

## AYOLLARDA BAXT TASAVVURINING IJTIMOY PSIXOLOGIK JIHATLARI

Saidrahmatova Zaxro Saidazim qizi

*Xalqaro Nordik Universiteti magistranti*

### Annotatsiya

*maqolada baxtning psixologik jihatlari ko‘rib chiqiladi, ular tushunchalarni o‘z ichiga oladi: psixologik salomatlik, ijobiy fazilatlar va ma‘naviy qoniqish. "Baxt" tushunchasining turli mualliflari va uning psixologik xususiyatlari, ruhiy salomatlikni tavsiflovchi baxtli hayot ko‘rsatkichlarini aniqlash bo‘yicha tadqiqotlar tahlil qilinadi. Baxt tushunchasi insonning baxtga bo‘lgan munosabatini, uni idrok etish, anglash va boshdan kechirish qobiliyatini belgilaydigan yashirin (ichki) va ijtimoiy (madaniy jihatdan aniqlangan) g‘oyalar toifasiga kiruvchi murakkab kognitiv qurilish sifatida qayd etilgan.*

### Kalit so‘zlar

*baxt, psixologik salomatlik, psixologik jihatlar baxt, sub'ektiv farovonlik, hayotdan qoniqish.*

Bugungi madaniyat baxt muammosiga eng faol qiziqishni namoyish etadi, uning tarqalishi zamonaviy jamiyatda seziladi. Ko‘pchilik bozor ijtimoiy institutlarida ruhiy kasallik va depressiyaning sabablarini ko‘rishadi.

Yaqinda filosoflar, sotsiologlar, psixologlar tomonidan olib borilgan baxt hodisasini turli xil tadqiqotlar mavzuning dolzarbligi va unda hal qilinmagan nazariy muammolar mavjudligini ko‘rsatadi.

Baxt-bu qiymat munosabatlari va ustuvorliklar, e‘tiqodlar va yuqori va orzu qilingan g‘oyalar dunyosi bilan bog‘liq bo‘lgan hodisa [1]. Psixologik adabiyotlarda baxt tushunchasining aniq ta‘rifi yo‘q. Baxtning turli xil ta‘riflari faqat ijobiy, qimmatli narsani anglatadigan umumiy narsaga ega.

Baxt – bu bir tomondan ichki fiziologik (neyrofiziologik) jarayonlar, boshqa tomondan tashqi ijtimoiy-iqtisodiy, madaniy, tarixiy va boshqalar tomonidan vositachilik qilinadigan va o‘zaro bog‘liq bo‘lgan ko‘p bosqichli murakkab aqliy shakllanish.sharoitlar, uchinchi tomondan esa shaxsiy tarkib bilan belgilanadi.

XX asrning ikkinchi yarmida baxt muammolari bilan bog‘liq gumanistik yo‘naltirilgan psixologlarning (A. Maslou, R. Mey, G. Allport, E. Erikson, K. Rojers, V. Frankl va boshqalar) asarlari paydo bo‘ldi. 1973 yilda birinchi marta asosiy ma‘lumotnoma nashrlarining mavzu indeksida psixologik nashrlarga ko‘ra, baxt toifasi paydo bo‘ldi va 1974 yilda sub'ektiv farovonlik toifasi paydo bo‘ldi. Baxtga psixologik yondashuvlarning rivojlanish traektoriyasi oldingi ming yilliklarda baxtga bo‘lgan falsafiy qarashlarning rivojlanish traektoriyasiga o‘xshaydi. Ular, shuningdek, psixologik va ijtimoiy farovonlik darajasini aks ettiruvchi, baxtni inson salohiyatini ro‘yobga chiqarish darajasi bilan bog‘laydigan shaxsiy o‘zgaruvchilar nuqtai nazaridan ob'ektivistik yondashuvlarni ajratib ko‘rsatishlari mumkin (K. Riff, K. Keyes), baxtni sub'ektiv tuyg‘u bilan aniqlaydigan subyektiv yondashuvlar (E. Diener, D. Myers, M. Seligman) deb nomlangan.

Baxt, M. Seligmanning so'zlariga ko'ra, nafaqat yoqimli lahzali sub'ektiv hissiyotlarni ko'paytirishdan iborat. Haqiqiy baxt uchun haqiqiy hayot zarur. Bu ijobiy fazilatlar va ma'naviy qoniqishni anglatadi. Ma'naviy qoniqish-bu ijobiy his-tuyg'ularga to'la hayot. Ma'naviy qoniqish, o'zingiz yoqtirgan narsani to'liq iste'mol qilish, o'z-o'zini unutish va retrospektivlardan tashqari barcha his-tuyg'ularning to'liq yo'qligi bilan bog'liq.

M. Shekolaning so'zlariga ko'ra, baxt – bu baxtli daqiqalar to'plami. Shu bilan birga, baxtning sub'ektiv hissi ham shaxsiy xususiyat, ham oddiy holat bo'lishi mumkin.

M. Argil [2] baxtni umuman hayotdan qoniqish hissi, odamning o'tmishi va hozirgi kunini umumiy reflektiv baholashi va ijobiy his-tuyg'ularning chastotasi va intensivligi sifatida tushunadi.

A. A. Kronik nuqtai nazaridan, insonning baxtni topishning mumkin bo'lgan usullariga bo'lgan munosabati evdemonistik munosabat deb ataladi: hedonistik, astsetik, faol, mulohazali. Bu erda baxt o'z-o'zini amalga oshirish bilan bog'liq bo'lgan borliqning to'liqligini boshdan kechirish shakli sifatida tushuniladi. Muallif baxtni topishning psixologik usullarini insonning dunyoga bo'lgan motivatsiyasini o'zini o'zi boshqarish usullari sifatida tushunadi va bunday o'zini o'zi boshqarishning ikkita shaklini aniqlaydi: insonning dunyo ahamiyatini kuchaytirishi va uning imkoniyatlarini kuchaytirishi.

M. Chiksentmihayining ta'kidlashicha, " baxt biz bilan sodir bo'ladigan narsa emas. Bu omad yoki omadning natijasi emas. Uni pulga sotib olish yoki kuch bilan erishish mumkin emas. Bu atrofdagi voqealarga emas, balki ularning talqiniga bog'liq.

I. A. Jidaryan [3] ta'kidlaganidek, "baxtni izlash va topish jarayoni har bir yangi avlod, etnik guruh, ijtimoiy muhit va har bir shaxs uchun dolzarbdir. Odamlarning har bir yangi avlodi o'zlari uchun baxt muammosini qayta tiklaydilar va hal qiladilar, rozi bo'lmaydilar yoki rozi bo'lmaydilar va hatto o'tmishdoshlari da'vo qilgan va aytgan ko'p narsalarni rad etadilar.

Avraam M., amerikalik psixolog, insonning baxtini o'zini o'zi amalga oshirishda ko'rdi, uning yo'li barcha ehtiyojlarni qondirish orqali amalga oshiriladi: oziq-ovqat, ichimlik va xavfsizlikdagi eng oddiylardan tortib, tan olish ehtiyojigacha. O'z-o'zini anglaydigan odam xotirjam, o'ziga ishongan, iste'dodli, kamsituvchi, depressiya va g'azablanishga moyil emas, shu bilan birga sog'lom o'zini o'zi qadrlash va uyg'un ko'rinishga ega.

V. Rozanov baxt g'oyasining tarixiy paydo bo'lishiga murojaat qiladi. Biror kishi har doim baxtga bo'lgan qiziqishini kuzatib boradi (ko'pincha buni o'zi sezmasdan ham). Va har bir kishi faqat o'z baxtiga rahbarlik qilishi kerak bo'lgan talab, bu g'oyalar odamlari uchun zarur bo'lgan ma'noni inkor etishni o'z ichiga oladi, bu "faqat uning baxtiga nisbati darajasida uning intilishlari va antipatiyalarining mavzusi bo'lishi kerak".

A. N. Leontyevning so'zlariga ko'ra [4], baxtga erishish uchun inson shunchaki o'z oldiga maqsad qo'yishi va unga intilishi kerak, keyin F. Xoppe baxt, qoniqish insonning har qanday maqsadga erishishiga olib kelmaydi, balki faqat juda qiyin va shu bilan birga mumkin bo'lgan maqsadga erishishiga ishongan.

M. Argil ta'kidlaganidek, bu yoshlar dunyoqarashining hissiy va psixologik ranglanishi, uning optimizmi, kelajakka yo'naltirilganligi bilan izohlanadi [2, 207-bet]. Mahalliy va xorijiy adabiyotlarni nazariy tahlil qilish asosida baxtning bir qator nazariy modellari aniqlandi:

- mazmunli model;

- strukturaviy va dinamik model;
- madaniy va tarixiy model.

Kontseptual modelga ko‘ra, baxt tushunchasi-bu insonning baxtga bo‘lgan munosabatini, uni idrok etish, anglash va boshdan kechirish qobiliyatini belgilaydigan yashirin (ichki) va ijtimoiy (madaniy jihatdan aniqlangan) g‘oyalar toifasiga kiradigan murakkab kognitiv qurilish.

Odamlarda baxt hissi farq qiladigan yagona narsa-bu davomiylik va keskinlik. Yaxshiyamki, uzoqroq va miqdoriy jihatdan ko‘proq narsalarga ustunlik berish kerak. Agar bitta odamni emas, balki bir nechta odamni baxtli qilish mumkin bo‘lsa, unda buni amalga oshirish tavsiya etiladi.

Baxt-bu har kim tayyorlashi, tarbiyalashi va o‘z ichida saqlashi kerak bo‘lgan holat. O‘z tajribalarini boshqarishni o‘rgangan odamlar o‘zlarining hayot sifatiga ta‘sir qilishlari mumkin. Faqat shu tarzda har birimiz baxtli bo‘lishga yaqinlasha olamiz." Shuni ham yodda tutish kerakki, baxt haqidagi g‘oyalar madaniy va tarixiy shartga ega.

#### **ADABIYOTLAR / MALUMOTNOMALAR:**

1. Tatarkevich V. insonning baxti va mukammalligi to‘g‘risida. M.: Progress, 1981 Yil. 368 s.
2. Argil M. baxt psixologiyasi. M.: Piter, 2003 Yil. 207 s.
3. Jidaryan I. A. rus mentalitetidagi baxt g‘oyasi. Qarang:: Aleteya, 2001 yil. 242 s.
4. Leontiev A. N. Faoliyat. Ong. Shaxs // A. N. Leontyev. M.: Politizdat, 1975 Yil. 304 s.