

Date: 11th January-2025

ALTRUIZM VA YORDAM KO'RSATISH: IJTIMOY PSIXOLOGIYANING MUHIM TUSHUNCHALARI

Abdurashidova Gavhar

Osiyo xalqaro universiteti o'qituvchisi

Annotatsiya: Altruizm va yordam ko'rsatish ijtimoiy psixologiyaning asosiy tushunchalaridan biridir. Ular odamlarning o'zaro munosabatlaridagi ijtimoiy motivatsiya, insonparvarlik va hamjihatlikni ifodalaydi. Ushbu maqolada altruizm va yordam ko'rsatishning psixologik, ijtimoiy va madaniy jihatlari, ularning shakllanishi va jamiyatdagi roli tahlil qilinadi. Altruizm, ya'ni boshqa odamlar uchun hech qanday shaxsiy manfaat kutmasdan yordam ko'rsatish, odamlarning o'zaro bog'liqligini va jamiyatdagi ijtimoiy barqarorlikni ta'minlaydi. Maqolada altruizm va yordam ko'rsatishning motivatsiyalari, ularni qo'llab-quvvatlovchi ijtimoiy omillar va bu jarayonlarning shaxsiy va jamoaviy hayotdagi ta'siri haqida so'z yuritiladi. Shuningdek, altruizmning biologik, psixologik va ijtimoiy asoslari, uning jamiyatdagi ijobiy o'zgarishlarga ta'siri haqida ham fikrlar bildiriladi.

Kalit so'zlar: Altruizm, yordam ko'rsatish, ijtimoiy psixologiya, insonparvarlik, ijtimoiy motivatsiya, hamjihatlik, psixologik motivatsiyalar, biologik asoslar, ijtimoiy barqarorlik, shaxsiy manfaat.

Kirish:

Altruizm va yordam ko'rsatish odamlarning o'zaro aloqalarini, jamiyatda o'zaro bog'liqlikni va insonparvarlikni ta'minlaydigan asosiy motivatsiyalar sifatida ijtimoiy psixologiya sohasida katta ahamiyatga ega. Altruizm bu o'z manfaatlarini bir chetga surib, boshqalarning farovonligi uchun yordam berishga intilishdir. Shaxsning altruistik xatti-harakati ko'pincha ijtimoiy normativlarga, madaniy qadriyatlar va diniy ta'limotlarga asoslanadi. Altruizmning zamonaviy tushunchalari ko'plab nazariyalar, jumladan, evolyutsion psixologiya va ijtimoiy aloqalar nazariyasiga asoslanadi. Yordam ko'rsatish, altruizmning ko'rinishlaridan biri bo'lib, odamlarning bir-biriga yordam berishi orqali ijtimoiy barqarorlikni va muvozanatni saqlashda muhim rol o'ynaydi. Altruizmning ilmiy o'rganilishi, uning insoniyatning ijtimoiy hayotidagi markaziy ahamiyatini ko'rsatadi va bu xatti-harakatlarning motivatsiyalari haqida ko'plab savollarni yuzaga keltiradi.

Asosiy qism: Altruizmning ko'rinishlari va motivatsiyalari turlicha bo'lishi mumkin. Birinchidan, altruistik xatti-harakatlarning biologik asoslari bor. Evolyutsion psixologiya nuqtai nazaridan altruizm, odamlarning genetik rivojlanishi va o'zlarini qo'llab-quvvatlovchi guruhlarni mustahkamlash uchun rivojlangan. Shunday qilib, altruistik xatti-harakatlar, ko'pincha, "genetik o'zgarish" va "yaxshi jamiyat" yaratish maqsadida yuzaga keladi. Bu nuqtai nazar, ya'ni "genetik altruizm"ning fikriga ko'ra, shaxsning altruistik harakati o'z manfaatlariga zid bo'lsa ham, guruh yoki jamiyatning umumiy farovonligini oshirishga qaratilgan.



Date: 11th January-2025

Ikkinchi jihat, altruizmning psixologik motivatsiyalari haqida so'z yuritish mumkin. Ko'plab tadqiqotlar, altruistik xatti-harakatlarning shaxslarning o'zini yaxshi his qilishiga, hissiy rohat olishiga va jamiyatda o'zini qadrli his qilishiga yordam berishini ko'rsatgan. Ya'ni, odamlar yordam ko'rsatish orqali o'zlariga ijtimoiy imtiyozlar olishadi, ijtimoiy qabul qilinishni ta'minlashadi va o'zlarining ijtimoiy rolini mustahkamlashadi. Psixologik nuqtai nazardan, altruizm ko'pincha o'zini oqlash, ruhiy muvozanatni saqlash yoki boshqa odamlar bilan o'zaro bog'lanish zaruriyatidan kelib chiqadi. Odamlar boshqalarga yordam berish orqali o'zlarining ichki qoniqishlariga erishishadi, bu esa jamiyatda o'ziga bo'lgan ishonchni oshiradi.

Altruizmning ijtimoiy motivatsiyalari ham juda muhimdir. Ijtimoiy psixologiya nuqtai nazaridan, altruizm ko'pincha guruh a'zolariga yordam ko'rsatish yoki jamiyatdagi ijtimoiy normativlarga rioya qilish zaruriyatidan kelib chiqadi. Madaniyat va ijtimoiy kontekst shaxslarning altruistik xatti-harakatlarini shakllantiradi. Masalan, ayrim jamiyatlarda, yordam ko'rsatish odatiy va majburiy bo'lishi mumkin, boshqalarda esa bu xatti-harakatlar ijtimoiy imtiyozlar yoki mukofotlar bilan bog'liq bo'ladi. Boshqalar bilan muloqotda altruizm, odamlarni o'zaro hurmatga, yaxshilik qilishga va o'zaro yordamga chaqiradi. Shu bilan birga, altruistik xatti-harakatlar, odamlarning ijtimoiy farovonlikni oshirish, salbiy o'zgarishlarga qarshi kurashish va ijtimoiy tarmoqlarni mustahkamlashga qaratilgan bo'lishi mumkin.

Yordam ko'rsatish, altruizmning o'ziga xos shakli sifatida ijtimoiy tizimda o'zaro bog'liqlikni ta'minlashda muhim rol o'ynaydi. Yordam ko'rsatishning shakllari va usullari turlicha bo'lishi mumkin. Ular insonning shaxsiy xohish-istaklariga, shaxsiy resurslarga va jamiyatdagi ijtimoiy talablar bilan bog'liq bo'ladi. Masalan, kimdir yordam ko'rsatish orqali o'zining empatiya va hissiy qo'llab-quvvatlashiga erishsa, boshqalar yordam ko'rsatish orqali ijtimoiy statusini oshiradi yoki jamiyatdagi pozitsiyasini mustahkamlaydi. Yordam ko'rsatish nafaqat shaxsiy yordam, balki ijtimoiy guruhlar, notijorat tashkilotlar yoki global ijtimoiy tashkilotlar tomonidan ham amalga oshiriladi. Jamiyatda yordam ko'rsatishning ijtimoiy o'zgarishlarga, tenglikka va adolatga ta'sir qilishi mumkin.

Shuningdek, yordam ko'rsatish va altruizm ijtimoiy barqarorlikni ta'minlashda ham muhimdir. Yordamning o'zaro bog'lanish va umumbashariy masalalarga, masalan, ekologik inqirozlar, ozuqa xavfsizligi yoki salomatlik sohasidagi muammolar bilan kurashishda yordam beradi. Altruizm jamiyatdagi tengsizlikni kamaytirishga, ziddiyatlarni bartaraf etishga va ijtimoiy tarmoqlarni rivojlantirishga yordam beradi.

Xulosa:

Altruizm va yordam ko'rsatish ijtimoiy psixologiyaning markaziy tushunchalari bo'lib, ular jamiyatda ijtimoiy barqarorlikni, o'zaro bog'liqlikni va insonparvarlikni ta'minlashda muhim rol o'ynaydi. Altruizmning biologik, psixologik va ijtimoiy motivatsiyalari odamlarning o'zaro munosabatlarini shakllantiradi va jamiyatda ijtimoiy izdoshlikni kuchaytiradi. Yordam ko'rsatish va altruistik xatti-harakatlar, ijtimoiy guruhlar o'rtasidagi o'zaro aloqalarni yaxshilash va jamiyatdagi ijtimoiy adolatni ta'minlash uchun zarurdir. Shu bilan birga, altruizmning ijtimoiy o'zgarishlarga va global masalalarga ta'siri ham



Date: 11th January-2025

muhimdir. Shuning uchun, altruizm va yordam ko'rsatish jamiyatda ijtimoiy farovonlikni ta'minlashda asosiy tushunchalar sifatida ko'rib chiqiladi.

ADABIYOTLAR:

1. Abdurashidova, G. (2024). O'QUVCHILARDA DESTRUKTIV XULQ KO'RINISHLARINING PAYDO BO'LISHI VA UNING OLDINI OLISH CHORALARI. *Medicine, pedagogy and technology: theory and practice*, 2(9), 651-659.
2. Abdurashidova, G. (2024, May). O 'smirlarda destruktiv xulq ko 'rishlari shakllanishining ijtimoiy-psixologik xususiyatlari. In *CONFERENCE ON THE ROLE AND IMPORTANCE OF SCIENCE IN THE MODERN WORLD* (Vol. 1, No. 4, pp. 5-7).
3. Икромова, С. А. (2024). ЭТАПЫ РАЗВИТИЯ ПСИХОЛОГИИ В ЖИЗНИ ЧЕЛОВЕКА. Introduction of new innovative technologies in education of pedagogy and psychology, 1(3), 26-31.
4. Ikromova, S. A. (2024). INTELLEKT VA IQBOL: KOGNITIV PSIXOLOGIYA. Problems and solutions at the stage of innovative development of science, education and technology, 1(2), 99-104.
5. Икромова, С. А. (2024). ОСНОВНЫЕ ОБЩИЕ ПОНЯТИЯ И ОСНОВНЫЕ НАПРАВЛЕНИЯ ПСИХОЛОГИИ. Introduction of new innovative technologies in education of pedagogy and psychology, 1(3), 20-25.
6. Икромова, С. А. (2024). ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ РАЗВИТИЕ МОЛОДЕЖИ И ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ КРИЗИСЫ. New modern researchers: modern proposals and solutions, 1(2), 29-35.
7. Икромова, С. А. (2024). ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ ПРОЦЕССЫ И ПАМЯТЬ ЧЕЛОВЕКА. Introduction of new innovative technologies in education of pedagogy and psychology, 1(3), 59-65.
8. Ikromova, S. A. (2024). PSIXOLOGIK SALOMATLIK VA UNING JAMIYATDAGI ROLI. Problems and solutions at the stage of innovative development of science, education and technology, 1(2), 93-98.
9. Икромова, С. А. (2024). КОНСУЛЬТИРОВАНИЕ И ТЕРАПИЯ ЛЮДЕЙ В СОЦИАЛЬНОЙ СРЕДЕ. New modern researchers: modern proposals and solutions, 1(2), 8-14.
10. Икромова, С. А. (2024). ОТВЕТСТВЕННОСТЬ ПСИХОЛОГА. New modern researchers: modern proposals and solutions, 1(2), 63-68.
11. Икромова, С. А. (2024). ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ПРОБЛЕМЫ И ИХ РЕШЕНИЯ. Introduction of new innovative technologies in education of pedagogy and psychology, 1(3), 46-52.
12. Ikromova, S. A. (2024). PSIXOLOGIK YORDAMNING ASOSIY USULLARI: MASLAHATLASHUV VA TERAPIYA. Problems and solutions at the stage of innovative development of science, education and technology, 1(2), 87-92.
13. Ikromova, S. A. (2024). EMOTSIYALAR VA ULARNING PSIXOLOGIK TA'SIRI. Problems and solutions at the stage of innovative development of science, education and technology, 1(2), 105-110.



Date: 11th January-2025

14. Ikromova, S. A. (2024). PSIXOLOGIK MUAMMOLAR VA ULARNING DAVOLASH USULLARI. Problems and solutions at the stage of innovative development of science, education and technology, 1(2), 75-80.
15. Икромова, С. А. (2024). ЭМОЦИИ И ИХ ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ЭФФЕКТЫ. New modern researchers: modern proposals and solutions, 1(2), 49-55.
16. Ikromova, S. A. (2024). SHAXSIYAT PSIXOLOGIYASI VA UNING SHAKLLANISHI. Problems and solutions at the stage of innovative development of science, education and technology, 1(2), 62-67.
17. Икромова, С. А. (2024). ФРЕЙД И ЕГО ВКЛАД В НАУКУ ПСИХОЛОГИЯ. New modern researchers: modern proposals and solutions, 1(2), 43-48.
18. Ikromova, S. A. (2024). KOGNITIV PSIXOLOGIYA: BILISH JARAYONLARI VA XOTIRA. Problems and solutions at the stage of innovative development of science, education and technology, 1(2), 81-86.
19. Икромова, С. А. (2024). ЭМОЦИОНАЛЬНЫЕ ОПЫТЫ ЧЕЛОВЕКА И ПРОЦЕСС НИМИ УПРАВЛЕНИЯ. Introduction of new innovative technologies in education of pedagogy and psychology, 1(3), 14-19.
20. Икромова, С. А. (2024). ПОВЕДЕНИЕ ЧЕЛОВЕКА И ВНУТРЕННЯЯ МОТИВАЦИЯ. Introduction of new innovative technologies in education of pedagogy and psychology, 1(3), 8-13.
21. Икромова, С. А. (2024). ОСНОВЫ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО ЗДОРОВЬЯ. New modern researchers: modern proposals and solutions, 1(2), 22-28.
22. Икромова, С. А. (2024). РАЗЛИЧИЯ В МУЖСКОЙ И ЖЕНСКОЙ ПСИХОЛОГИИ. New modern researchers: modern proposals and solutions, 1(2), 1-7.
23. Ikromova, S. A. (2024). STRESS VA UNING PSIXOLOGIK TA'SIRI. Problems and solutions at the stage of innovative development of science, education and technology, 1(2), 68-74.
24. Икромова, С. А. (2024). ПСИХОЛОГИЯ РАЗВИТИЯ ОТ ДЕТСТВА ДО ВЗРОСЛОСТИ. Introduction of new innovative technologies in education of pedagogy and psychology, 1(3), 1-7.
25. Ikromova, S. A. (2024). PSIXOLOGIK REABILITATSIYA VA MUAMMOLI SHAXSLAR BILAN ISHLASH. Problems and solutions at the stage of innovative development of science, education and technology, 1(2), 111-116.
26. Икромова, С. А. (2024). ГРУППЫ И СОЦИАЛЬНОЕ ВЛИЯНИЕ ЛЮДЕЙ В СОЦИАЛЬНОЙ СРЕДЕ R. Introduction of new innovative technologies in education of pedagogy and psychology, 1(3), 32-38.
27. Икромова, С. А. (2024). ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ РЕАБИЛИТАЦИЯ, ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ ПОДДЕРЖКА И ВОССТАНОВИТЕЛЬНЫЕ ПРОЦЕССЫ. New modern researchers: modern proposals and solutions, 1(2), 56-62.
28. Икромова, С. А. (2024). ПСИХОЛОГИЯ ЛИЧНОСТИ И ВНУТРЕННИЙ МИР ЧЕЛОВЕКА. Introduction of new innovative technologies in education of pedagogy and psychology, 1(3), 53-58.



Date: 11th January-2025

29. Ikromova, S. A. (2024). TUG'ISH VA OTA-ONA BO'LISHNING PSIXOLOGIK ASOSI. Problems and solutions at the stage of innovative development of science, education and technology, 1(2), 117-122.

30. Икромова, С. А. (2024). КОГНИТИВНАЯ ПСИХОЛОГИЯ ПСИХИЧЕСКИЕ ПРОЦЕССЫ ЧЕЛОВЕКА. New modern researchers: modern proposals and solutions, 1(2), 36-42.

31. Икромова, С. А. (2024). ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ РОДИТЕЛЬСТВА. New modern researchers: modern proposals and solutions, 1(2), 15-21.

32. Икромова, С. А. (2024). СТРЕСС И ЕГО ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ ВОЗДЕЙСТВИЕ НА ЧЕЛОВЕКА. Introduction of new innovative technologies in education of pedagogy and psychology, 1(3), 39-45.

33. Ikromova, S. A. (2024). JINSIY PSIXOLOGIYA: ERKAK VA AYOL PSIXOLOGIYASI FARQLARI. Methods of applying innovative and digital technologies in the educational system, 1(2), 277-282.

34. Ikromova, S. A. (2024). PSIXOLOGIYADA ETIKA VA QONUNLAR: PSIXOLOGNING JAVOBGARLIGI. Methods of applying innovative and digital technologies in the educational system, 1(2), 265-270.

35. Ikromova, S. A. (2024). YOSHLAR VA PSIXOLOGIK KRIZISLAR. Methods of applying innovative and digital technologies in the educational system, 1(2), 283-288.

36. Ikromova, S. A. (2024). FREUD VA UNING PSIXOLOGIYA ILMIGA QO 'SHGAN HISSASI. Methods of applying innovative and digital technologies in the educational system, 1(2), 319-322.

37. Ikromova, S. A. (2024). IJTIMOY PSIXOLOGIYA: GURUHLAR VA IJTIMOY TA 'SIRLAR. Methods of applying innovative and digital technologies in the educational system, 1(2), 271-276.

38. Ikromova, S. A. (2024). IJTIMOY PSIXOLOGIYANING BUGUNGI KUNDAGI AHAMIYATI. PEDAGOGIK TADQIQOTLAR JURNALI, 2(1), 193-196.

39. Akbarovna, I. S. (2024). BOSHLANG 'ICH SINFLARDA O 'QITISHDA MULTIMEDIA TEXNOLOGIYALARINING ROLI. Introduction of new innovative technologies in education of pedagogy and psychology, 1(3), 108-113.

40. Akbarovna, I. S. (2024). BOLALARNING O 'QISH VA YOZISH KO 'NIKMALARINI RIVOJLANTIRISHNING SAMARALI USULLARI. Introduction of new innovative technologies in education of pedagogy and psychology, 1(3), 120-125.

41. Akbarovna, I. S. (2024). BOSHLANG 'ICH TA 'LIMDA O 'YINLAR ORQALI O 'QITISH: AFZALLIKLAR VA USULLAR. Introduction of new innovative technologies in education of pedagogy and psychology, 1(3), 126-131.

42. Akbarovna, I. S. (2024). BOSHLANG 'ICH TA 'LIMDA INTEGRATSIYALASHGAN YONDASHUVNING AHAMIYATI. Introduction of new innovative technologies in education of pedagogy and psychology, 1(3), 114-119.



Date: 11th January-2025

43. Akbarovna, I. S. (2024). STRESS, DEPRESSIYA VA BOSHQA RUHIY HOLATLARNING PSIXOLOGIYADAGI O'RNI. *Science, education, innovation: modern tasks and prospects*, 1(3), 7-13.
44. Akbarovna, I. S. (2024). PSIXOLOGIK RIVOJLANISH BOSQICHLARI VA ULARNING AHAMIYATI. *Science, education, innovation: modern tasks and prospects*, 1(3), 14-19.
45. Akbarovna, I. S. (2024). QAYTA ISHLASH JARAYONI, XOTIRA, FIKRLASH VA MUAMMONI HAL QILISH. *Science, education, innovation: modern tasks and prospects*, 1(3), 32-37.
46. Akbarovna, I. S. (2024). IJTIMOIIY MUNOSABATLAR, GURUH DINAMIKASI VA INSONLARNING IJTIMOIIY DAVRANISHLARI. *Science, education, innovation: modern tasks and prospects*, 1(3), 26-31.
47. Akbarovna, I. S. (2024). EMOTSIYALARNI TANISH, IFODALASH VA BOSHQARISH USULLARI. *Science, education, innovation: modern tasks and prospects*, 1(3), 20-25.
48. Сайфуллаева, Н. Б. (2021). ВАЖНЫЕ АСПЕКТЫ ИСПОЛЬЗОВАНИЯ ЦИФРОВЫХ ТЕХНОЛОГИЙ В СИСТЕМЕ КЛАССНЫХ УРОКОВ. *Вестник науки и образования*, (15-3 (118)), 40-42.
49. Сайфуллаева, Н. Б. (2022). ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ДИДАКТИЧЕСКОГО ПРОГРАММНОГО ОБЕСПЕЧЕНИЯ В ОБУЧЕНИИ МАТЕМАТИКЕ. In *НОВЫЕ ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ ИССЛЕДОВАНИЯ* (pp. 10-12).
50. Сайфуллаева, Н. Б. (2023). РОЛЬ ЦИФРОВЫХ ТЕХНОЛОГИЙ В ОБУЧЕНИИ КОМПЬЮТЕРНЫМ НАУКАМ. *Universum: технические науки*, (4-1 (109)), 41-43.
51. Toymurodov, A. (2023, December). MODERN INTERPRETATION OF PSYCHODIAGNOSTICS AND PSYCHOCORRECTION OF EXTREME SITUATIONS. In *INTERNATIONAL SCIENTIFIC CONFERENCE" SCIENTIFIC ADVANCES AND INNOVATIVE APPROACHES"* (Vol. 1, No. 5, pp. 71-79).
52. Toymurodov, A. (2023). BASICS OF PROVIDING PSYCHOLOGICAL SERVICES TO MILITARY PERSONNEL. *Академические исследования в современной науке*, 2(24), 148-152.
53. Fattullayeva, M. M. (2024). О 'QUVCHILARNING KOMMUNIKATIV KOMPETENSIYALARINI SHAKLLANTIRISHDA ERTAKLAR O 'QITISHNING NAZARIY VA METODIK ASOSLARI. *PEDAGOG*, 7(4), 243-248.
54. qizi Fattullayeva, M. M. (2024). INSONNING XULQ-ATVORI VA MOTIVATSIYASI. *Methods of applying innovative and digital technologies in the educational system*, 1(2), 301-306.
55. qizi Fattullayeva, M. M. (2024). YOSH VA PSIXOLOGIK RIVOJLANISH: BOLALIKDAN KATTALIKKA QADAR. *Methods of applying innovative and digital technologies in the educational system*, 1(2), 295-300.
56. qizi Fattullayeva, M. M. (2024). PSIXOLOGIYANING UMUMIY TUSHUNCHASI VA ASOSIY SOHALARI. *Methods of applying innovative and digital technologies in the educational system*, 1(2), 289-294.



Date: 11th January-2025

57. qizi Fattullayeva, M. M. (2024). INSONNING HISSIY TAJRIBALARI VA ULARNI BOSHQARISH. *Methods of applying innovative and digital technologies in the educational system*, 1(2), 307-312.

58. qizi Fattullayeva, M. M. (2024). INSON PSIXIKASINING RIVOJLANISH BOSQICHLARI. *Methods of applying innovative and digital technologies in the educational system*, 1(2), 313-318.

59. Fattullayeva, M. (2024). O 'QUVCHILARNING SO 'Z BIRIKMASI, GAP USTIDA ISHLASH KO 'NIKMASINI O 'STIRISH. *Medicine, pedagogy and technology: theory and practice*, 2(9), 534-542.

60. Kamilovna, R. N. (2021). Coaching approach at a mathematics lesson in grade 3 in the educational structure "equal partner". *Asian Journal of Multidimensional Research (AJMR)*, 10(1), 228-234.

61. Rajabova, N., & Fayziyeva, D. (2021). FOLKLORISM IN THE WORKS OF DILSHOD RAJAB. In *АКТУАЛЬНЫЕ ВОПРОСЫ СОВРЕМЕННОЙ НАУКИ И ОБРАЗОВАНИЯ* (pp. 212-214).

62. Rajabova, N. (2023). BO'LAJAK BOSHLANG'ICH SINFI O'QITUVCHILARINING TADQIQOTCHILIK KO'NIKMALARINI RIVOJLANTIRISH. *ЦЕНТР НАУЧНЫХ ПУБЛИКАЦИЙ (buxdu.uz)*, 27(27).

