



## PSIXOLOGIYADA NAFRAT TUSHUNCHASI

**Yakubova Dilafruz Tog'aymuratovna**

*Termiz davlat universiteti magistranti*

*yaqubovadilfuza@gmail.com*

**Annotatsiya:** Nafrat halokatli va xavfli oqibatlariga olib keladi. Xususan, jismoniy, psixologik, yoki og'zaki ifodalar orqali namoyon bo'ladi. Nafrat ba'zida o'limga olib kelishi mumkin. Bu ko'pincha shaxsning kuchli yomon ko'rishi, nafratlanishi, o'zini boshqara olmasligi natijasida sodir bo'ladi.

**Kalit so'zlar:** Nafrat, qattiq g'azab, jirkanish tuyg'usi, muhabbat, aqlli, to'g'ri, halol, pok vijdonli inson, nopok, o'g'ri, poraxo'r, munofiq, axloqan buzuq, iymonsiz, tuhmatchi, g'iybatchi.

Necha ming yillardirki, odam bolasi o'rganadi, o'rgatadi, tajribalarini to'playdi, saqlaydi va boshqalarga yetkazadi. Albatta, bu faoliyatlarning, hech bir istisnosiz, barchasi - o'rganish va o'rgatish ham, tajriba-axborotlarni to'plash va saqlash ham, ularni boshqalardan olish va boshqalarga berish ham til vositasidagi muloqot (og'zaki va yozma) orqali amalga oshadi. Zotan, tilning mohiyatiga daxldor bo'lgan bosh vazifasining kommunikativ vazifa ekanligi bugun faqat mutaxassisgagina emas, balki barchaga besh qo'lday ma'lum bir haqiqat. Ammo mazkur kommunikativ aloqaning, nutqiy muloqotning lisoniy-mantiqiy, ijtimoiy-ruhiy, tarixiy-estetik mexanizmlari, ular bilan bog'liq qoida-qonuniyatlar, o'ziga xosliklar tegishli fanlar (tilshunoslik, adabiyotshunoslik, mantiq, sotsiologiya, estetika kabi) tomonidan to'lasicha o'rganib bo'lingan emas. Bu boradagi juda ko'plab muammolar hamma zamonlarda olimlarning e'tiborida bo'lib kelganligiga qaramay, hamon bahsu munozaralarga sabab bo'ladi, ilgari surilgan turli fikrlar goh birovlar tomonidan e'tirof etilsa, goh jiddiy e'tirozlarni tug'dirib keladi.

Tabiiyki, har qanday nutqiy kommunikatsiyaning yuzaga kelishi, voqelanishida uch asosiy unurning ishtiroki majburiydir, ya'ni so'zlovchi (yozuvchi) - axborot (matn) - tinglovchi (o'quvchi). To'g'ri, nutqiy kommunikatsiyada nutqiy sharoit, axborot kanali (ovoz, yozuv, magnit yozuvi, telefon kabi), muloqot a'zolarining maqomi, yoshi va boshqa belgilari, shuningdek, boshqa turli g'ayrilisoniy vositalarning ham o'rni benihoya muhim, hatto ko'pincha hal qiluvchi ahamiyatga ega. Lekin mazkur uch unsur nutqiy kommunikatsiyaning asosiy ustunlaridir, ularning birotasisiz muloqot jarayoni voqe bo'lolmaydi. Tilshunoslik ayni kommunikatsiya jarayonida ikki tomon (so'zlovchi, tinglovchi) o'rtasilagi "berish-olish"ning asosiy predmeti bo'lgan axborotning lisoniy ifodalanishi va anglanishi masalasiga mutlaqo tabiiy ravishda



birinchi darajali diqqatni qaratdi. Zotan, har qanday kommunikatsiyaning pirovard va bosh maqsadi ayni shu axborotning “harakati”dir, bu “harakat” esa til vositasida bo'ladi. Shuning uchun ham tilshunoslik xuddi shu “harakatdagi axborot”ning asosiy va yirik birligini izladi, natijada gapni ana shunday yirik birlik sifatida uzoq davrlar e'tirof etib keldi.

Ma'lumki, tilshunoslik o'z o'rganish obyektni alohida-alohida bo'limlarga ajratgan, ya'ni fonetika-fonologiyada tovush (fonema)lar, morfologiyada morfemalar, leksikologiyada leksemalar, sintaksisda esa sodda va qo'shma gaplar o'rganiladi. Aytish mumkinki, an'anaviy tilshunoslikda tilning eng yuqori sathidagi eng oliy va oxirgi birlik gap deb qarab kelinadi. Polyak tilshunosi M.R.Mayenovaning ta'biri bilan aytganda, “Gap tugagan joyda tilshunoslik o'z kuzatishlarini tugatadi” degan hukm yaqinlargacha ochiq haqiqat hisoblangan. Ko'p gaplardan tarkib topgan matnlar keng ma'nodagi grammatika doirasi bilan batamom va to'lasicha chegaralanuvchi bu fan sohasi kuzatishlaridan chetda qoladi”. Aslida agar “gap tugagan joyda tilshunoslik o'z kuzatishlarini tugatsa”, ya'ni faqat gapni kommunikativ birlik deb hisoblasa, bunday tilshunoslik gapning semantik-kommunikativ mohiyatining ichiga bimalol va to'la kirib borishga qiynaladi. Har qanday alohida olingan gapning lisoniy mantiqiy mag'zini chaqib bo'lmaydi. Har qanday so'zning ma'nosi aniq bir kontekstda reallik kasb etgani kabi gapning ham boshqa gaplar bilan munosabatidan tashqarida mazmunini xolis baholash mushkul. Eng odiiy bir misolni ko'raylik: *Sayyohlar ertaga o'sha shaharga boradilar* gapidagi mazmunni anglash uchun undan oldin qo'llangan (yoki qo'llanishi mumkin bo'lgan), aytaylik, *Samarqand shahrining tarixiy obidalari haqidagi film namoyish etildi* qabilidagi qandaydir gap bo'lishi lozim. Ko'rinadiki, birinchi gapni mutlaqo mustaqil kommunikativ birlik deb bo'lmaydi, demakki, tilshunoslikning chegarasi bu yerda tugamasligi, undan tashqariga chiqishi kerak. Sintaksisni faqat gap (va so'z birikmasi) haqidagi ta'limot tarzida talqin qilish mazkur chegaraning ustuni bo'lib kelganligi ma'lum. Holbuki, sintaksisga “nutq tuzish haqidagi fan” sifatida qarash juda ko'p muammolarga oydinlik kiritishi idrok etila boshlaganiga ham ancha bo'ldi. Bog'li nutq, yaxlit nutqiy asar, matnni o'rganish, ya'ni matnga gap - period - yanada yirikroq parcha - yaxlit butunlik tarzidagi darajalanishda yondashish antik davrdan - Aristotel va uning izdoshlaridan boshlangan. Rus tilshunosligida matn (“tekst”) tushunchasining rivoji o'tgan asrning 40-yillariga to'g'ri keladi. 1947 yilda A.I.Belich o'zining tilshunoslik fanlarining tasnifiga bag'ishlangan maqolasida til faktlarining grammatik tavsifida ma'no umumiyliigi asosida bog'langan va muayyan sintaktiksemantik yaxlitlik tarzida namoyon bo'ladigan gaplarning butun zanjiriga alohida o'rin berilishi lozimligiga va bu “matn” tushunchasining yuzaga kelishi uchun hal qiluvchi ahamiyatga molik ekanligiga e'tiborni qaratgan,



ana shunday gaplar zanjiridagi o'zaro munosabat va aloqalarni tilshunoslikning sintaksis bo'limida o'rganishning maqsadga muvofiqligini ta'kidlagan.

Hislar – bu inson ongida uning yuksak ehtiyojlarining qondirilishi yoki qondirilmagligida paydo bo'ladigan voqelikka nisbatan munosabatning aks etishi.

Hissiyot va tuyg'ular o'rtasida umumiylik ko'p, lekin farqlar ham mavjuddir. Xuddi shunday, hissiyotlar – bu kengroq tushuncha, hislar emotsional kechinmalarining ifodalanishlaridan biri. Hissiyotlar – birlamchi, hislar esa – paydo bo'lishi, kelib chiqishi jihatidan ikkilamchi. Hissiyotlar yo'nalishli reaksiya xususiyatiga ega bo'lgani uchun, ular ko'pincha, noaniq va etarlicha anglanmagan bo'ladilar, sezgilar esa, ko'p hollarda aniq va jism bilan bog'liq bo'ladilar. Hissiyotlar biologik jarayonlar bilan, sezgilar esa – ijtimoiy soha bilan bog'liq bo'ladilar. Bundan tashqari, anglanmaydigan soha bilan bog'langan, sezgilar esa ongimizda maksimal darajada namoyon bo'lgandirlar. Inson sezgilari doimo tashqi ifodalarga ega bo'ladilar, hissiyotlar esa ega bo'lmaydilar. Va nihoyat, hissiyotlar ko'proq vaziyatga bog'liq va qisqa muddatli bo'ladilar, sezgilar esa davomliroq va yorqin ifodalangan predmetli xarakterga ega. Ular odamning ma'lum obyektlarga nisbatan barqaror munosabatini aks ettiradilar. Sezgilar insonning madaniy-tarixiy rivojlanish jarayonida paydo bo'lganlar va rivoj topganlar.

Hissiyotlar o'zining yuzaga kelishi nuqtai nazaridan odamning ehtiyojlari, qiziqishlari va intilishlari bilan bog'liq bo'ladi.

Hissiyot odamda sodir bo'layotgan hodisa va narsalardan shaxs sifatidagi odam uchun ahamiyatli bo'lganlari haqida darak beruvchi signallar tizimi hisoblanadi. Mazkur holda sezgi a'zolariga ta'sir qiluvchi cheksiz miqdordagi qo'zg'ovchilardan aniq bo'lib ajraladi, ba'zilar bir-birlari bilan qo'shib ketadi va paydo bo'lgan hissiyot bilan birlashib ketadi. Natijada ta'ssurot uyg'otib, biror hissiy nom bilan ifodalangan xotira obrazlari tariqasida saqlanib qoladi. Buni fiziologik jihatdan shunday tushuntirish mumkin: ma'lum qo'zg'atuvchilar tirik mavjudotlar uchun xotirjamlik haqida darak beruvchiga aylanadi. Hissiy kechinmalar esa insonning shaxsiy tajribasida tarkib topadigan reflekslar tizimini mustahkamlash sifatida namoyon bo'ladi. Hissiyotning mana shu darak beruvchilik vazifasi psixologiyada hissiyotning impressiv tomoni deb ataladi.

Hissiyot boshqa hamma psixik jarayonlar kabi bosh miya po'sti qismining faoliyati bilan bog'liqdir. Bosh miya hissiyotlarning kuchini va barqarorligini idora qilib turadi. Hissiyotlar boshqa bilish jarayonlaridan farqli bosh miya po'stining faoliyatidan tashqari organizmning ichki a'zolari faoliyati bilan ham bog'liqdir, boshqacha qilib aytganda hissiyotlar vegetativ nerv tizimining faoliyati bilan ham bog'liqdir. Ana shunday hissiyotlardan biri nafratdir.

**Nafrat** – muayyan shaxsga yoki kishilar guruhiga, g'oyaga yoki amaliy faoliyatga nisbatan qattiq g'azab va jirkanish tuyg'usi. **Muhabbat** tushunchasining ziddidir. Aqlli,



to'g'ri, halol, pok va vijdonli inson nopok, o'g'ri, poraxo'r, munofiq, axloqan buzuq kishilardan va ularning ishlaridan hazar qiladi, ularga nafrat bilan qaraydi.

Qur'on va hadislarda nopok, iymonsiz, tuhmatchi va g'iybatchi kishilar ham nafratga loyiq ekanligi ta'kidlanadi.

Nafrat so'ziga sinonim ya'ni ma'nodosh bo'lib, insonlarga yomonlik, unga qarshi turish istagiga olib boradigan chuqur adovat va rad etish hissini vujudga keltiradigan dushmanlik, norozilik. Jirkanish ham nafrat ma'nosini ifodalashi mumkin.

Yuqoridagilardan kelib chiqib nafrat sevgiga, do'stlikka, muhabbatga va hurmatga antonym, ya'ni zid ma'no ifodalaydi.

Alloh odamlarni birodar bo'lish va muhabbat bilan yashash uchun yaratgan. Ammo nafrat tuyg'usi uzoq yillardan buyon kuzatilib kelmoqda. Shaxsning xususiyatlariga ta'rif berish ko'p holatlarda ushbu odamning nimani yoqtirishini, nimadan nafratlanishini, mag'rurlanishi, uyalishi, hasad qilishi va qayg'urishi sababini aniqlashni bildiradi. Individ barqaror hislari predmeti, ularning jadalligi va xarakteri atrofdagilarga insonning emotsional olami, hislari va bu bilan, uning individualligini ochib beradi. S.L.Rubinshteynning yozishicha, shaxsning xarakteri va aqliy qobiliyati, qiziqishlari va boshqa odamlarga munosabatlarining barcha o'ziga xos xususiyatlari hissiyotlar va sezgilarning kamalak rangida namoyon bo'ladi va aks etadi.

Robert Sternberg o'zining **"Nafrat psixologiyasi"** kitobida ushbu kuchli hissiyotni tahlil qiladi. Mazkur kitobda "qanday qilib nafrat tuyg'usining oldini olishimiz mumkin?" degan savolga, "agressiyaga tajovuz bilan javob bermang" - deb javob berilgan.

R.Sternberg nafrat odatda o'zaro munosabatlarning sovuqlashuvi, yomon ko'rib boshlash kabi tuyg'ulardan so'ng paydo bo'lishi haqida gapiradi va shunday deydi: "agar siz o'zingizni nafrat tuyg'usiga duchor qilsangiz, ko'plab javob turlarini tanlashingiz mumkin, ammo tajovvuzkorlikni tanlash maqbul emas, chunki zo'ravonlik ko'proq zo'ravonlikni keltirib chiqaradi. Hamdardlik holatini qabul qilish, xotirjamlikni saqlash, o'z pozitsiyangizni qat'iy ushlab turish bilan ishingizni hal qilish yanada to'g'ri munosabatdir".

Psixologiyada aynan *nafrat* hissidan qochish, imkon qadar muhabbatga yondoshish shaxsning kelajagiga ijobiy ta'sir ko'rsatishi olimlar tomonidan isbotlangan. Olimlarning xulosalariga ko'ra, o'zingizni kamsitadigan kabi his qilmang. Hayotda ko'pchilik insonlar o'zini gigantlar dunyosidagi kichkina nuqtaday his qiladilar. Bu noto'g'ri! Chunki o'zini past baholaydigan odamlarda nafrat hissi paydo bo'lishi ehtimoli ko'proqdir.

**"Nafrat psixologiyasi"** insonni nafratlanishga olib boradigan jarayonlarni o'rganadi va undan qochish yo'llarini o'rgatadi. Aynan shu kitobda "Hayotingizga rang bering!" degan fikr bor. Bir xildagi, bo'sh, qoniqarsiz hayot kechiradigan, ruhiy tushkunlikdan chiqish uchun zararli illatlarga yopishib olgan odamlarga yuqoridagi fikr berilgan. Chunki shunday insonlar nisbatan nafratni ko'proq his qilishadi. Sizni rag'batlantiradigan, sizga juda yoqadigan va istaklaringizga mos narsani yoki



mashg'ulotni toping. Bu borada sport ajoyib vositadir. Shu kabi mashg'ulotlar sizni nafrat kabi salbiy hislarga asir bo'lishingizdan qutqaradi.

#### FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR:

1. Yanus E. Obzor polskix rabot po strukture teksta / Sintaksis teksta. –M.: Nauka, 1979, s. 325.
2. Dolgova O.V. Sintaksis kak nauka o postroenii rechi. –M.: Visshaya shkola, 1980.
3. Bart R. Lingvistika teksta / Novoe v zarubejnoj lingvistike. Vip. 8. Lingvistika teksta. –M.: Progress, 1978, s. 444-445.
4. Belich A.I. K voprosu o raspredelenii grammaticheskogo materiala po glavnim grammaticheskim dissiplinam / Vestnik MGU, 1947, N 7, s. 22.
5. Moskalskaya O.I. Grammatika teksta. –M.: Visshaya shkola, 1981, s. 5-6.
6. Nikolayeva T.M. Lingvistika teksta. Sovremennoe sostoyanie i perspektivi / Novoe v zarubejnoj lingvistike. Vip. 8. Lingvistika teksta. –M.: Progress, 1978, s. 5-39.
7. Novoe v zarubejnoj lingvistike. Vip. 8. Lingvistika teksta. –M.: Progress, 1978;
8. Moskalskaya O.I. Ko'rsatilgan asar, 6-12-betlar; Galperin I.R. Tekst kak ob'yekt lingvisticheskogo issledovaniya. –M.: Nauka, 1981, s. 5-7;