



## BADIIY ADABIYOTLARNI O‘QISHDA BOLALARDAGI PSIXOFIZIOLOGIK O‘ZGARISHLAR

**Axmatov Abdulla Odil o‘g‘li**

*Nukus innovatsion instituti axborot-  
resurs markazi mutaxassisi*

[aaajadidim@gmail.com](mailto:aaajadidim@gmail.com)

**Mexmonova Dilobar Vahobjon qizi**

*Berdaq nomidagi Qoraqalpoq davlat  
universiteti O‘zbek filologiyasi fakulteti  
4-kurs talabasi*

[dilosh0115@gmail.com](mailto:dilosh0115@gmail.com)

**Annotatsiya:** Maqolada bolalik davridan o‘smirlik davrigacha bo‘lgan rivojlanish jarayonida, inson psixofizilogik rivojlanishida badiiy adabiyotning ta’siri haqida tahlil qilingan. Shuningdek, undagi tabiiy, ijobiy va intellektual o‘zgarishlar, ijtimoiy hayotda shaxs sifatida shakllanishning tartibi haqida mulohazalar o‘z aksini topgan..

**Kalit so‘zlar:** Bolalar, adabiyot, rivojlanish, fiziologiya, biblioterapiya, psixofiziologiya.

**Abstract:** The article analyzes the impact of fiction on human psychophysiological development from childhood to adolescence. Also, it reflects natural, positive and intellectual changes, the order of formation as a person in social life.

**Key words:** Children, literature, development, physiology, bibliotherapy, psychophysiology.

Bolalar adabiyoti yosh kitobxonlarni sehri olamlarga olib borish, ularning tasavvurlarini yoqish va qimmatli hayot saboqlarini o‘rgatish qobiliyati bilan azaldan tanilgan. Ammo badiiy adabiyotni o‘qishning kognitiv afzalliklaridan tashqari, hikoyalar bilan shug‘ullanish bolalarda psixofizilogik o‘zgarishlarga ham olib kelishi mumkinligini ko‘rsatadigan dalillar ortib bormoqda.

Badiiy adabiyotni o‘qishning bolalarga ta’siridan biri bu ularning empatiya darajasiga ta’siri. Tadqiqotlar shuni ko‘rsatdiki, bolalar fantastik hikoyaga sho‘ng‘iganda, ular hikoya qahramonlariga nisbatan hamdardlik his qilishlari ehtimoli ko‘proq. Ushbu yuqori hamdardlik hissi yosh kitobxonlarda ijtimoiy xulq-atvorning oshishiga va ijtimoiy ko‘nikmalarning yaxshilanishiga olib kelishi mumkin.

Bundan tashqari, badiiy adabiyot o‘qish bolalarning fiziologik reaksiyalariga tinchlantiruvchi ta’sir ko‘rsatishi aniqlangan. Bolalar ertakga berilib ketgani sayin, ularning yurak urish tezligi pasayadi, nafas olishlari muntazamlashadi va umumiy stress darajasi pasayadi. Bu dam olish reaksiyasi, ayniqsa, tashvish bilan kurashayotgan yoki his-tuyg‘ularini tartibga solishda qiynalayotgan bolalar uchun foydali bo‘lishi mumkin.

Badiiy adabiyot o‘qish hissiy va fiziologik ta’sirlardan tashqari, bolalar miyasini ham o‘ziga xos tarzda rag‘batlantirishi mumkin. Neyroimaging tadqiqotlari



shuni ko'rsatdiki, bolalar badiiy adabiyotni o'qiganda, ularning miyasining tilni qayta ishlash, hissiy idrok va tasavvur bilan bog'liq turli sohalari yorishadi. Ushbu asab faollashuvi nafaqat bolalarning savodxonlik ko'nikmalarini oshiradi, balki kognitiv qobiliyatlarini ham mustahkamlaydi.

Insoniyat tamaddunida rivojlanishni endi yurishni o'rganayotgan go'dakka o'xshatishadi. U dastlabki rivojlanish davrida emaklashni so'ngra sekin asta yurishni o'rganadi. Shu davrgacha u o'zi uchun kerakli bo'lgan sharoitda organizmiga kuch to'plab boradi. Jismoniy quvvatni ona sutidan kiyin mazali taomlar va sutli bo'tqalar tanavvul qilish orqali yig'ib boradi. Ovqat tarkibida uning oshqozoniga og'irlik keltirib chiqarmaydigan vitamin va minerallar yetarlicha bo'lganligi sababli, fiziologik o'zgarish sodir bo'ladi. Uning jismoniy jihatdan tanasini mustahkamlab borishiga ham aynan yaxshi ozuqa sabab bo'ladi. Lekin faqat termachilik va qorin to'yg'azish inson rivojlanishining dastlabki bosqichida qolib ketganligini hisobga olsak, bola parvarishida badiiy kitob o'qishning o'ziga xos xususiyatlari uning ruhiy ba manaviy rivojlanishida aks etadi. Bolaning psixofiziologik o'zgarish jarayonida tarbiya asosiy metod hisoblanadi. Uni bir butunlikda hosil qilish uchun jismoniy tarbiya va aqliy tarbiyaga jarayonlariga ajratamiz. Jismoniy tarbiya tanani sog'lom shakllantirishga, chiniqishi uchun subekt hisoblanadi. Aqliy tarbiya esa inson tafakurining shakllanishi, uning kiyingi hayotidagi bilimiga asos bo'ladi.

Aqliy salohiyat evolyutsiyadagi inson hayotining qanchalik darajada yaxshi kechishini belgilab beradi. Bunda boshlang'ich aqliy tarbiya psixologiyasi oila va bola tug'ulgan joy bilan uzviy bog'liq. Asrlar davomida O'rta-osiyo xalqlari bola tarbiyasini xalq og'izaki ijodi namunalari bilan tarbiyalaydi. Bunda bola psixikasida milliylik, insoniylikning dastlabki qirralari sayqallana boshlaydi. Ona tomonidan ijro etiladigan: "Alla" qo'shiqlari xalq og'izaki poetik ijodining tarixiy ananasi sifatida avlodlardan avlodga o'tib, 1-3-yoshgacha bo'lgan bolaning uxashiga yordam beradi. Uyqu chaqiruvchi bu qo'shiq, chaqaloq psixikasining tinglash tizimiga, eshitish va so'zlarni anglash jarayoniga ijobiy yechim hisoblanadi. Tana rivojlanishi uchun uyquning maromida bo'lishi miyyaning yaxshi tormozlanishiga sabab bo'ladi. Bu esa psixofiziologik jarayonga ijobiy ta'sir ko'rsatadi.

**Muhokama.** Odatda 1-3 yoshgacha bolalar tarbiyasida ota-onalar, tarbiyachilar va enagalar orqali xalq og'izaki ijodidan: maqol, matal, masal, ertak, alla, topishmoq kabi namunalar singdirib boriladi. Odatda bu yoshdagi go'daklarda tabiatni va dunyoni o'rganishga bo'lgan qiziqish kuchli bo'ladi. 4-7 yoshgacha bolalar asta sekinlik bilan to'liq gapirishni so'zlash va fikrlashni o'rgana boshlaydi. Mitti insonlar sifatida o'zining olamiga va xarakteriga ega bo'la boshlaydi. Endi



ular da jismoniy harakatlar kuchayadi. O‘shish va rivojlanish bolalar psixologiyasida dastlabki olingan bilimlar tasirida boyib boradi. Ular dunyoni qiziqarli o‘yinlar va atrofdagi voqealar bilan bir qatorda kitob orqali anglay boshlashadi. Kitobdagi qiziqarli va soda ertaklar ularning tasavvurida namoyon bo‘lib boradi. O‘zi yoqtirgan ertakni esa yoddan aytib beraqdi. Boladagi bu qiziquvchanik unda nutq, tafakkur, xotira va ongning ilk shallanish jarayonida qanday kasbga moyilligi borligini ko‘rsatib beradi. Bu paytda ham bola hali dunyo qiyinchiliklari va hayot tashvishlaridan holi davri bo‘ladi.

8-12 yoshli bolalarda esa psixofiziologik jarayonning rivojlanishida ta‘lim muassasalari, oila va do‘stlarining munosabatlari, atrofgagi insonlarning ijtimoiy ta‘siri muhim hisoblanadi. Ana shu jarayonda har uch tomondan tavsiya qilingan badiiy adabiyotlar bola psixikasida ijobiy o‘zgarishga sabab bo‘ladi. Har bir bolada ichki va tashqi olam bilan aloqa, ichki va tashqi rivojlanish davri bo‘ladi. Ana shu aloqani yuzaga chiqarishda bola psixikasining rivoji, uning jamiyatda kim bo‘lishini va maqsadini belgilaydi. Bolalarga har yosh ulg‘ayganda kattalar dunyosiga o‘tish uchun kichik badiiy janrlardan karra janrlarga qarab boriladi. Dastlab ertak o‘qishni o‘rgangan bolakay kiyinchalik, she‘r hikoya, masal, maqol, qasida, roboylarni mustaqil o‘qishni o‘rganadi.

Albatta hisoblashni, matematik amallarni, orfografiya va imlo qoidalarini ham o‘rganib boradi. Yer va uning tuzilishi, olam va odam sirlari ta‘lim muassasalarida unga o‘rgatilsa, oila ananalari, ota-onaga munosabat, yaqinlar bilan aloqalar, oila davrasida milliy mentalitet sifatida shakllanadi. Ayna ana shunday muhim bilimlarni egallashda badiiy adabiyot inson tamaddunining ma‘naviy, axloqiy va estetik ob‘ekti hisoblanadi.

**Natija:** 13-16 –yosh yigitchalar va qizchalar o‘spirinlik davrini boshidan kechirishni boshlaydi. Bu davrda ancha katta bo‘lgan adabiy janrlar qissa, roman va dostonlarni o‘qib ulardagi qahramonlarning obrazlarini mustaqil aytib bera oladilar. Ularning yaxshi va yomon tomonlarini hisobga olishadi. Endi ularni Oltin baliqchening borligiga ishontirib bo‘lmaydi. Endi ular oltin baliqchaga tilak aytishda hushyor bo‘lishni biladilar. Endi ular o‘z orzulariga va maqsadlariga ega shaxslarga aylanadi. Ana shu orzularga yetish uchun harakat qila boshlaydilar. Beqaror o‘smirlik davrida bolalarga biblioterapiya yordamga keladi. Biblioterapiya bu kitob orqali davolashdir. Ulardagi ruhiy kechinmalar va muammolarga yechim bo‘la oladigan va ijtimoiy hayotga sog‘lom kishi sifatida qaytarishga davolovchi kitoblar muhim rol o‘ynaydi. Mutolaaa boladagi taranglik, depresssiya va asabiylikni oldini oladi. Undagi ruhiy quvvatni oshishiga sababchi bo‘ladi.



17-21-Bolalik bilan xayrlashuv va shaxs sifatida shakllanish davrida to'liq mustaqil fikrlaydigan o'z qarashlariga ega bo'lgan insonlar davri. Bu davrda endi bolalikdagi yurishdan ko'ra ko'proq narsalarni anglash va shaxs sifatida kamolotga erishish davri hisoblanadi. Bu davrda o'qish va badiiy asar mutlaasi doimiy ehtiyojga aylanib inson hayotining ajralmas qismi bo'lib qoladi. Psixoiologik jarayonning shiddatli rivoji shu davrga kelib yangi bosqichga ko'tariladi ba bu kattalik bosqichi hisoblanadi. Umumman badiiy adabiyot inson psixofiziologiyasining rivojlanishini balki, individ hayotining go'zal bo'lishiga ham yordam beradi.

**Xulosa** qilib aytadigan bo'lsak, badiiy adabiyot o'qish harakati bolalarni nafaqat yangi dunyoga olib borish, balki ularni ichkaridan o'zgartirish qobiliyatiga ega. Badiiy kitoblar empatiyani rivojlantirish, dam olishga yordam berish va miya rivojlanishini rag'batlantirish orqali yosh kitobxonlarning psixofiziologik farovonligini shakllantirishda hal qiluvchi rol o'ynaydi.

#### Foydalanilgan adabiyotlar:

1. Болалар адабиёти: (Дарслик мажмуа): Олий ўқув юртлари мактабгача тарбия факултетларининг талабалари учун /Мамасоли Жумабоев, . – Т.: Укитувчи 1994.-256 б.
2. Болалар адабиёти: Педагогика ва мактабгача таълим билим юртлари учун қўлланма/ Суюмов, Абдулла. Жумабоев, Мамасоли, . – Т.: Укитувчи 1995.-224 б.
3. Ўзбек ва чет ел болалар адабиёти: Дарслик /Мамасоли Жумабоев. – Т.: Ўзбекистон 2002. -231 б.
4. Болалар физиологияси:Ўқув қўлланма/ У. З. Қодиров ва бош. Тошкент: Абу Али ибн Сино номидаги тиббиёт нашриёти, 1999.-208 б.
5. <https://en.wikipedia.org/wiki/Bibliotherapy>
6. Dauletbaevich, A. X. (2023). THE ARTISTIC INTERPRETATION OF FEMALE PSYCHOLOGY IN THE NOVEL. *Gospodarka i Innowacje.*, 41, 117-122.
7. Dauletbaevich, A. X. (2023). HARMONY OF POETIC SPEECH AND IDEAS IN THE NOVEL GENRE. *Multidisciplinary Journal of Science and Technology*, 3(4), 71-75.
8. Abdullayev, H. K. (2021). ARTISTIC AESTHETIC FUNCTION OF MONOLOGUES. *CURRENT RESEARCH JOURNAL OF PHILOLOGICAL SCIENCES*, 2(07), 16-19.
9. Duysenbaev, O. I., & Abdullaev, H. K. (2021). Dialogue and Monologue in Roman Poetics. *International Journal of Multicultural and Multireligious Understanding*, 8(4), 430-434.