



**INSONLARDAGI ALTRUIZM SIFATLARI: PSIXOLOGIK,
IJTIMOIY VA SHAXSIY RIVOJLANISH NUQTAI NAZARIDAN IJOBIY VA
SALBIY TOMONLAR**

Human Altruism Traits: Psychological, Social, and Personal Development

Aspects of Positive and Negative Sides

Andijon davlat pedagogika instituti dotsenti, PhD

Vahobova O'g'iloy Tolibjonovna

Filologiya fakulteti talabasi Ergasheva Muslimaxon Muxtarali qizi

Annotatsiya: Ushbu maqolada altruizm tushunchasi inson psixologiyasida va ijtimoiy munosabatlarda qanday namoyon bo'lishi, uning shaxsiy va jamiyat taraqqiyotiga ta'siri keng tahlil etiladi. Altruizmning ijobiy tomonlari — insonlar o'rtasida mehr, birdamlik, empatiya va yordamga tayyorlik hissini mustahkamlashi; salbiy tomonlari esa — haddan ortiq fidoyilik, o'z manfaatlarini kamsitish va boshqalar tomonidan foydalanilish xavfidir. Maqolada shaxsiy rivojlanishda muvozanatli altruizm yondashuvi taklif qilinadi.

Annotation: This article examines the concept of altruism from psychological, social, and personal development perspectives. The positive aspects of altruism include strengthening empathy, compassion, unity, and cooperation among individuals. On the other hand, the negative sides involve excessive self-sacrifice, ignoring personal needs, and the risk of being exploited. The article emphasizes the importance of balanced altruism for healthy personal and social growth.

Kalit so'zlar: altruizm, psixologiya, empatiya, jamiyat, shaxsiy rivojlanish

Key words: altruism, psychology, empathy, society, personal development

Altruizm (lotincha, „alter“ – boshqa, boshqalar) – boshqalarning farovonligi uchun beg'araz g'amxorlik bilan bog'liq faoliyatni anglatuvchi tushuncha. Fidoyilik ya'ni o'z manfaatini boshqa birovning manfaati uchun qurbon qilish bilan bog'liq. Shaxs, boshqa odamlar yoki umuman olganda umumiy manfaatlar uchun „altruizm“ atamasi faylasuf Auguste Comte tomonidan ilmiy muomalaga kiritilgan, uning



fikricha, altruizm „boshqalar uchun yashash“ me'yorining timsolidir, insoniyat jamiyatini yanada insonparvarlashtirish sari o'zgartirishning harakatlantiruvchi kuchidir. Altruizmning ijobiy va salbiy tomonlari mavjud. Bir tomondan, altruizm jamiyatda birdamlik, empatiya, va hamdardlikni kuchaytiradi, boshqa tomondan esa, haddan tashqari altruizm shaxsiy manfaatlarni e'tiborsiz qoldirishga olib kelishi mumkin. Ushbu maqolada altruizmning ijobiy va salbiy tomonlari tahlil qilinadi, shuningdek, altruizmning psixologik va ijtimoiy nuqtai nazardan qanday rivojlanishi va shaxsiy rivojlanishga ta'siri ko'rsatiladi.

C. Daniel Batson o'zining “Altruism in Humans” kitobida altruizm va empatiya o'rtasidagi bog'liqlikni chuqur tahlil qiladi. U altruistik xatti-harakatlarning asosida empatiya yotadi, ya'ni boshqa bir insonning og'ir holatini his qilish, uning azoblariga hamdardlik ko'rsatish istagi bo'ladi. Batson ko'plab tajribalarda shuni ko'rsatdiki, empatiyaga asoslangan altruistik xatti-harakatlar o'zini samarali yordam berishga majbur qiladi.¹ Misol tariqasida, Batson tomonidan o'tkazilgan eksperimentda ishtirokchilarga bir kishining azobini ko'rsatishdi va ular yordam berishga tayyor bo'ldilar. Ularning altruistik harakatlari nafaqat boshqalarga yordam berish, balki o'zlari uchun ham baxt va qoniqish keltirdi. Bu shuni ko'rsatadiki, altruizmning psixologik asoslarida boshqa bir insonning qayg'usini tushunish va unga yordam berish istagi yotadi.

Altruistik harakatlar nafaqat jamiyat uchun foydali, balki shaxsning o'z psixologik farovonligi uchun ham foydalidir. Michael Babula, “Motivation, Altruism, Personality and Social Psychology” asarida altruistik xatti-harakatlarning shaxsning ruhiy holatiga qanday ta'sir qilishini tahlil qiladi. Uning fikricha, ko'ngilli yordam berish nafaqat boshqalarga yordam beradi, balki shaxsning o'zini baxtli va to'liq his qilishiga olib keladi.² Babula olib borgan tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, altruistik xatti-harakatlar depressiya va xavotirni kamaytiradi, shuningdek, o'zini hurmat qilish va o'z qadriyatini anglashni oshiradi. Shuningdek, altruistik xatti-harakatlar stressni kamaytirishga yordam beradi, chunki ular insonga ijobiy hissiyotlar keltiradi.

¹ Batson, C. D. (2011). Altruism in humans. Oxford University Press.

² Ricard, M. (2015). Altruism: The power of compassion to change yourself and the world. Back Bay Books.



Matthieu Ricard "Altruism: The Power of Compassion to Change Yourself and the World" asarida altruizmni jamiyatda birdamlik, hamjihatlik va ishonchni rivojlantiruvchi kuch sifatida tasvirlaydi. Ricard altruizmni nafaqat shaxsiy, balki global miqyosda ijtimoiy o'zgarishlarni amalga oshirishda asosiy omil deb biladi. U altruizmning jamiyatdagi o'rni haqida shunday deydi: "Altruizm jamiyatda ijtimoiy birdamlikni mustahkamlashga yordam beradi, chunki u odamlar o'rtasidagi ishonchni kuchaytiradi va boshqalarga yordam berishga bo'lgan ishtiyoqni oshiradi."³ Ricard altruizmning ijtimoiy o'rni haqida gapirganda, Norvegiya va Butan kabi mamlakatlarni misol keltiradi. Bu mamlakatlar ijtimoiy yordam va mehr-oqibatni madaniyat sifatida qabul qilgan, natijada aholi baxt va farovonlik darajasi yuqori bo'lgan. Ricardning fikricha, altruizm jamiyatda ijtimoiy tenglik va adolatni ta'minlashga yordam beradi, bu esa jamiyatning umumiy farovonligini oshiradi.

Altruizmning bir necha turlari mavjud. O'zaro: Ijtimoiy xulq-atvorda odamlar ma'lum darajada fidoyilikka boradilar, lekin ular o'zaro qadamni kutishsa. Kontseptsiyani sotsiobiolog Robert Trivers kiritgan. Agar biz ilmiy belgilarni hisobga olmasak, o'zaro yordam shunchaki nazarda tutiladi. Cherkovlar, kichik maktablar, talabalar turar joylari va boshqalar jamoaviy ruhning "yo'lboshchilari" ning yaxshi namunasidir. Ushbu turdagi altruizm o'zaro munosabat normasiga asoslanadi va ijtimoiy o'zaro ta'sirning universal tamoyilidir. Ko'rgazmali: Ijtimoiy normalar asosida. Boshqalarga befarq hamdardlik ko'rsatib, ongsiz darajadagi bunday altruist odob-axloq qoidalariga qarshi chiqishdan qo'rqadi. Misol: avtobusda chaqaloqli onaga yo'l bering, keksa odamga yo'lni kesib o'tishga yordam bering va hokazo. Kompensatsion: Zigmund Freyd o'z asarlarida altruizmga moyillikni aybdorlik tuyg'usini qoplash bilan aniqladi. Inson o'z tashvishlarini boshqalarga nisbatan yaxshilik bilan qoplashga harakat qiladi. Ahloqiy: Deyarli har bir insonning o'z "ichki tsenzurasi" bor va bu erda u muhim rol o'ynaydi. Ichki ishonch odamga uning o'rnida hamma ham shunday qilishini taqozo qiladi. Altruizm o'zini aybdor his qilishni yoki ruhiy xotirjamlikni buzishni istamaslikka asoslanadi. Ratsional: Inson o'zining va boshqa odamlarning ehtiyojlari o'rtasida

³ Babula, M. (2013). Motivation, altruism, personality and social psychology. Palgrave Macmillan.



uyg'unlikni qidiradi. Altruistik harakatlar to'satdan impulslar emas -bu holda ular diqqat bilan ko'rib chiqiladi. Bunday altruizm bilan, shaxs o'ziga yoki boshqasiga zarar etkazish uchun harakat qilmaydi. Ota-ona: Bunday altruistlar o'z farzandiga nisbatan qurbon qilishga tayyor. Ular kelajakda mumkin bo'lgan foyda haqida o'ylamaydilar va shunchaki qo'llaridan kelganini qilishga tayyorlar. Bunday altruizmga moyil bo'lgan ota-onalar o'zlarining ambitsiyalarini amalga oshirishga harakat qilishdan ko'ra, bolaning shaxsiy xohish-istaklarini hisobga olishadi. Bu fidoyilikka asoslanadi va kelajakda ona katta bo'lgan farzandiga minnatdorchilikni kutmasdan, eng yaxshi yillarini u uchun o'tkazganini aytmaydi. Vaziyatli: Shaxs o'zini fido qiladi, psixologik ta'sirga tushadi (diniy va'z, sevgan kishining malomati, kimningdir ko'z yoshlari talabi va hokazo) yoki boshqa odamga taqlid qiladi. Bu omillar bo'lmasa, ehtimol, altruizm harakati amalga oshirilmaydi - odam bu haqda o'ylamasligi ham mumkin. Ijtimoiy: Altruist yaqin atrofdagi odamlarga (do'stlar, qarindoshlar, hamkasblar va boshqalar) bepul yordam beradi. Bunday altruizmni ijtimoiy mexanizm deb atash mumkin - bu guruhdagi qulay va ishonchli munosabatlar uchun turtki. Shuni hisobga olish kerakki, keyingi manipulyatsiyalar uchun ko'rsatilgan yordam noto'g'ri ravishda altruizm deb nomlanadi. Hamdard (rahmdil): Mehribonlik va shaxsiy niyatlar rahm-shafqatning asosiy asosiga aylanadi. Bu ko'proq oilaviy aloqalarda, shuningdek, do'stlar, sevishganlar o'rtasidagi munosabatlarda uchraydi. Inson sevgi va mehr tuyg'usi bilan yordam berish kerakligini his qiladi.

Aхлоқий: Bunday altruizmning motivi fidoyilik muhtojlarga aniq foyda keltirishini anglashdan samimiy qoniqishdir. Masalan, ko'ngillilik, murabbiylik bo'lishi mumkin. Normativ: I. Kantning axloqiy imperativiga ko'ra, axloqning u yoki bu tushunchasini vijdon deb belgilash mumkin va bu altruizm turining zahirida aynan shu narsa yotadi. Inson shaxsiy manfaat va intilishlari uchun emas, balki vijdoniga qarshi borishni istamagani uchun qurbon qilishga qaror qiladi. Altruizmning yana bir shakli - uni adolat yoki adolat doirasida tushunishdir. Bu, ayniqsa, G'arb mamlakatlarida keng tarqalgan bo'lib, fuqaro jamiyatdagi adolatsizliklarga keskin qarshi chiqib, haqiqatga va uning dunyoda g'alaba qozonishga intiladi. Altruist - bu



mumkin bo'lgan foydani boshqarmaydigan, boshqalarga nisbatan qurbonlik qiladigan odam. Beg'arazlik uning uchun tabiiy hol: yaxshilik qilsa, buning evaziga yaxshilik bilan mukofotlanadi, deb o'ylamaydi.⁴

Bugungi kunda ijtimoiy tarmoqlar altruistik harakatlarning o'sishi uchun yangi imkoniyatlar yaratdi. Ijtimoiy tarmoqlarda ko'ngilli ishlar, yordam kampaniyalari va boshqalarga yordam berishga chaqiruvlar ko'p uchramoqda. Ushbu tarmoqlarda altruistik xatti-harakatlar tezda keng tarqaladi va boshqalarni ham yordam berishga ilhomlantiradi. Bu ijtimoiy tarmoqlarda altruizmning rivojlanishiga va jamiyatda birdamlikni kuchaytirishga xizmat qiladi. Altruizmning salbiy tomonlaridan biri shundaki, ba'zi odamlar o'z manfaatlarini unutib, boshqalarga yordam berishda haddan tashqari fidoyilikni ko'rsatishlari mumkin. Batson o'zining "The Altruism Question" asarida altruizmning haddan tashqari ko'rinishlarining insonning psixologik va jismoniy salomatligiga zarar yetkazishini ta'kidlaydi. Bunday odamlar o'z ehtiyojlarini inobatga olmaydilar va bu, oxir-oqibat, ularning o'zini qadrlashiga, ruhiy salomatligiga zarar yetkazishi mumkin. Shaxsiy rivojlanishda muvozanatli altruizm yondashuvi muhim ahamiyatga ega. Shaxs, boshqalarga yordam berishdan oldin, o'zining ehtiyojlarini qondirish va o'zini rivojlantirishga e'tibor qaratishi kerak. Bu yondashuv "avval o'zingni to'ldir, keyin boshqalarga yordam ber" prinsipiga asoslanadi. Shunday qilib, shaxs nafaqat boshqalarga yordam beradi, balki o'zining ruhiy va jismoniy farovonligini ham saqlaydi.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR RO'YXATI:

1. Batson, C. D. (2011). Altruism in humans. Oxford University Press.
2. Ricard, M. (2015). Altruism: The power of compassion to change yourself and the world. Back Bay Books.
3. Babula, M. (2013). Motivation, altruism, personality and social psychology. Palgrave Macmillan.
4. Trivers, R. (1971). The evolution of reciprocal altruism. The Quarterly Review of Biology, 46(1), 35–57.

⁴ Trivers, R. (1971). The evolution of reciprocal altruism. The Quarterly Review of Biology, 46(1), 35–57.



5. Marifjon o'g M. D. et al. IJTIMOIIY MUNOSABATLARDA MANIPULYATIV TA'SIRLARNING PSIXOLOGIK ASOSLARI //O'ZBEKISTONDA FANLARARO INNOVATSIYALAR VA ILMIY TADQIQOTLAR JURNALI. – 2022. –T. 2. –No. 13. –C. 818-822.