

**INSON PSIXOLOGIYASIGA METAFORALARNING TA'SIRI**

Muallif: Axmadjonova Mastura Maqsudjon qizi

Filologiya fakulteti, Ingliz tili kafedrasi, 1-kurs talabasi

Annotatsiya: *Mazkur maqolada metaforalarning inson psixologiyasiga ta'siri o'rganiladi. Metaforalar nafaqat nutqiy vosita, balki inson ongida muayyan tasavvurlarni shakllantiruvchi kuchli psixologik omil sifatida ham ahamiyat kasb etadi. Tadqiqot davomida metaforalarning hissiy ta'siri, ularning ong osti jarayonlariga ta'siri va inson qarashlarini shakllantirishdagi roli tahlil qilinadi.*

Kalit so'zlar: *metafora, psixologiya, lingvistika, ta'sir, inson ong osti, tafakkur.*

Kirish

Inson tafakkuri obrazli fikrlash orqali shakllanadi va rivojlanadi. Shu bois metaforalar tilning faqat estetik yoki adabiy vositasi emas, balki inson ongiga bevosita ta'sir qiluvchi kuchli psixologik mexanizmdir. Tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, metaforalar orqali inson hissiyotlari, qarashlari va tushunchalari shakllanadi.

Masalan, "hayot – bu kurash", "yo'lning boshida turibmiz", "tungi yurak og'rig'i" kabi metaforalar inson ongida muayyan hissiy fon hosil qiladi. Ingliz tilida "I am drowning in work" iborasi insonning juda band ekanligini ifodalasa, bu obrazli ifoda inson psixologiyasiga ham ta'sir etishi mumkin.

Ushbu maqolada metaforalarning inson ruhiyatiga ta'siri, ularning motivatsiya va depressiya kabi hissiy holatlar bilan bog'liqligi tahlil qilinadi.

Asosiy qism**1. Metaforalar va inson ong osti**

Metaforalar ong osti jarayonlariga chuqur ta'sir ko'rsatishi mumkin. Masalan, "hayot – bu jang" kabi metafora insonni doimiy kurash holatiga undashi mumkin, natijada odam hayotga tajovuzkor yoki himoyalalanuvchi ruhda qaraydi. Boshqa tomondan, "hayot – bu sayohat" kabi metafora esa inson ruhiyatiga yengillik va



moslashuvchanlik tuygʻusini singdirishi mumkin. Bu turdagi metaforalar hayotga nisbatan ijobiy yondashuvni shakllantiradi.

Baʼzi psixologlar metaforalarning shaxsiy motivatsiya va depressiya bilan bogʻliqligini oʻrganishgan. Masalan, depressiyaga moyilligi bor insonlar koʻproq "men zulmat ichidaman", "tunnelning oxirida yorugʻlik yoʻq" kabi metaforalarni ishlatishadi. Bu esa ularning ruhiyatiga bevosita taʼsir qiladi.

2. Ijobiy va salbiy metaforalarning psixologik taʼsiri

Metaforalar odamning hissiy holatini boshqarishda ham muhim rol oʻynaydi. Ularni ijobiy va salbiy deb tasniflash mumkin:

Ijobiy metaforalar: "Yangi imkoniyat eshiklari ochilmoqda", "Hayot goʻzal bogʻ kabi", "Qiyinchiliklar – bu oʻsish imkoniyati". Bunday metaforalar insonda umid uygʻotadi, motivatsiyani oshiradi va psixologik holatini barqarorlashtiradi.

Salbiy metaforalar: "Men botqoq ichiga tushib qoldim", "Bu vaziyatdan chiqish imkonsiz", "Hayot shafqatsizdir". Bunday metaforalar insonni ruhiy tushkunlikka olib kelishi mumkin.

3. Metaforalarning kundalik hayotda qoʻllanilishi

Metaforalar insonning kunlik fikrlash tarziga bevosita taʼsir koʻrsatadi. Masalan:

Motivatsion soʻzlashuvlarda "Sen choʻqqilarni zabt etishing mumkin", "Orzularing sari qanot yoz" kabi iboralar insonni ilhomlantiradi.

Tibbiyot sohasida "Kasallik bilan kurash" iborasi bemorlarga ruhiy dalda boʻlishi mumkin.

Maktab va taʼlim tizimida "Bilim sari yoʻl", "Ilm – nur" kabi metaforalar oʻquvchilarning taʼlim jarayoniga boʻlgan qiziqishini oshirishi mumkin.

Bundan tashqari, media va reklama sohasida ham metaforalar keng qoʻllaniladi. Masalan, reklamada "Hayotingizni yanada yorqin qiling", "Siz orzularingizni parvozga chiqarishingiz mumkin" kabi iboralar ishlatiladi.

Xulosa



Metaforalar inson ruhiyatiga kuchli ta'sir ko'rsatadigan lingvistik va psixologik vositalardan biridir. Ular ong osti jarayonlarini shakllantirishi, insonning hayotga bo'lgan qarashlarini o'zgartirishi va hissiy holatiga ta'sir qilishi mumkin.

Ijobiy metaforalar inson ruhiyatini mustahkamlashga yordam bersa, salbiy metaforalar aksincha, depressiya va stressni kuchaytirishi mumkin. Shu bois, metaforalardan ongli ravishda foydalanish, motivatsion va psixologik jihatdan mos keluvchi ifodalardan foydalanish inson salomatligi uchun foydalidir. Kelajakda metaforalarning inson psixikasiga ta'sirini chuqurroq o'rganish, ulardan terapevtik jarayonlarda foydalanish imkoniyatlarini kengaytirish dolzarb ilmiy yo'nalishlardan biri bo'lib qoladi.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR

1. Lakoff, G., & Johnson, M. (1980). *Metaphors We Live By*. University of Chicago Press.
2. Kovecses, Z. (2005). *Metaphor in Culture: Universality and Variation*. Cambridge University Press.
3. Pinker, S. (2007). *The Stuff of Thought: Language as a Window into Human Nature*. Penguin Books.
4. Bo'riyev, B. (2019). *Til va psixologiya*. Toshkent: Fan nashriyoti.
5. Williams, J. (2018). *Metaphors and Mind: The Psychology of Figurative Thought*. Oxford University Press.