rsatkichga ega bo'lishi asoslanildi.

5. O'smirlik davrida irodaviy sifatlarining shakllanishida irodaviy sifatlar muhim o'rin egallaydi. Ayniqsa, mustaqillik, matonatlilik, e'tiborlilik sifatleri o'zini-o'zi anglashda ierarxiyani yuqori darajasini tashkil qiladi.

6. O'smirlik davrida o'zini-o'zi anglashni tarkib topishiga asosiy e'tiborni qaratish unda mazkur yoshda yuzaga keladigan psixologik fiziologik o'zgarishlarni hisobga olish muhim ahamiyat kasb etadi.

7. O'zini-o'zi anglashning shakllanishida tashabbuskorlik va g'ayratlilik mustaqil komponent sifatida namoyon bo'ladi.

8. O'zini-o'zi anglash emotsional holatlardagi o'zini-o'zi anglash bilan aloqadorlikka ega bo'lib, hissiy emotsional sohalarni boshqarishda kuchli darajada o'zini-o'zi anglashni talab qiladi.

#### FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR:

1. Волков Б.С. Возрастная психология. В 2-х ч. Учеб.пособие для ВУЗов, спец. ОПД.Ф.01- Психология/ Под ред. Б.С. Волкова. – М.: Владос, 2005. Ч.2. – 343 с.

2. Ганиева Э.И. Формирование индивидуального стиля общения у подростков в учебно воспитательном процессе. Автореферат канд.психол.наук. в национальном университете Узбекистана им. Мирзо Улугбека. Ташкент- 2002, 24-с.

3. Jo'raev T.S. O'smir o'quvchilar aqliy rivojlanishining psixologik xususiyatlari. Avtoreferat. Psixol.f.n. Mirzo Ulug'bek nomidagi O'zbekiston Milliy Universiteti. Toshkent, 2005 24-b.

4. Обухова А.Ф. Возрастная психология: Учебник М.: Высшее образование, 2006, 460с.

5. Усмонова Севара Акмаловна. (2022). Психологические особенности самосознания в раннем подростковом возрасте. Zien Journal of Social Sciences and Humanities, 6, 114-116. Извлечено из <https://www.zienjournals.com/index.php/zjssh/article/view/1104>

6. Усманова Севара Акмаловна. (2024). РАЗВИТИЕ Я-КОНЦЕПЦИИ В ПОДРОСТКОВОМ ВОЗРАСТЕ. Международные научные и текущие исследовательские конференции, 1(01), 87-90. Извлечено из <https://www.orientalpublication.com/index.php/isrcr/article/view/1519>

7. Усманова Севара Акмаловна. (2022). ЎЗИНИ-ЎЗИ АНГЛАШНИНГ ЎСМИРЛИК ДАВРИДА РИВОЖЛАНИШИ. Е конференц-зона, 168-169. Извлечено из <https://econferencezone.org/index.php/ecz/article/view/930>