



**NEGA INSON O'ZINI BAXTSIZ QILADIGAN HAYOTNI TANLAB  
YASHAYDI?**

**Maxammadkarimova Charosoy Jo'rabek qizi**

**Annotatsiya:** *Mazkur maqolada insonning ongli yoki ongsiz ravishda o'zini baxtsiz qiladigan hayot tarzini tanlab yashashiga olib keluvchi omillar tahlil qilinadi. Tadqiqot jarayonida bolalik davrida shakllanadigan ong osti dasturlari, shaxsiy o'zini baholash darajasi, qo'rquv va o'zgarishdan qochish holatlari, jamiyat bosimi hamda mas'uliyatdan chekinish kabi psixologik va ijtimoiy omillar yoritib beriladi. Shuningdek, inson ruhiyatida tanish azobni notanish baxtdan ustun qo'yish mexanizmi ochib berilib, baxt tushunchasining shaxsiy tanlov va ichki jasorat bilan bog'liqligi asoslab beriladi. Maqola insonni o'z hayotiga ongli yondashishga, ichki imkoniyatlarini anglashga va baxtli hayotni tanlash mas'uliyatini o'z zimmasiga olishga undaydi.*

**Kalit so'zlar:** *baxt va baxtsizlik, ong osti, shaxsiy tanlov, qo'rquv, o'zini baholash, jamiyat bosimi, ruhiy holat, hayot mazmuni, mas'uliyat, ichki jasorat.*

Inson hayoti davomida baxtni izlaydi, unga intiladi va uni orzu qiladi. Ammo amalda ko'plab odamlar o'zlarini ichki qoniqishsiz, ruhiy bosim ostida, ba'zan esa mutlaqo baxtsiz his qiladigan hayot tarzini davom ettiradi. Bu holat tashqi tomondan mantiqsiz ko'rinsa-da, aslida u inson ruhiyati, ong osti va ijtimoiy muhit bilan chambarchas bog'liq murakkab jarayon natijasidir. Inson har doim ham baxtsiz hayotni ongli ravishda tanlamaydi; ko'pincha u shunchaki o'zi o'rganib qolgan hayot modelidan chiqib keta olmaydi.

Bolalik davrida shakllangan ruhiy tajribalar insonning butun umriga ta'sir qiladi. Bola o'zini qanday muhitda ko'rsa, qanday munosabatni his qilsa, o'sha holat uning ichki dunyosida "me'yor" sifatida mustahkamlanadi. Agar u mehr, tushunish va qo'llab-quvvatlashdan ko'ra tanqid, solishtirish va e'tiborsizlikni ko'proq ko'rgan bo'lsa, ulg'aygach u bunday munosabatni tabiiy deb qabul qiladi. Natijada inson o'zini qadrlamaydigan ishda ishlashi, hurmatsiz munosabatlarga chiday berishi yoki o'z orzularidan voz kechishi mumkin. Chunki uning ong ostida "men shunga loyiqman" degan noto'g'ri, ammo chuqur ildiz otgan ishonch mavjud bo'ladi.

Insonni baxtsiz hayotda ushlab turadigan eng kuchli omillardan biri — qo'rquvdir. O'zgarish qilish jasorat talab qiladi. Hatto hozirgi hayot og'riqli bo'lsa ham, u tanish bo'lgani uchun inson o'zini xavfsizroq his qiladi. Noma'lum kelajak esa xavf sifatida qabul qilinadi. Shuning uchun ko'p odamlar yomon munosabatni tark etmaydi, yoqmagan kasbini o'zgartirmaydi yoki ichki norozilik bilan yashashda davom etadi. Ular uchun tanish azob notanish baxtdan ko'ra osonroq tuyuladi. Jamiyatning bosimi ham insonni baxtsiz hayot sari yetaklaydi. Jamiyat ko'pincha insondan o'z ichki ovoziga emas, balki tashqi me'yorlarga bo'ysunishni talab qiladi. "Vaqti keldi", "odamlar nima deydi", "boshqalar ham shunday yashayapti" kabi fikrlar insonning shaxsiy xohishlarini so'ndiradi. Natijada inson o'ziga





## TANQIDIY NAZAR, TAHLILIIY TAFAKKUR VA INNOVATSION G'UYALAR



mos bo'lmagan qarorlarni qabul qiladi va asta-sekin ichki bo'shliqni his qila boshlaydi. Eng achinarlisi shundaki, u bu holatni ham normal deb qabul qilib, o'zini aldashga o'rganadi.

Baxtli bo'lish mas'uliyatni talab qiladi. Ba'zan inson baxtsiz hayotni tanlab yashaydi, chunki u qurbon rovida qolishni qulayroq deb biladi. Qurbon bo'lish orqali inson javobgarlikdan qochadi, aybni boshqalarga yoki sharoitga yuklaydi. Holbuki, baxt — bu tanlov. U insondan o'z hayoti uchun javob berishni, xatolarini tan olishni va o'z ustida ishlashni talab qiladi. Har kim ham bu mas'uliyatni ko'tarishga tayyor emas. Shuningdek, uzoq vaqt davom etgan ruhiy og'riq inson uchun odatga aylanishi mumkin. Ong osti doimiy stress va tushkunlikka moslashadi va bu holatni tanish holat sifatida qabul qiladi. Hatto baxtli imkoniyat paydo bo'lganda ham, inson o'zini noqulay his qilib, yana eski azobli muhitga qaytishi mumkin. Chunki ong osti uchun tanish his-tuyg'ular, hatto og'riqli bo'lsa ham, xavfsizroq tuyuladi.

Xulosa qilib aytganda, inson o'zini baxtsiz qiladigan hayotni tanlayotgandek ko'rinsa-da, aslida u ko'pincha tanlov qilmaydi, balki o'rganib qolgan yo'ldan yuradi. Baxt esa jasorat talab qiladi — o'zini anglash, qo'rquvga qarshi chiqish va o'z hayoti uchun javobgarlikni zimmasiga olish jasorati. Inson qachonki o'zini baxtga loyiq deb his qila boshlasa, ana shunda u azobli hayotni emas, o'ziga mos, mazmunli va ongli hayotni tanlay boshlaydi.

### Foydalanilgan adabiyotlar

1. Freud S. Introduction to Psychoanalysis. — New York: W.W. Norton & Company, 2010.
2. Maslow A. Motivation and Personality. — New York: Harper & Row, 1987.
3. Frankl V. Man's Search for Meaning. — Boston: Beacon Press, 2006.
4. Rogers C. On Becoming a Person. — London: Constable, 2004.
5. Fromm E. The Art of Loving. — New York: Harper Perennial, 2006.
6. Erikson E. Identity and the Life Cycle. — New York: W.W. Norton & Company, 1994.
7. Baumeister R.F. The Self in Social Psychology. — Philadelphia: Psychology Press, 2011.

