



**Psychology of Adolescence: Features of Personality Development,
Emotional Sphere, and Behavior During the Period of Growing Up**

Mamatkabilova Khonzoda

student of group 102-RT, Faculty of Philology Uzbek National Pedagogical
University

Abstract. This article examines the psychological characteristics of adolescence as one of the most complex and significant stages of personality development. The adolescent period is characterized by intensive physiological, emotional, and social changes that significantly influence the formation of character, self-awareness, and the value system of an individual. Special attention is given to the development of thinking, emotional instability, the desire for independence, and the need for recognition from peers and adults. The article also analyzes the problems of communication between adolescents, parents, teachers, and society, as well as issues of self-esteem, conflict behavior, and adaptation to the social environment. The importance of support from family, school, and society in creating favorable conditions for the harmonious development of adolescents is emphasized. The study shows that understanding age-related psychological characteristics helps prevent deviant behavior, reduce anxiety levels, and ensure successful socialization of the individual.

Keywords: adolescence, adolescent psychology, personality development, self-awareness, self-esteem, emotional instability, socialization, growing up, interpersonal relations, family upbringing, conflict behavior, motivation, adaptation, personality, behavior.

**Психология подросткового возраста: особенности развития личности,
эмоциональной сферы и поведения в период взросления.**

Маматкабировва Хонзодахон

студентка 102-РТ, филологический факультет



**“SOG’LIQNI SAQLASHDA YANGI YONDASHUVLAR”
nomli respublika ilmiy-amaliy masofaviy konferensiyasi
VOLUME-1, ISSUE-1, 2026**

Узбекский национальный педагогический университет

Аннотация. В данной статье рассматриваются психологические особенности подросткового возраста как одного из наиболее сложных и значимых этапов развития личности. Подростковый период характеризуется интенсивными физиологическими, эмоциональными и социальными изменениями, которые оказывают существенное влияние на формирование характера, самосознания и системы ценностей человека. Особое внимание уделяется развитию мышления, эмоциональной нестабильности, стремлению к самостоятельности, потребности в признании со стороны сверстников и взрослых. Также анализируются проблемы общения подростков с родителями, педагогами и окружающим обществом, вопросы самооценки, конфликтности и адаптации в социальной среде. Подчеркивается важность поддержки семьи, школы и общества в создании благоприятных условий для гармоничного развития подростка. Исследование показывает, что понимание возрастных психологических особенностей способствует предотвращению девиантного поведения, снижению уровня тревожности и успешной социализации личности.

Ключевые слова: подростковый возраст, психология подростка, личностное развитие, самосознание, самооценка, эмоциональная нестабильность, социализация, взросление, межличностные отношения, семейное воспитание, конфликтность, мотивация, адаптация, личность, поведение.

Основная часть. Подростковый возраст является одним из наиболее важных и сложных этапов психического развития человека. Данный период охватывает переход от детства к взрослости и сопровождается значительными изменениями во всех сферах жизни личности. Именно в это время формируются основы мировоззрения, системы ценностей, самостоятельности и социальной



“SOG’LIQNI SAQLASHDA YANGI YONDASHUVLAR”
nomli respublika ilmiy-amaliy masofaviy konferensiyasi
VOLUME-1, ISSUE-1, 2026

ответственности. Подросток начинает осознавать себя как отдельную личность, стремится к независимости и ищет своё место в обществе. Одной из главных особенностей подросткового возраста являются физиологические изменения, связанные с половым созреванием организма. Быстрый рост тела, гормональные перестройки и изменения внешности оказывают большое влияние на эмоциональное состояние подростка. Часто это проявляется в повышенной чувствительности, раздражительности, тревожности и резких перепадах настроения. Подросток может испытывать внутреннее напряжение, не всегда понимая причины своих переживаний. В этот период активно развивается самосознание. Подросток начинает задумываться о своих качествах, возможностях, недостатках и будущем. У него формируется самооценка, которая нередко бывает нестабильной и зависит от мнения окружающих людей. Особенно важным становится отношение сверстников, так как подросток стремится быть принятым в коллективе, получить признание и уважение среди друзей.



Большую роль в подростковом возрасте играет общение со сверстниками. Дружба



“SOG’LIQNI SAQLASHDA YANGI YONDASHUVLAR”
nomli respublika ilmiy-amaliy masofaviy konferensiyasi
VOLUME-1, ISSUE-1, 2026

становится более глубокой и эмоционально значимой. Через взаимодействие с ровесниками подросток учится сотрудничеству, взаимопониманию, ответственности и умению выражать свои чувства. Однако именно в этой сфере могут возникать конфликты, чувство одиночества, страх быть отвергнутым или непонятым. Отношения подростков с родителями также претерпевают изменения. Если в детстве ребёнок полностью зависит от взрослых, то в подростковом возрасте усиливается стремление к самостоятельности. Это нередко приводит к спорам, непониманию и конфликтам в семье. Подросток стремится отстаивать собственное мнение, а родители не всегда готовы принять новые формы поведения ребёнка. В таких ситуациях важны доверие, уважение и открытый диалог между членами семьи. Особое значение в подростковом возрасте имеет развитие мышления. Подростки начинают рассуждать более логично, анализировать события, строить планы на будущее, интересоваться моральными и социальными вопросами. Они стремятся понять смысл жизни, справедливость, человеческие отношения и своё предназначение. Это способствует формированию зрелой личности и развитию критического мышления.

Черты характерные подростковому возрасту





**“SOG’LIQNI SAQLASHDA YANGI YONDASHUVLAR”
nomli respublika ilmiy-amaliy masofaviy konferensiyasi
VOLUME-1, ISSUE-1, 2026**

Подростковый возраст — один из самых сложных и важных этапов развития человека. Именно в этот период происходят значительные психологические, физиологические и социальные изменения, которые влияют на поведение, характер и отношение подростка к окружающему миру. Этот возраст обычно охватывает период от 12 до 17 лет и связан с переходом от детства к взрослой жизни. Прежде всего, подростковый возраст сопровождается психологическими изменениями. Подросток начинает искать своё место в обществе, стремится понять собственную личность, интересуется вопросами самооценки и признания. В этот период часто наблюдается агрессия, которая может проявляться как реакция на непонимание со стороны взрослых, внутренние переживания или желание защитить себя. Агрессивное поведение нередко связано с эмоциональной нестабильностью и неспособностью правильно выражать чувства. Также характерной чертой является необдуманный риск. Подростки часто совершают необдуманные поступки, стремятся к острым ощущениям и хотят доказать свою смелость перед сверстниками. Это объясняется недостаточным жизненным опытом и сильным желанием самоутверждения. Именно поэтому в подростковом возрасте важно внимание родителей и педагогов. Не менее важны физиологические изменения. В организме подростка происходит активный рост, гормональная перестройка, меняется внешность, голос, телосложение. Эти процессы могут вызывать неуверенность, тревожность и дискомфорт. Из-за гормональных изменений появляется резкая смена настроения: подросток может быстро переходить от радости к раздражению или грусти. Такое состояние считается естественным, но требует терпения и поддержки со стороны взрослых. одной особенностью подросткового возраста является юношеский максимализм. Подростки часто воспринимают мир в крайностях: добро или зло, правда или



“SOG’LIQNI SAQLASHDA YANGI YONDASHUVLAR”
nomli respublika ilmiy-amaliy masofaviy konferensiyasi
VOLUME-1, ISSUE-1, 2026

ложь, успех или провал. Они могут быть слишком категоричными в суждениях, резко реагировать на несправедливость и стремиться изменить окружающий мир. Максимализм помогает формировать убеждения, но иногда приводит к конфликтам. Очень важным становится стремление к независимости. Подросток хочет самостоятельно принимать решения, выбирать друзей, интересы и образ жизни. Он старается доказать свою взрослость, иногда спорит с родителями и отвергает контроль. Это естественный процесс взросления, однако подростку всё ещё необходимы советы, поддержка и разумные границы. Таким образом, подростковый возраст является периодом интенсивного развития личности. В это время формируются характер, мировоззрение, жизненные ценности и отношения с окружающими. Чтобы подросток успешно прошёл этот этап, ему необходимы понимание, уважение и помощь со стороны семьи, школы и общества. Эмоциональная сфера подростков отличается высокой интенсивностью переживаний. Даже незначительные события могут вызывать сильные эмоции. Подростки часто переживают из-за внешности, учёбы, дружбы, любви или отношения окружающих. Недостаток поддержки со стороны взрослых может привести к замкнутости, тревожности или агрессивности. Поэтому важную роль играет психологическая помощь и благоприятная атмосфера в семье и школе. В современном обществе значительное влияние на подростков оказывает интернет и социальные сети. С одной стороны, они дают возможность получать информацию, развивать способности и поддерживать общение. С другой стороны, чрезмерное использование цифровых технологий может вызывать зависимость, снижение самооценки, сравнение себя с другими и эмоциональное перенапряжение. Поэтому необходимо формировать у подростков культуру безопасного и разумного использования интернета.



Таким образом, подростковый возраст представляет собой важный этап становления личности, сопровождающийся серьёзными психологическими изменениями. В этот период подросток нуждается в понимании, поддержке и правильном воспитательном подходе со стороны семьи, школы и общества. Создание благоприятных условий для развития подростка способствует формированию уверенной, ответственной и гармонично развитой личности.

Литература

1. Выготский Л.С. Психология развития человека. — Москва: Эксмо, 2018.
2. Божович Л.И. Личность и её формирование в детском возрасте. — Москва: Питер, 2009.
3. Эльконин Д.Б. Психология развития. — Москва: Академия, 2015.
4. Кон И.С. Психология ранней юности. — Москва: Просвещение, 1989.
5. Крайг Г. Психология развития. — Санкт-Петербург: Питер, 2017.
6. Мухина В.С. Возрастная психология. Феноменология развития. — Москва: Академия, 2016.
7. Обухова Л.Ф. Возрастная психология. — Москва: Юрайт, 2020.
8. Немов Р.С. Психология. Книга 2. Психология образования. — Москва: Владос, 2014.
9. Реан А.А. Психология подростка. — Санкт-Петербург: Прайм-Еврознак, 2012.
10. Feldman R.S. Development Across the Life Span. — New York: Pearson, 2019.