

## O‘SMIRLIK DAVRIDA KOPING XULQ-ATVORNING NAMOYON BO‘LISHI

Zoirova Zarina Zarifdjanovna  
“Oila va xotin-qizlar” ITI kichik ilmiy xodimi

**Annotatsiya:** Ushbu maqola o‘smirlarda koping mexanizmlarni o‘rganishga qaratilgan tadqiqot natijalariga asoslanadi. O‘smirlarda koping mexanizmlarni aniqlashga qaratilgan tadqiqotdan olingan natijalarni o‘smirlar yosh kesimida tahlil qilingan.

**Tayanch so‘zlar:** konfrontatsion koping, masofa, o‘z-o‘zini nazorat qilish, ijtimoiy qo‘llab-quvvatlashni qidirish, mas’uliyatni qabul qilish, qochish, muammoning yechimini rejalashtirish, ijobiy qayta baholash kopingi.

### KIRISH

O‘smirlik davri – bu bolalik bilan balog‘at yoshi o‘rtasidagi o‘tish davri va uning uchun ayrim sifat o‘zgarishlari xosdir. Yangi ruhiy va shaxsiy sifatlarning shakllanishi uchun asos bo‘lib ijtimoiy o‘zaro ta’sir hisoblanadi. U ijtimoiy moslashishi jarayonida o‘smirning shaxsiyati rivojlanishi, uning o‘zini anglashi, shaxsiy o‘xshashlik va xulq modellarini shakllanishida muhim rol o‘ynaydi. O‘smirlik yoshida yengish xulqining ma’lum bir stiliga ega bo‘lish ota-onalar va tengdoshlari bilan faol o‘zaro ta’sir natijasida ro‘y beradi. Shu sababdan o‘smir uchun ahamiyatli kishilarning ijtimoiy va hissiy qo‘llab-quvvatlashi stressli vaziyatlarni yengib o‘tishda juda muhim bo‘lib u o‘smirning ichki zahiralarni aniqlash va rivojlantirishda yordam beradi. O‘smirda yengish xulqining konstruktiv yoki nokonstruktiv uslubining ustunligi murakkab vaziyatlardan omadli yoki omadsiz o‘tishda imkon tug‘diradi.

O‘smirlik davri o‘zining huquqlarini himoya qilishga namoyishkorona intilish bilan kattalardan ajralish, nazoratdan ozod bo‘lish davri kabi ko‘riladi. Lekin, shunga qaramay, ular kattalardan qo‘llab-quvvatlashni, yordam va himoyani kutish bilan bog‘langanlar. Bu davrda ishonchli muloqotga talab paydo bo‘ladi, tengdoshlar bilan o‘zaro munosabatlarning 2 tizimi yuzaga keladi. Bular mazkur davr faoliyatining yetakchi turidan biri bo‘lib qoladi. Kattalar bilan munosabat ham, teng huquqli hisoblanmagan, ularning isyonkorligiga qaramasdan qo‘llab-quvvatlash va g‘amxo‘rlikka muhtoj. Bu yoshda turli stress vaziyatlarni yengish usullarini yanada faol o‘rganish jarayoni davom etadi, bunda muhim kishilar, eng avval ota-onalar bilan o‘zaro munosabat xarakteri, ularning qo‘llab-quvvatlashi alohida o‘rin egallaydi. Shundan kelib chiqib, xulosa qilish mumkinki, aynan mazkur yoshda koping-xulq modelining yuzaga kelishi ro‘y beradi. Biroq, o‘smirlardagi yengish xulqi hozirgacha kam o‘rganilgan.

Pedagogik tajriba ko‘rsatmoqdaki, yuqori sinfdagi o‘smirlarda yengib o‘tish xulqining u yoki bu strategiyasini tanlashda ularning o‘qishni o‘zlashtirishlari muhim omillardan biri hisoblanadi. Bu quyidagicha tushuntiriladi: o‘quv faoliyatiga yaxshi moslashgan o‘quvchilarning o‘quv jarayonida yuzaga keladigan turli qiyinchiliklardan o‘tishga harakat qiladilar (qo‘shimcha materiallarni o‘rganadilar, o‘qituvchiga savollar beradilar va sh.k.), bu vaqtda moslashmagan yoki kuchsiz moslashgan o‘smirlar muvaffaqiyatsizlikka ahamiyat bermaslik, muammo yechimidan qochishga harakat qiladilar.

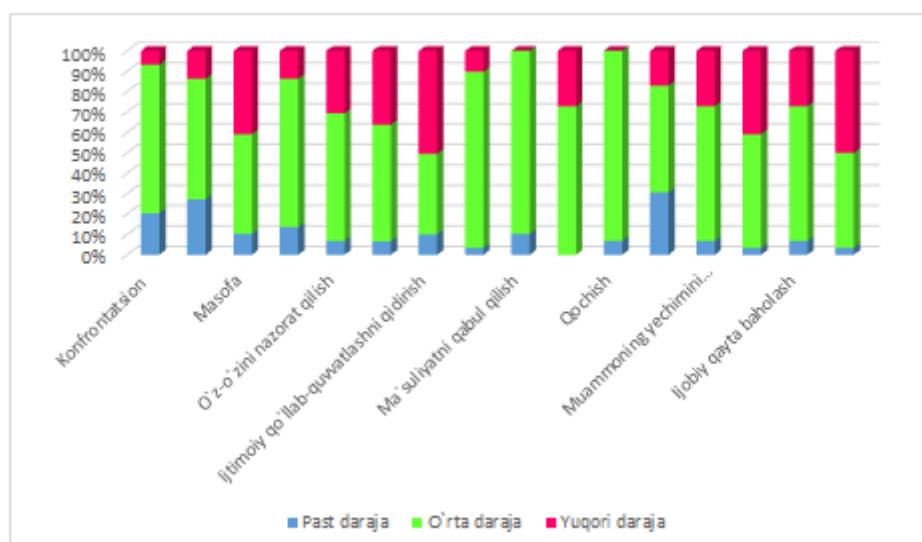


Tadqiqotimizda o'smirlik davrida koping mexanizmlarni o'rganishga qaratgan edik, shu boisdan, sinaluvchi guruhlarda R.Lazarus va S.Folkman tomonidan ishlab chiqilgan “Koping mexanizm” metodikasining T.L.Kryukova, E.V.Kuftyak va M.S.Zamishlyaevalar tomonidan moslashtirilgan variantini o'tkazdik. Mazkur metodika 50 ta savol va 8 ta subshkaladan iborat. Ushbu metodika orqali sinaluvchilardan olingan ma'lumotlar miqdor va sifat jihatdan tahlil qilindi, uning natijalari quyidagi jadval va diagramma shaklida keltirildi:

**1-jadval**

**O'smirlarda koping mexanizm namoyon bo'lishi**

Koping mexanizmlar	6-sinf o'quvchilari			8-sinf o'quvchilari		
	Past daraja	O'rta daraja	Yuqori daraja	Past daraja	O'rta daraja	Yuqori daraja
Konfrontatsion koping	20.4%	72.8%	6.8%	27.2%	59.2%	13.6%
Masofa	10.2%	49%	40.8%	13.6%	72.8%	13.6%
O'z-o'zini nazorat qilish	6.8%	62.6%	30.6%	6.8%	59.2%	37.4%
Ijtimoiy qo'llab-quvvatlashni qidirish	10.2%	39.8%	51%	3.4%	86.4%	10.2%
Mas'uliyatni qabul qilish	10.2%	89.8%	-	-	72.8%	27.2%
Qochish	6.8%	93.2%	-	30.6%	52.4%	17%
Muammoning yechimini rejalashtirish	6.8%	66%	27.2%	3.4%	55.8%	40.8%
Ijobiy qayta baholash	6.8%	66%	27.2%	3.4%	46.6%	50%



**1-rasm. Koping mexanizm namoyon bo'lishi**

Metodika natijalariga ko'ra, 8-sinf o'quvchilarida 6-sinf o'quvchilariga nisbatan barcha koping mexanizmlar yuqoriroq darajada rivojlanganligini ko'rishimiz mumkin.



Koping mexanizmlar ichida yuqori ko'rsatkich 6-sinf o'quvchilarining 93,2%i o'rta darajadagi qochish (8-sinflarda bu koping 52,4% o'rta darajada) va 8-sinf o'quvchilarining esa 86,4%i o'rta darajadagi ijtimoiy qo'llab-quvvatlashni qidirish mexanizmlaridan (6-sinf o'quvchilarida bu koping turi 51% yuqori darajada) foydalanishlari aniqlandi. 6-sinf o'quvchilarida qochish mexanizmining qo'llanilishi qiyinchiliklar bilan bog'liq shaxsning salbiy kechinmalarni yengib o'tadigan muammoni rad etish, fantaziya, asossiz taxminlar, chalg'itadigan narsalar va boshqalardan foydalanishini bildiradi. Qochish strategiyasining alohida afzalligi bilan stressli vaziyatlarda bolalarcha ya'ni infantil xatti-harakatlar kuzatilishi mumkin. 8-sinf o'quvchilarida esa ijtimoiy qo'llab-quvvatlashni qidirish turi o'smirni muammoni tashqi (ijtimoiy) resurslarni: jalb qilish, axborot, hissiy va samarali yordamni izlash orqali hal qilishini bildiradi. Xarakterli tomoni boshqa odamlar bilan hamkorlik qilish, qo'llab-quvvatlash, e'tibor, maslahat, hamdardlik, aniq samarali yordamni kutishdir.

Yuqori ko'rsatkichli kopinglardan yana biri- ma'suliyatni qabul qilish 6-sinf o'quvchilarida 89,8% o'rta darajada (10,2% past darajada, yuqori daraja qayd etilmadi), 8-sinf o'quvchilarida esa 72,8% o'rta darajada va 27,2% yuqori darajada (past ko'rsatkich qayd etilmadi). Ushbu koping muammoning paydo bo'lishida o'zining rolini sub'ekt tomonidan e'tirof etilishi va qaror qabul qilish uchun javobgarlik, ba'zi hollarda o'zini tanqid qilish va o'zini ayblashning o'ziga xos tarkibiy qismi hisoblanadi. Xatti-harakatlardagi ushbu strategiyaning jiddiyligi asossiz o'zini tanqid qilish va o'zini haqoratlash, aybdorlik hissi va o'ziga nisbatan surunkali norozilikka olib kelishi mumkin.

Konfrontatsion koping 6-sinf o'quvchilarining 72,8% o'rta darajada (past daraja 20,4%, yuqori daraja 6,8%), 8-sinf o'quvchilarining esa 59,2%i o'rta darajada (past ko'rsatkich 27,2%, yuqori daraja 13,6%) ekanligi aniqlandi. Muammoni hal qilish har doim ham maqsadga yo'naltirilgan xatti-harakatlar emas, aniq harakatlarni amalga oshirish orqali amalga oshiriladi. Ko'pincha qarama-qarshilik strategiyasi noqulay deb qaraladi, ammo mo'tadil foydalanish bilan u shaxsning qiyinchiliklarga qarshilik ko'rsatish qobiliyatini, muammoli vaziyatlarni hal qilishda energiya va tadbirkorlikni, o'z manfaatlarini himoya qilish qobiliyatini ta'minlaydi.

Metodika natijalaridan ko'rinadiki, o'smirlik davrida stressni vaziyatlarga nisbatan koping strategiyalarini shakllantirish muhim sanaladi. Ayniqsa, o'smir shaxsida ziddiyatli xulq-atvor ko'nikmalarini oldini olishda o'zining himoya mexanizmlariga ega ekanligi muhim sanaladi.

#### FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR RO'YXATI:

1. Т.Н.Крюкова “О методологии исследования и адаптации опросника диагностики совладающего (копинг) поведения” Психология и практика: Сб. научн.труд. Вып. 1. Отв.ред.В.А. Соловьева-Кострома: Изд-во КГУ им. Н.А.Некрасова, 2001, ст. 70-82.
2. Lazarus D., Folkman S. “Stress, Appraisal and Coping” N.-Y, 1984
3. R.S.Lazarus “Psychological stress and the coping process”. New York: McGraw-Hill, 1966. -374 p.

