

O'SMIRLARDA ALTRUISTIK XULQ-ATVORNING RIVOJLANISHI VA NAZARIY YONDASHUVLAR

Ochilova Buston Botir qizi

Navoiy davlat universiteti 1-kurs magistranti

Annotatsiya. *Ushbu maqolada altruizm tushunchasi, o'smirlik davrida uning shakllanishi hamda tegishli nazariy yondashuvlar qisqacha tahlil qilinadi. Altruistik xatti-harakatlarning psixologik, ijtimoiy va evolyutsion asoslari, shuningdek, onlayn muhitdagi o'zgarishlari ko'rib chiqiladi.*

Kalit so'zlar: *altruizm, o'smirlik, prosotsial xulq-atvor, nazariy yondashuvlar, empatiya, onlayn altruizm.*

Аннотация. *В данной статье кратко анализируется альтруизм, формирование альтруизма в подростковом возрасте и связанные с ним теоретические подходы.*

Ключевые слова: *альтруизм, подростковый возраст, просоциальное поведение, теоретические подходы, эмпатия, онлайн-альтруизм.*

Abstract. *This article briefly analyzes altruism, its development during adolescence, and related theoretical approaches.*

Keywords: *altruism, adolescence, prosocial behavior, theoretical approaches, empathy, online altruism.*

Kirish. Altruistik xulq-atvor – boshqalarga foyda keltirish maqsadida, shaxsiy manfaat yoki mukofot kutmagan holda amalga oshiriladigan ixtiyoriy harakatlardir. O'smirlik davri shaxsiyatning eng murakkab shakllanish bosqichlaridan biri bo'lib, bu vaqtda altruizm nafaqat ijtimoiy munosabatlar va emotsional farovonlikka, balki axloqiy qadriyatlar, identifikatsiya va jamiyatga moslashish jarayonlariga ham sezilarli ta'sir ko'rsatadi.

Zamonaviy jamiyatda o'smirlarning altruistik xatti-harakatlarini o'rganish dolzarbdir, chunki identifikatsiya izlanishi, tengdoshlar bosimi va emotsional qo'zg'aluvchanlik altruizmni kuchaytirishi yoki aksincha, egoizm va izolyatsiyaga olib kelishi mumkin.

O'zbekistonda altruizm mustaqil ilmiy yo'nalish sifatida hali to'liq shakllanmagan. Mavjud tadqiqotlarda u ko'pincha prosotsial xulq-atvor, ma'naviy-axloqiy tarbiya, shaxs kamoloti va ijtimoiy faollik tushunchalari orqali yoritilgan. "Altruizm" atamasi kam qo'llaniladi; uning o'rniga "insonparvarlik", "mehr-shafqat", "boshqalarga yordam berish", "ijtimoiy mas'uliyat" kabi iboralar ishlatiladi. Bu milliy-ma'naviy qadriyatlar bilan uyg'un talqinni ko'rsatadi.

O'zbek olimlari (E. G'oziev, M. Davletshin, V. Karimova va boshqalar) altruizmni shaxsning ijtimoiylashuvi, axloqiy ong va jamiyat manfaati bilan bog'lab

izohlagan. Biroq uning aniq psixologik modeli, strukturasi va mexanizmlari alohida chuqur o'rganilmagan. Shu sababli, milliy va madaniy xususiyatlarni hisobga olgan holda xorijiy metodikalarni moslashtirib tadqiq qilish dolzarb vazifa

Asosiy qism. Altruizm tushunchasini ilmiy adabiyotga birinchi marta Ogüst Kont kiritgan bo'lib, uni insonning "boshqalar uchun yashash" printsipli sifatida ta'riflagan (Batson, 2011 ga asosan). Keyingi davrlarda bu hodisa turli ilmiy yo'nalishlarda chuqur o'rganilib, bir qancha asosiy nazariy yondashuvlar shakllandi.

Evolutsion yondashuvlar altruizمنى biologik moslashuv mexanizmi sifatida ko'rib chiqadi. Masalan, Charles Darwin altruistik xatti-harakatni guruhning omon qolish imkoniyatini oshiruvchi omil deb hisoblagan. William Hamilton qarindoshlik altruizmi nazariyasini ishlab chiqib, genetik yaqinlikka asoslangan yordam berishni tushuntirgan. Robert Trivers esa o'zaro (reciprocal) altruizm kontseptsiyasini taklif qilgan: bugungi yordam kelajakda qaytarilishi mumkin bo'lgan investitsiya sifatida qaraladi, bu esa uzoq muddatli hamkorlikni ta'minlaydi (Trivers, 1971).

Psixanalitik talqinlarda altruizm shaxsning ichki psixik tuzilmalari bilan bog'lanadi. Zigmund Freyd nazariyasiga ko'ra, altruistik harakatlar superego (axloqiy nazorat instansiyasi) ning rivojlanganligi natijasida yuzaga keladi. Anna Freyd esa uni himoya mexanizmlaridan biri deb baholagan, ya'ni shaxs o'z ichki konfliktlarini boshqalarga yordam berish orqali yumshatadi.

Gumanistik psixologiyada altruizm shaxsiy o'sishning yuqori bosqichlari bilan izohlanadi. Abraham Maslow o'zini o'zi aktualizatsiya qilgan shaxslarda fidokorlik va jamiyat oldidagi mas'uliyat kuchayishini ta'kidlagan. Bu darajadagi individlar empatiyaga boy bo'lib, boshqalarga yordam berishni o'z qadriyatlarining ajralmas qismi deb biladilar.

Ushbu yondashuvlar altruizmning turli tomonlarini ochib beradi: evolyutsion jihatdan u omon qolish strategiyasi, psixanalitik nuqtai nazardan – ichki muvozanatni saqlash vositasi, gumanistik nuqtai nazardan esa – shaxsiyatning eng yuqori darajadagi ifodasi. Zamonaviy tadqiqotlarda bu nazariyalar integrativ tarzda qo'llaniladi, masalan, empatiya-altruizm gipotezasi (Batson, 2011) yoki bolalar va o'smirlardagi prosotsial rivojlanish modellari (Eisenberg et al., 2006) da.

O'smirlarda altruizm (prosotsial xulq-atvorning eng yuqori shakli) ko'pincha kundalik hayotda, oila, maktab, do'stlar doirasi va onlayn muhitda namoyon bo'ladi. Bu harakatlar shaxsiy manfaat kutmagan holda boshqalarga yordam berishga asoslanadi va o'smirlik davrida empatiya, ijtimoiy mas'uliyat va identifikatsiya jarayonlari kuchayishi bilan bog'liq. Quyida real hayotdan olingan va tadqiqotlarda tasdiqlangan amaliy misollar keltirilgan (oflayn va onlayn bo'linib).

O'smirlar ko'pincha yaqin doira (do'stlar, oila, sinfdoshlar) va jamiyatga yo'naltirilgan altruistik harakatlarni ko'rsatadi. Tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, bu yoshda altruizm yaqin odamlarga nisbatan kuchliroq bo'ladi, lekin ba'zan begonalarga ham qaratiladi (masalan, adolat tuyg'usi tufayli).

Tengdoshlarga yordam berish va ulashish: Sinf doshi yoki do'st darsda yordam so'rasa, o'smir o'z vaqtini sarflab tushuntiradi yoki loyihada yordam beradi, hatto o'zi band bo'lsa ham. Masalan, uy vazifasini unutgan do'stiga o'z daftarini berib yuborish yoki imtihon oldidan birga o'qish.

Volontyorlik va jamiyat xizmatlari: Maktabda yoki tashqarida qariyalar uyiga borib, ularga suhbatlashish, ovqat tarqatish yoki ekologik tozalash aksiyalarida ishtirok etish. O'zbekistonda ham o'smirlar "Mehribonlik" dasturlari orqali nogironlar yoki yetim bolalarga yordam berishadi.

Begonalarga yordam berish va adolatli harakatlar: Ko'chada yiqilgan odamga yordam berish, avtobusda o'rindiqni kekxa yoki homilador ayolga bo'shatib berish. Tadqiqotlarda (masalan, yosh o'smirlar kattalarga qaraganda begonalarga ko'proq pul ulashish yoki adolatsizlikni jazolashda faolroq bo'lishadi) bu idealizm va emotsional qo'zg'aluvchanlik bilan bog'lanadi.

Oilaviy va yaqin doiradagi fidoyilik: Katta oilada yoshroq ukasi yoki singlisiga vaqtini sarflab o'qishga yordam berish, yoki ota-onaga uy ishlarida yordam berib, ularning yukini yengillashtirish.

Hayvonlarga yordam: Ko'chadagi it yoki mushuklarni boqish, veterinarga olib borish yoki hayvonlar uchun boshpana loyihalarida ishtirok etish.

Bularning barchasi o'smirlardagi oflayn (real hayotdagi) altruizmga misol bo'la oladi. Bu harakatlar o'smirlarning o'z-o'zini hurmat qilishini oshiradi, stressni kamaytiradi va ijtimoiy ko'nikmalarni rivojlantiradi.

Raqamli muhitda altruizm yangi (onlayn) shakllarga ega: maslahat berish, qo'llab-quvvatlash va moddiy yordam. O'smirlar ijtimoiy tarmoqlarda (Instagram, Telegram, TikTok, Reddit) ko'proq faol.

Maslahat va emotsional qo'llab-quvvatlash berish: Forumlarda (masalan, Reddit yoki o'zbekcha guruhlarda) depressiya, o'qish muammolari yoki oilaviy qiyinchiliklari haqida yozganlarga yordamchi maslahatlar berish, "sen yolg'iz emassan" deb yozish yoki shaxsiy tajribani baham ko'rish.

Onlayn xayriya va fond yig'ish: GoFundMe yoki o'zbekcha platformalarda kasal bolalar, tabiiy ofat qurbonlari uchun pul yig'ishda ishtirok etish yoki o'z postlari orqali targ'ib qilish. Masalan, ijtimoiy tarmoqlarda "Bir kunlik ovqatimni sadaqa qilaman" deb pul o'tkazish.

Kontent ulashish va targ'ib qilish: Ekologik muammolar, ijtimoiy adolatsizlik yoki ta'lim haqida foydali postlarni repost qilish, yoki o'z tajribasidan foydali videolar yaratib, bepul tarqatish (masalan, o'qish texnikalari bo'yicha).

Do'stlarga virtual yordam: Do'st onlayn qiyinchilikda bo'lsa (masalan, stress yoki yolg'izlik), tun bo'yi chatda suhbatlashib, qo'llab-quvvatlash.

O'zbekiston kontekstida onlayn altruizm ko'pincha Telegram guruhlarida (maktab sinflari, mahalla yoki yoshlar guruhlari) namoyon bo'ladi: masalan, imtihon oldidan materiallar ulashish yoki kasal do'stga darslarni yuborish.

O'smirlarda altruizm ko'pincha empatiya va ijtimoiy mas'uliyat bilan bog'liq bo'lib, yaqin doiraga yo'naltirilgan bo'lsa-da, onlayn muhit uni kengaytiradi. Tadqiqotlar shuni tasdiqlaydiki, bunday harakatlar o'smirlarning hayotdan qoniqishini oshiradi, ijobiy emotsiyalarni kuchaytiradi va jamiyatdagi hamjihatlikni mustahkamlaydi.

Mavzuga oid bir qancha nazariy yondashuvlar mavjud quyida ulardan ba'zilarini ko'rib chiqamiz.

Gumanistik yondashuvlar. Carl Rogers nazariyasiga ko'ra, altruistik xulq-atvor shaxsning ijobiy rivojlanishi va shartsiz ijobiy munosabat (unconditional positive regard) natijasida yuzaga keladi. Rogers bu munosabatni shaxsni har qanday xatti-harakati va fikrlariga qaramasdan qabul qilish va qadrlash deb ta'riflaydi. Bunday muhitda shaxs o'zini hurmat qilishni rivojlantirib, boshqalarga ham shunga o'xshash qabul va yordam ko'rsatishga moyil bo'ladi. Bu jarayon o'smirlikda shaxsiyatning sog'lom shakllanishiga yordam beradi va prosotsial xatti-harakatlarning asosiy omili sifatida ko'riladi (Rogers, 1957, 1959; Batson, 2011 ga asosan talqin qilingan).

Kognitiv va axloqiy rivojlanish. Lawrence Kohlberg axloqiy rivojlanish bosqichlari nazariyasida altruizmni axloqiy yetuklik darajasi bilan bog'laydi: quyi bosqichlarda yordam berish shaxsiy manfaat yoki jazodan qochish uchun amalga oshirilsa, yuqori bosqichlarda (postkonventsional) altruistik harakatlar universal axloqiy tamoyillar (adolat, inson huquqlari) asosida shakllanadi (Kohlberg, 1981).

Piaget ning kognitiv rivojlanish nazariyasiga ko'ra, o'smirlik davrida abstrakt fikrlash qobiliyati kuchayishi bilan adolat, mas'uliyat va boshqalarning nuqtai nazarini tushunish tushunchalari chuqurlashadi. Bu esa altruistik motivatsiyani mustahkamlaydi va yordam berishni shaxsiy emas, balki axloqiy majburiyat sifatida ko'rishga olib keladi.

Empatiya-altruizm gipotezasi. C. Daniel Batson ning empatiya-altruizm gipotezasiga asosan, haqiqiy (chin) altruizm empatiya (boshqaning azobini his qilish va tushunish) asosida paydo bo'ladi. Yordam berishning asosiy maqsadi shaxsiy foyda emas, balki boshqa odamning qiyin ahvolini yengillashtirishdir. Bu mexanizm o'smirlikda emotsional va kognitiv rivojlanish bilan birgalikda kuchayadi (Batson, 2011).

Ijtimoiy o'rganish nazariyasi. Albert Bandura ning ijtimoiy o'rganish nazariyasiga ko'ra, altruizm asosan atrof-muhitdan taqlid orqali o'rganiladi. O'smirlar oila a'zolari, tengdoshlari yoki ommaviy axborot vositalaridagi prosotsial modellarni kuzatib, ularni taqlid qiladi. Mukofot va ijobiy natijalar (masalan, ma'qullash yoki qoniqish) bu xatti-harakatni mustahkamlaydi (Bandura, 1977, 1986).

Zamonaviy tadqiqotlarda esa, Nancy Eisenberg va hamkorlari bolalar va o'smirlarda prosotsial rivojlanishni empirik jihatdan o'rganib, empatiya, emotsional regulatsiya va ota-ona tarbiyasining (ayniqsa, issiq va qo'llab-quvvatlovchi tarbiya) altruizm shakllanishidagi hal qiluvchi rolini ta'kidlagan (Eisenberg et al., 2006).

Michael Tomasello va Frans de Waal ning tadqiqotlari altruizmning tug'ma (biologik) ildizlarini ko'rsatadi: bolalarda va primatlarda erta yoshdan hamkorlik va yordam berish moyilligi mavjud bo'lib, bu evolyutsion jihatdan jamiyatdagi omon qolish uchun muhimdir.

O'smirlikdagi altruizmning rivojlanishi. O'smirlik davrida altruistik xatti-harakatlar chastotasi va sifati yosh oshishi bilan yaxshilanadi. Bolalikda altruizm ko'pincha tashqi talablar (ota-ona ko'rsatmalari) bilan bog'liq bo'lsa, o'smirlikda u adolat tuyg'usi, mas'uliyat va empatiya asosida mustaqil shakllanadi.

12–14 yosh oralig'ida emotsional impuls (masalan, rahm-shafqat) ustunlik qiladi.

15–18 yoshda kognitiv yetuklik tufayli altruizm strategik va axloqiy jihatdan chuqurlashadi.

Tadqiqot natijalari shuni ko'rsatadiki, o'smirlar ba'zan kattalarga nisbatan yuqoriroq altruizm namoyish etadi (masalan, begonalarga resurslar ulashish yoki adolatsizlikka qarshi faol chiqish), bu ularning idealizmi va emotsional qo'zg'aluvchanligi bilan izohlanadi.

Jinsiy farqlar mavjud: qiz o'smirlar odatda prosotsial xatti-harakat va empatiya darajasi yuqoriroq bo'ladi.

Ta'sir etuvchi omillar. Oilaviy muhit: Issiq va qo'llab-quvvatlovchi oila ijtimoiy qo'llab-quvvatlash orqali altruizmni oshiradi.

Tengdoshlar ta'siri va ijtimoiy mas'uliyat: Guruhdagi prosotsial normalar altruistik xatti-harakatni rag'batlantiradi. Madaniy kontekst: Kollektivist jamiyatlarda (shu jumladan O'zbekistonda) guruh manfaati va oilaviy qadriyatlar altruizmni kuchaytiradi.

Salbiy omillar: Stress va ijtimoiy izolyatsiya altruizmni pasaytirishi mumkin; ijobiy ta'sir esa volontyorlik, guruh faoliyatlari va rag'batlantirish dasturlari orqali kuchayadi.

Raqamli muhitda altruizm maslahat berish, emotsional qo'llab-quvvatlash postlari va virtual yordam shaklida namoyon bo'ladi.

Self-other overlap nazariyasiga ko'ra (o'z va boshqa o'rtasidagi kognitiv birikma), onlayn munosabatlarda boshqalarni o'ziga yaqin his qilganda altruistik harakatlar sezilarli darajada ortadi. Empatiya va moral identifikatsiya bu jarayonda zanjirvosita vositachi rol o'ynaydi (Li et al., 2025).

O'smirlar prosotsial kontentni ko'rib, axloqiy mulohazalarni rivojlantiradi. Tadqiqotlar qizlar va katta yoshdagi o'smirlarda (18–20 yosh) onlayn prosotsial xatti-harakat yuqoriroq ekanligini tasdiqlaydi (Pastor et al., 2024).

O'smirlarda altruistik xulq-atvor kognitiv, emotsional va ijtimoiy omillarning murakkab birikmasi bo'lib, evolyutsion, kognitiv, ijtimoiy-o'rganish va integrativ nazariyalar bu jarayonni tushuntirishda muhim rol o'ynaydi. Empirik dalillar altruizmning yosh bilan yaxshilanishini tasdiqlasa-da, oila, tengdoshlar va raqamli muhit hal qiluvchi ta'sir ko'rsatadi.

Kelajak tadqiqotlarda milliy-madaniy xususiyatlarni hisobga olgan holda onlayn va oflayn altruizmni solishtirish, shuningdek, rag'batlantirish dasturlarini ishlab chiqish dolzarb vazifadir. Altruizm shaxsiy fazilatdan tashqari, jamiyatdagi hamjihatlik va barqarorlik omilidir.

Xulosa. O'smirlarda altruistik xulq-atvor kognitiv, emotsional va ijtimoiy omillarning murakkab birikmasidir. Nazariy yondashuvlar (evolyutsion, kognitiv, ijtimoiy-o'rganish va integrativ) bu jarayonni tushuntirishda yordam beradi. Empirik dalillar altruizmning yosh bilan yaxshilanishini tasdiqlaydi, ammo oila, tengdoshlar va onlayn muhit hal qiluvchi ta'sir ko'rsatadi.

Kelajak tadqiqotlarda milliy xususiyatlarni hisobga olgan holda onlayn va oflayn altruizmni solishtirish, shuningdek, rag'batlantirish dasturlarini ishlab chiqish dolzarbdir. Altruizm nafaqat shaxsiy fazilat, balki jamiyatdagi hamjihatlik omilidir.

Foydalanilgan adabiyotlar

1. Batson, C. D. (2011). Altruism in humans. Oxford University Press.
2. Eisenberg, N., Fabes, R. A., & Spinrad, T. L. (2006). Prosocial development. In Handbook of child psychology (Vol. 3, pp. 646–718). Wiley.
3. Kohlberg, L. (1981). The philosophy of moral development. Harper & Row.
4. Trivers, R. L. (1971). The evolution of reciprocal altruism. Quarterly Review of Biology, 46(1), 35–57.
5. Li, L. et al. (2025). How self-other overlap shapes online altruism in adolescents: The role of empathy and moral identity. Psychology Research and Behavior Management, 18, 331–340.
6. Pastor, Y. et al. (2024). A study of the influence of altruism, social responsibility, reciprocity, and the subjective norm on online prosocial behavior in adolescence. Computers in Human Behavior, 154, 108156.
7. Rogers, C. R. (1957). The necessary and sufficient conditions of therapeutic personality change. Journal of Consulting Psychology, 21(2), 95–103.
8. Rogers, C. R. (1959). A theory of therapy, personality, and interpersonal relationships, as developed in the client-centered framework. In S. Koch (Ed.), Psychology: A study of a science (Vol. 3, pp. 184–256). McGraw-Hill.