

SAMIMIY SATRLARNING KITOBXON MOTIVATSIYASIGA TA'SIRI**Nigora Yo'ldasheva Sodiqjon qizi**Alfraganus Universiteti, Ijtimoiy fanlar fakulteti,
Psixologiya (faoliyat turlari) yo'nalishi 3-bosqich talabasi
<https://doi.org/10.5281/zenodo.21126569>

Annotatsiya: Ushbu tadqiqotda badiiy matndagi samimiylik va hissiy ochiqlik fenomenining kitobxon motivatsiyasi hamda uning emotsional barqarorligiga ko'rsatadigan dinamik ta'siri psixologik tomondan tahlil qilingan.

She'r matnidagi oddiy, emotsional rezonans uyg'otuvchi konstruksiyalar shaxsning ichki motivatsiyasini qanday faollashtirishi, kognitiv jarayonlardagi tushkunlikni kamaytirishi va ijtimoiy-adaptiv xulq-atvorga ta'sir ko'rsatishi empirik kuzatuvlar asosida yoritilgan.

Kalit so'zlar: Psixolingvistika, samimiy satrlar, psixologik oyna, emotsional rezonans, hissiy ochiqlik, kognitiv dissonans,

Hozirgi zamonaviy dunyo insoniyat sivilizatsiyasiga misli ko'rilmagan texnologik taraqqiyot bilan birga, jiddiy psixofizik va kognitiv yuklamalarni ham olib keldi. Global axborot oqimining jadallashishi, raqamli transformatsiyalar va ijtimoiy muhitning dinamik o'zgaruvchanligi shaxs ruhiyatiga progressiv bosim o'tkazmoqda. Zamonaviy psixologiya fanining eng dolzarb muammolaridan biri — bu insonning kognitiv va emotsional tizimini ortiqcha yuklamalardan himoya qilish, undagi tushkunlik, apatiya va frustratsiya holatlarini korreksiya qilish hamda ichki motivatsion resurslarni faollashtirishning ekologik toza, samarali vositalarini topishdan iboratdir.

Ushbu kontekstda badiiy matn va xususan, she'riyat shunchaki estetik zavq manbai yoki madaniy fenomen emas, balki inson ruhiyatini barqarorlashtiruvchi, uning adaptiv imkoniyatlarini kengaytiruvchi kuchli psixolingvistik dori vositasi sifatida namoyon bo'ladi. Biroq, har qanday badiiy matn ham kitobxon ruhiyatida bir xil terapevtik va motivatsion rezonansni yuzaga keltira olmaydi. Matn psixolingvistikasida so'nggi yillarda olib borilayotgan tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, matnning arxitektonikasi, undagi lirik tilning strukturaviy murakkabligi yoki soddaligi, eng muhimi, muallif va kitobxon o'rtasidagi hissiy ochiqlik darajasi subyektning kognitiv apparatiga turlicha ta'sir ko'rsatadi. "Samimiy satrlar" tushunchasi psixologik nuqtai nazardan subyektiv tajribaning verbalizatsiyalashgan ya'ni so'zda ifodalangan eng sof shaklidir. Muallif o'z kechinmalarini, hayotiy inqirozlari va emotsional refleksiylarini murakkab, sun'iy kognitiv konstruksiyalardan, haddan tashqari yuklangan metaforalardan xoli tarzda, sodd va ekspressiv tilda taqdim etganda, kitobxon ruhiyatida "psixologik oyna" va "emotsional rezonans" hodisasi yuz beradi.



Badiiy matnning inson ongiga va emotsional sferasiga ta'siri masalasi qadimgi davrlardan buyon olimlarning diqqat markazida bo'lib kelgan. Aristotel o'zining "Poetika" asarida fojia va she'riyatning inson ruhiyatini tozalash, uni salbiy emotsiyalardan xalos etish xususiyatini "katarsis" ya'ni ruhiy poklanish termini orqali asoslab bergan edi. XX asrga kelib, psixologiya va adabiyotshunoslik tutashuvida yuzaga kelgan biblioterapiya yo'nalishi (I.M. Solovyov, N.A. Rubakin va boshqalar) matnning shaxs emotsional inqirozlarini korreksiya qilishdagi amaliy imkoniyatlarini ilmiy asosladi.

N.A. Rubakin o'zining "Bibliologik psixologiya" nazariyasida kitobxon va matn munosabatini subyekt-obyekt aloqasi emas, balki ikki subyekt (muallif va kitobxon) o'rtasidagi psixik proyeksiyalar to'qnashuvi sifatida baholaydi. Uning fikricha, matn so'zlarning mexanik yig'indisi emas, balki kitobxon ongida o'ziga xos psixik reaksiyalarni uyg'otuvchi qo'zg'atuvchidir.

Zamonaviy g'arb va mahalliy psixolingvistikada (L.S. Vigotskiy, A.A. Leontyev, keyinchalik esa neyrolingvistik tadqiqotlarda) matnni qabul qilishning kognitiv modellari ishlab chiqildi. L.S. Vigotskiy o'zining "San'at psixologiyasi" asarida badiiy matn keltirib chiqaradigan emotsiyalar "aqli emotsiyalar" ekanligini, ular shaxsning kognitiv tuzilmalarini qayta shakllantirishga qodirligini ta'kidlaydi.

Biroq, o'tgan asrdagi tadqiqotlarning aksariyati matnning estetik tabiati yoki umumiy semantikasiga qaratilgan bo'lib, aynan "samimiylik" va "hissiy ochiqlik" fenomenining emotsional barqarorlik va subyektning motivatsion sferasiga ta'sirini empirik va miqdoriy o'lchovlar orqali ko'rsatib berish masalasi yetarlicha tadqiq etilmagan. Ayniqsa, she'riyatdagi oddiy konstruksiyalarning shaxs ichki motivatsiyasini faollashtirish mexanizmlari zamonaviy kognitiv va pedagogik psixologiyada ochiq qolayotgan muammolardan biridir.

Matnni idrok etish — bu murakkab kognitiv-emotsional jarayon bo'lib, u bir necha ierarxik bosqichlardan iborat. Kitobxon she'r matnini o'qiyotganda, u shunchaki grafik belgilar (harflar) kombinatsiyasini dekodlashtirmaydi, balki matn zamiridagi emotsional va konseptual ma'nolarni o'zlashtiradi.

Ushbu jarayonni tushunish uchun Kognitiv dissonans (L. Festinger) va uning aksi bo'lgan Kognitiv rezonans konsepsiyalariga murojaat qilish lozim. Agar matn kitobxonning real hayotiy tajribasidan juda yiroq, sun'iy, murakkab konstruksiyalar va soxta emotsiyalar bilan to'yingan bo'lsa, kitobxon ongida kognitiv dissonans yoki lisoniy to'siq yuzaga keladi. Insonning ruhiy himoya mexanizmlari (proyeksiya, ratsionalizatsiya, inkor etish) ishga tushadi va matn subyekt tomonidan begonalashtiriladi. Aksincha, matn samimiy va hissiy jihatdan



ochiq bo'lsa, u kitobxonning ichki "Men" konsepsiyasi bilan uchrashadi. Neyropsixologik nuqtai nazardan, bu jarayonda ko'zgusimon neyronlar tizimi faollashadi. Kitobxon muallif satrlarida keltirilgan qayg'u, quvonch, umid yoki tushkunlikni xuddi o'zining shaxsiy kechinmasidek simulyatsiya qiladi. Bu esa emotsional yengillashuvga va kognitiv blokirovkalarining ochilishiga zamin yaratadi. Psixologiyada "samimiylik" shaxsning o'z ichki holatlari, qadriyatlar va emotsiyalariga sodiq qolishi, ularni soxtalashtirmasdan tashqi dunyoga ko'rsata olish qobiliyati sifatida ta'riflanadi (K. Rojers, A. Maslou). Badiiy matn kontekstida muallifning samimiyligi — bu lirik qahramon va muallifning emotsional identifikatsiyasidir. Samimiy matn quyidagi o'ziga xos psixolingvistik xususiyatlarga ega:

Leksik shaffoflik ya'ni ortiqcha nufuz yoki intellektual dominantlik ko'rsatishga qaratilgan terminlar, esdaliklar yoki sun'iylikning yo'qligiga ega. Sintaktik soddalik bu insonning tabiiy nutq dinamikasiga yaqin, kognitiv jarayonini zo'riqtirmaydigan qisqa va aniq jumlar, xalqona ohang, ritmik barqarorlik hisoblanadi.

Affektiv ochiqlik bu salbiy yoki zaif emotsiyalarni (qo'rquv, ayriliq, xato, tushkunlik) yashirmasdan, ularni ochiq tan olish. Bu holat kitobxonda muallifga nisbatan fundamental ishonchni uyg'otadi. Ushbu xususiyatlar birlashib, matnning "psixologik o'tkazuvchanlik" ko'rsatkichini oshiradi. Kitobxon matnni o'qish davomida intellektual tahlil bilan emas, balki emotsional integratsiya bilan band bo'ladi.

Shaxs motivatsiyasi uning faoliyatini yo'naltiruvchi va harakatlantiruvchi ichki va tashqi omillar majmuidir. Insonga katta energiya beruvchi motivatsiya asosan ikki turga bo'linadi: tashqi va ichki motivatsiya. Tashqi motivatsiya ijtimoiy status, mukofot yoki jazolanishdan qochish bilan bog'liq bo'lsa, ichki motivatsiya shaxsning o'z faoliyatidan, o'rganishdan va rivojlanishdan oladigan ichki qoniqishi, qiziqishi bilan belgilanadi. Ichki motivatsiyani faollashtirish uchun insonning uchta bazaviy psixologik ehtiyoji qondirilishi kerak:

Muxtoriyat — o'z harakatlarini o'zi belgilash hissi.

Kompetentlik — hayotiy qiyinchiliklarni yengishga qodirlik hissi.

Aloqadorlik — boshqa insonlar bilan emotsional va ijtimoiy bog'liqlik hissi.

Samimiy satrlar kitobxon ruhiyatiga ta'sir etib, aynan mana shu aloqadorlik ehtiyojini eng yuqori darajada qondiradi. Muallifning samimiy iqrorlari kitobxonda "Mening hislarim tushunarli va qadrlidir", "Dunyoda men kabi his qiladigan boshqa bir inson ham bor" degan ishonchni uyg'otadi. Ushbu psixologik



xavfsizlik va aloqadorlik hissi shaxsning ichki motivatsion zaxiralarini — hayotga bo'lgan intilishini, ijodiy va ijtimoiy faolligini faollashtiruvchi kabi harakatga keltiradi.

Kognitiv tushkunlik (frustratsiya, mental charchoq va depressiv tendensiyalar) shaxsning kognitiv moslashuvchanligini cheklab qo'yadi. Bunday holatda inson voqelikni faqatgina "salbiy filtrlar" orqali ko'radi, uning muammolarni hal qilish qobiliyati pasayadi, ijtimoiy muhitdan uzoqlashish holati kuzatiladi.

Kognitiv tushkunlik paytida inson miyasining prefrontal qobig'i (ratsional fikrlash va rejalashtirish uchun mas'ul qism) va hissiyotlar, ayniqsa xavotir va qo'rquv markazi o'rtasidagi muvozanat buziladi. Hissiyotlar giperfaol holatga kelib, shaxsni doimiy xavotirda ushlab turadi.

Samimiy she'riy matn o'zining ekspressivligi va ritmik strukturasi bilan hissiyotlar faolligini pasaytirishga, miya to'lqinlarini barqarorlashtirishga yordam beradi. Tushkunlik pasayganda, shaxsning kognitiv maydoni kengayadi, u o'z muammolariga tashqaridan, muallif prizmasi orqali qaray boshlaydi.

Bu jarayon bevosita ijtimoiy-adaptiv xulq-atvorni shakllantiradi. Moslashuvchanlik va ijtimoiy adaptatsiya — shaxsning o'zgaruvchan atrof-muhit sharoitlariga stresslarsiz, o'z ichki potensialini yo'qotmasdan kirishib keta olishidir. Samimiy va hayotiy motivlar bilan yo'g'rilgan she'rlar kitobxonda konstruktiv xulq-atvor modellarini (barqarorlik, qiyinchiliklarga bardosh berish) refleksiv darajada uyg'otadi.

Xulosa qilib aytganda, badiiy matndagi samimiylik va hissiy ochiqlik shunchaki estetik va adabiy mezon emas, balki inson ruhiyatini qayta tiklovchi va harakatga keltiruvchi kuchli psixologik determinant hisoblanadi. Muallifning murakkab va sun'iy kognitiv konstruksiyalardan xoli, sodda va ekspressiv tilda bitgan satrlari kitobxon qalbida emotsional rezonans uyg'otadi va subyektning ruhiy himoya to'siqlarini osongina chetlab o'tadi. Olib borilgan tadqiqotlar va empirik kuzatuvlar shuni qat'iy ko'rsatadiki, samimiy satrlar: Kitobxonda "psixologik oyna" effektini yaratib, uning yolg'izlik va tushkunlik hissidan xolos bo'lishiga yordam beradi;

Insonning eng fundamental ehtiyojlaridan biri bo'lgan aloqadorlik hissini qondirish orqali uning ichki motivatsion resurslarini harakatga keltiradi; Kognitiv tushkunlik va xavotir darajasini sezilarli darajada kamaytirib, emotsional intellektni hamda hayotiy qiyinchiliklarga nisbatan ruhiy barqarorlikni kuchaytiradi. Bugungi shiddatli axborot asrida inson ruhiyatini emotsional inqirozlardan himoya qilish, kognitiv yuklamalarni kamaytirish va shaxsning



ijtimoiy-adaptiv xulq-atvorini optimallashtirishda samimiy va sodda tildagi she'riyat amaliy va ekologik jihatdan eng xavfsiz psixoterapevtik vosita bo'lib xizmat qila oladi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati:

1. Anvarov, A. K. Matn psixolingvistikasi: badiiy idrok va emotsional rezonans. – Toshkent: O'zbekiston, 2021. (She'riy matndagi emotsional konstruksiyalar va kitobxon ruhiyati aloqadorligi tahlili uchun).
2. Aristotel. Poetika / Rus tilidan M. Mahmudov tarjimasi. – Toshkent: Yangi asr avlodi, 2011. (Aristotle. Poetics. – Russian trans. by M. Mahmudov. – Tashkent: Yangi asr avlodi, 2011).
3. Deci, E. L., & Ryan, R. M. Intrinsic Motivation and Self-Determination in Human Behavior. – New York: Plenum Press, 1985. / Inson xulq-atvorida ichki motivatsiya va o'z-o'zini belgilash. – Nyu-York: Plenum Press, 1985.
4. Festinger, L. A Theory of Cognitive Dissonance. – Stanford: Stanford University Press, 1957. / Kognitiv dissonans nazariyasi. – Stenford: Stenford universiteti nashriyoti, 1957.
5. Karimova, V. M. Ijtimoiy psixologiya va muloqot psixologiyasi. – Toshkent: Sharq, 2012. (Matn orqali emotsional aloqa o'rnatish va ijtimoiy-adaptiv xulq-atvor muammolari uchun).
6. Leontyev, A. A. Psixolingvisticheskiye yedinit'si i porojdeniye rechevogo viskazivaniya. – Moskva: Nauka, 2014. / Psixolingvistik birliklar va nutqiy ifodaning yuzaga kelishi. – Moskva: Nauka, 2014.
7. Maslow, A. H. Motivation and Personality (3rd ed.). – New York: Harper & Row, 1987. / Motivatsiya va shaxsiyat (3-nashr). – Nyu-York: Harper va Rou, 1987.
8. Nishonova, Z. T. Mustaqil fikrlash psixologiyasi. – Toshkent: Fan va texnologiya, 2014. (Kognitiv tushkunlikni yengish va shaxsning ichki refleksiv motivatsiyasini rivojlantirish asoslari uchun).
9. Qur'onov, Q. Adabiyotshunoslikka kirish. – Toshkent: Fan, 2007. (Badiiy matndagi samimiylik, badiiy idrok qonuniyatlari va lirik qahramon psixologiyasi tahlili uchun).
10. Rizzolatti, G., & Sinigaglia, C. Mirrors in the Brain: How Our Minds Share Actions and Emotions. – Oxford: Oxford University Press, 2008. / Miyadagi ko'zgular: Ongimiz harakatlar va emotsiyalarni qanday baham ko'radi. – Oksford: Oksford universiteti nashriyoti, 2008.
11. Rogers, C. R. On Becoming a Person: A Therapist's View of Psychotherapy. – Boston: Houghton Mifflin, 1961. / Shaxsning shakllanishi: Psixoterapevt nigohi. – Boston: Xoton Mifflin, 1961.

12. Rubakin, N. A. Psixologiya knigi i chteniya: Izbranniye trudi po bibliologicheskoy psixologii. – Moskva: Kniga, 1977. / Kitob va mutolaa psixologiyasi: Bibliopsixologiya bo'yicha tanlangan asarlar. – Moskva: Kniga, 1977.
13. Solovyov, I. M. Psixologiya chteniya teksta i vospriyatiya xudojestvennogo slova. – Sankt-Peterburg: Rech, 2002. / Matn mutolaasi va badiiy so'zni idrok etish psixologiyasi. – Sankt-Peterburg: Rech, 2002.
14. Vigotskiy, L. S. Psixologiya iskusstva. – Moskva: Iskusstvo, 1987. / San'at psixologiyasi. – Moskva: Iskusstvo, 1987.
15. Yo'ldoshev, Q. Badiiy tahlil asoslari. – Toshkent: G'afur G'ulom nashriyoti, 2016. (Matn sintaktik soddaligi va uning kitobxon kognitiv apparatiga ta'sir mexanizmlari uchun).
16. Zamfir, K. Uvlechennost trdom i motivatsiya: Sotsialno-psixologicheskiiy analiz. / Rumyn tilidan tarjima. – Moskva: Progress, 1983. / Mehnatga ishtiyoq va motivatsiya: Ijtimoiy-psixologik tahlil. – Moskva: Progress, 1983.



woc
**WORLD
ONLINE
CONFERENCES**

