

HISSİYOTNING FIZIOLOGIK ASOSLARI

Qoraqalpog'iston Respublikasi Nukus shahri Ajiniyoz nomidagi NDPI "Turkiy tillar" fakulteti Qoraqalpoq tili va adabiyoti yo'nalishi 2A kurs talabasi

Dosbergenova Miyrigul Sadiratdinovna

Kalit so'zlar: *Hissiyot, emotsiya, tuyg'u, vegetativ, nerv sistemasi, bosh miya, miya yarim sharlari.*

Annotatsiya: *Bu ilmiy maqolada tuyg'u, hissiyot va uning fiziologik asoslari haqida ma'lumotlar keltirilgan. I.P.Pavlov va boshqa olimlarning fikrlari, tajribalari ham keltirib o'tilgan.*

Odamlar atrofida bo'layotgan narsa va hodisalarni qabul qilar, bu hodislarga ma'lum darajada o'z fikrlari bilan yondashadilar.

Hissiyot– atrofidagi olamga, shaxslar aro munosabatga shaxsning subyektiv kechinmalarining aks etishi.

Shuningdek hissiyot –borliqning zarurliklar subyekti bo'lgan shaxs miyasida obyektlarga bo'lgan munosabatlarining aks etishiga aytiladi. Albatta insonning atrofidagi voqea va hodisalarga munosabatini hissiyotlarsiz ko'z oldimizga keltira olmaymiz.

Dunyo psixologiyasida "tuyg'u" (hissiyot) va emotsiya terminlari asosan bir ma'noda keladi. Lekin ularni bir xil deb tushunish notog'ri.

Kishilar idrok qilayotgan, ko'rayotgan, eshitayotgan, bajarayotgan, o'ylayotgan, orzu qiladigan narsalarga befarq bo'lmaydilar. Bir xil predmetlar, shaxslar, xarakterlar, voqealar bizni quvontiradi, boshqalari xafa qiladi yana boshqalari g'azab, nafratimizni uyg'otadi. Biz xavf ostida qolganimizda qo'rquvni his qilamiz, dushman ustidan g'alaba qozonish yoki qiyinchilikni yengish zavq uyg'otadi.

Hissiyot tushunchasiga adabiyotlarda turlicha ta'riflar uchraydi jumladan; A.V.Petrovskiy tahriri ostida chiqqan "Umumiy psixologiya" darsligida hissiyot - kishining o'z hayotida nimalar yuz berayotganiga, nimalarni bilib olayotganiga yoki nima bilan mashg'ul bo'layotganiga nisbatan o'zicha turli xil shaklda bildiradigan kichik munosabatdir. M.Vohidovning "Bolalar psixologiyasi" o'quv qo'llanmasida hissiyot deb - tashqi olamdagi narsa va hodisalarga bo'lgan ichki kechinmalarimizning ongimizda aks ettirilishga aytiladi. Q.Turg'unov muallifligidagi lug'atda hissiyot-shaxsning voqelikdagi narsa va hodisalarga, kishilarga hamda o'z-o'ziga bo'lgan munosabatlarida kelib chiqadigan yoqimli yoki yoqimsiz kechinmalardan iborat. Professor E.G'oziev muallifligidagi "Umumiy

psixologiya" darsligida hissiyot- odamda, tirik mavjudotlar miyasida, ya'ni shaxslarning ehtiyojlarini qondiruvchi va unga monelik qiluvchi obyektlarga nisbatan uning munosabatlarini aks ettirish ma'nosida qo'llaniladi. [1;248]

Yuqoridagi ta'riflardan ko'rinib turibdiki, hissiyot bizning tuyg'ularimizning o'ziga xos aks ettirish jarayoni bo'lib, bunda narsa va hodisalarni aks ettirish jarayonida bizda tug'iladigan ichki kechinmalar va munosabatlar aks ettiriladi. Demak, hissiyotlar o'z- o'zidan yuzaga kelmasdan, tashqi olamdagi narsa va hodisalarning ta'siri bilan bog'liq ravishda yuzaga keladi.

Adabiyotlarda hissiyot bilan birga emotsiya tushunchasi ham keng doirada qo'llaniladi. Aynan emotsiya tushunchasining mazmuni nimadan iborat va hissiyot tushunchasi bilan o'zaro bog'liqligi qanday degan savol tug'iladi? Shunga muvofiq emotsiya tushunchasining mazmun mohiyatini yoritadigan bo'lsak; jumladan professor E.G.'G'ozievning "Umumiy psixologiya" darsligida emotsiya-odatda tashqi alomatlari yaqqol namoyon bo'ladigan his-tuyg'ularni, ichki kechinmalarni ifodalashidan iborat psixik jarayonni yuzaga kelishining aniq shaklidir, deb ta'riflanadi.

Emotsiya - shaxsning voqelikka o'z munosabatini his qilishidan kelib chiqadigan, uning ehtiyoj va qiziqishlari bilan bog'liq bo'lgan yoqimli yoki yoqimsiz kechinmalaridir. Keltirilgan ta'riflardan ko'rinadiki, hissiyot tushunchasi emotsiyaga nisbatan kengroq tushuncha bo'lib, shaxsning kundalik hayoti, turmush tarzidagi barcha jabhalarni qamrab oladi.

Tashqi ko'rinishi darhol namoyon bo'ladigan hissiyotlarning ichki olamimizda paydo bo'lishidan iborat psixik jarayonning yuzaga kelishining aniq shaklini emotsiya deb ataymiz.

Masalan: ranglarimizning o'zgarishi, lablarning titrashi, ko'zlarimizning yarqirashi, xafa bo'lish, yig'lash emotsiyaning ko'rinishi.

Lekin vatanga muhabbat, javobgarlik, vijdon, mehr-muruvvat kabi oliy tuyg'ularni emotsiya dey olmaymiz. Chunki tuyg'ular o'zlarining ahamiyati, yo'nalganligi, davomiyligi, ta'sirchanligi bilan emotsiyadan farqlanadi.

Shuningdek tuyg'ular ijtimoiy, emotsiyalar individual ahamiyatga ega. Tuyg'ular emotsiyalardek tug'ma emas hayot davomida paydo bo'ladi. Shaxsning individual hayoti va xizmatiga bog'liq faktorlar, turtkilarni keltirib chiqaruvchi instinktlar, shartsiz reflekslar, genlik belgilar bilan bog'liq oddiy tuyg'ularga "emotsiya" deyiladi.

Emotsional kechinmalar organizmdagi alohida fiziologik jarayonlar o'zgarishlar bilan bog'liq ekanligi har kungi tajribalarda ko'rinib turibdi.

Masalan ayirim emotsional kechinmalar chog'ida yurak urishi tezlashadi ya'ni susayadi, nafas olish, ovqat hazm qilish sekretiya bezlari faoliyati ham o'zgaradi. Emotsional jarayonlar butun organizmning faoliyatiga ta'sir qiladi.

Bunga dalil sifatida Abu Ali Ibn Sinoning eksperimental nevroz misol qilsak bo'ladi.

Odamdagi hissiyotning fiziologik asosibosh miya postida sodir bo'lgan jarayonlar bilan bog'liq.

Bosh miya posti hissiyotning kuchini va barqarorligini iroda qilib turadi. Buni shu bilan isbot qilish mumkinki miya posti zaiflangani natijasida bet muskullari falaj bo'lib qolgan kishilar gar xil narsalarga hatto juda arziyas narsalarga ham hamisha va qattiq kulaveradi.[2;40]

I.P.Pavlov tirik mavjudotlarning atrofimizdagi muhitga moslashuvida hosil qiladigan buziladigan dinamik stereotiplar orqali biror hissiyot va emotsional kechinmalarning ijobiy va salbiy sifatlarini tushuntirib beradi.

Dinamik stereotip deganda tashqi qaytarilish natijasida hosil qilingan shartli reflekslar, nerv bog'lanishlarining barqaror tizimi tushuniladi. Har turli qiyinchiliklar va qarshiliklarga duch kelishi natijasida dinamik stereotiplarning "o'zgarishi" salbiy emosional holatni yuzaga keltiradi. Hissiyot bu uning kechirilishining turli shakllari faqat darak vazifasini emas, balki boshqaruvchilik funksiyasini ham bajaradi. Emotsiya harakatlari juda ko'p tana o'zgarishlar ifodalanadi. Odam organizmidagi o'zgarishlar kechirilayotgan hissiyotning ob'ektiv ko'rsatkichi hisoblanadi. Moslashish xarakteriga oid bo'lgan, ya'ni ovozning o'zgarishi, mimika, imo-ishora, organizmda sodir bo'ladigan jarayonning qayta o'zgarishidan iborat ixtiyorsiz va ongli harakatlar psixologiyada emotsional harakatlarning ekspressiv tomoni deb ataladi.

Hissiyotlar odatda juft-juft bo'lib uchraydi. Masalan, yoqimli- yoqimsiz, xush-noxush, xursand-xafa, g'azab-muhabbat, nafrat kabi ana shunday hissiyotlar sub'ektiv xarakterga ega bo'ladilar, lekin ularning tashqi ifodasi ham bo'ladi. Masalan, hushchaqchaq odam bilan g'amgin odamning yuz ifodasini ko'z oldimizga keltirib ko'rish mumkin. Aynan mazkur jarayon psixologiyada ambivalentlik yoki ikki taraflamalik deb ataladi. Ambivalentlik - lotincha har tomonlama kuchga ega ma'nosini anglatib kishining bir ob'ektning o'ziga nisbatan bir vaqtning o'zida paydo bo'ladigan bir-biriga qarama - qarshi emosional irodaviy holatdir.

Hissiyotda ambivalentlik bu rohatlanish va azoblanishni birga qo'shib va biri ikkinchisiga o'tib ketmaydigan emas, balki bunda birga bo'lish kechiriladigan hissiyotning zarur xarakterli sifatlaridan birini tashkil qiladi. Masalan, rashk hissida muhabbat va nafrat.

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. Chunonchi, odam qattiq uyalgan paytida qizarib ketadi, qattiq qo'rqqan paytida esa rangi o'chib, qaltirab ketadi, xattoki odamning ovozida ham o'zgarish paydo bo'ladi. Ana shunday hissiy holat yuz bergan paytda odamning yuragi tez ura boshlaydi, nafas olishi ham tezlashadi. [3;271]

Demak, odam ma'lum hissiy holatni boshdan kechirayotgan paytda uning qon aylanish tizimi, nafas olish organlari nutq apparatlari ichki sekretsiya bezlari ham qatnashadi. Masalan, materialni yaxshi bilmaydigan talaba imtihon topshirayotganda terlab ketadi, tomog'iga nimadir tiqilib, gapini gapira olmay qoladi. Odamda qattiq qo'rqish paytida "Yuragi orqaga tortib ketdi", "Sovuq ter bosib ketdi" kabi iboralarning ishlatilishi hissiyot paytida odamning ichki a'zolarining ishtirok etishidan dalolat beradi.

Juda ko'p hissiy holatlar bosh miyaning yaqin po'stloq osti qismlarining oraliqi bilan ham bog'liqdir. Masalan, ko'rish tepaligi deb ataluvchi qism ayrim hislarni ifodalaydigan ixtiyorsiz harakatlarning markazi hisoblanadi. [4;249]

Odamda uchraydigan yuksak ma'naviy hissiyotlar ham o'zining nerv-fiziologik asosiga ega bo'lishi kerak (chunonchi intellektual, ahloqiy, estetik hissiyotlar). Bu jihatdan akademik I.P.Pavlovning dinamik streotip haqidagi ta'limoti juda katta ahamiyatga egadir. Bu haqda akademik I.P.Pavlov shunday deb yozgan edi: "Menimcha, ko'pincha odatdagi turmush tartibining o'zgargan paytlarida odat bo'lib, qolgan birorta mashg'ulot yaqin kishidan judo bo'lganda, aqliy iztirob chog'ida kechiriladigan og'ir hissiyotlarning fiziologik asosi xuddi eski dinamik streotipning o'zgarishi, uning yo'qolishi va yangi dinamik streotipning qat'iylik bilan hosil bo'lishidan iborat bo'lsa kerak".[5;42]

Ayrim murakkab hissiyotlarning asosida dinamik streotipning yotishi yaqqol ko'rinadi. Masalan, estetik hissiyotni oladigan bo'lsak, biron yoqimli ko'ydan lazzatlanish, yoki biron mashhur rassomning ishlagan ajoyib suratlarini tomosha qilib, rohatlanish estetik hissiyot hisoblanadi. Agar bu hissiyotlarning nerv-fiziologik asoslarini tahlil qiladigan bo'lsak, quyidagilarni ko'rishimiz mumkin. Masalan, bizga juda yoqadigan kuy boshqa millat odamiga yoqmasligi mumkin. Bunda ajablanishga hech qanday o'rin yo'q. Biz yoshlikdan boshlab mazkur kuyni bir necha yuz marotalab eshitib borishimiz natijasida ana shu kuyga nisbatan deyarli buzib bo'lmaydigan nihoyatda murakkab dinamik streotip yuzaga keladi. Ana shuning uchun ayrim kuylar bizga yoqadi, ayrimlari esa yoqmaydi. Suratlar

masalasiga kelganda shuni aytish kerakki, qadimgi klassik asarlar ularning ishlanish uslubi realligi bizni hayratda qoldirib zavq tug'diradi. Aksincha, hozirgi rassomlar tomonidan ishlangan rasmlar odamda qandaydir noxush hissiyotni tug'diradi. Demak, uzoq yillar davomida yuzaga keladigan dinamik streotiplar ayrim murakkab qismni tashkil qiladi.

Shunday qilib, hissiyot vegetativ nerv tizimi orqali boshqariladigan ichki a'zo faoliyati bilan bog'liq bo'lsa ham bari bir bosh miya po'sti orqali idora qilinadi. Chunki akademik I.V.Pavlovning fikricha, odamning butun a'zoyi badanida bo'ladigan har qanday hodisalarning hammasini bosh miya po'sti qismidagi neyronlar idora qiladi. Ana shu jihatdan olganda hissiyotning nerv-fiziologik asosi bosh miya po'sti bilan bog'liq.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR:

- 1."Umumiy psixologiya" I.F Xaydarov,I.N.Xalilova 2019- yil Toshkent
- 2." Uliwma psixologiya " I.Saparova 2020- yil Tashkent
- 3."Umumiy psixologiya" P.Ivanov Toshkent 2008 – yil
- 4." Uliwma psixologiya " I.Saparova 2020- yil Tashkent
5. "Umumiy psixologiya" I.F Xaydarov,I.N.Xalilova 2019- yil Toshkent