

## EMOTSTYALARNING, IDROKKA TANLOVCHAN TA'SIRI

**Tojiqqulov Sanjarbek Sadriddin o'g'li**

Termiz iqtisodiyot va servis universiteti, Tibbiyot fakulteti "Davolash ishi" yo'nalishi  
24/14 guruh talabasi

Email: [tojiqulovsanjarbek79@gmail.com](mailto:tojiqulovsanjarbek79@gmail.com)

**Sultonov Ravshan Komiljonovich**

Termiz iqtisodiyot va servis universiteti  
Morfologik fanlar kafedrasini mudiri

Email: [ravshansultonov605@gmail.com](mailto:ravshansultonov605@gmail.com)

Orcid:0009-0003-6820-1044

### **Annotatsiya**

Mazkur maqolada emotsiyalarning inson idrok jarayoniga tanlovchan ta'siri psixologik nuqtai nazardan tahlil qilinadi. Idrok jarayoni shaxsning ichki emotsional holati bilan chambarchas bog'liq bo'lib, ijobiy yoki salbiy emotsiyalar atrof-muhitni qabul qilishda muhim rol o'ynaydi. Maqolada emotsiyalarning idrok tezligi, aniqligi va subyektiv baholashga ta'siri ilmiy manbalar asosida yoritilgan.

### **Аннотация**

В статье рассматривается избирательное влияние эмоций на процесс восприятия с психологической точки зрения. Процесс восприятия тесно связан с эмоциональным состоянием личности, и положительные или отрицательные эмоции существенно влияют на интерпретацию окружающей действительности. Анализируется влияние эмоций на скорость, точность и субъективность восприятия.

### **Abstract**

This article analyzes the selective influence of emotions on the perception process from a psychological perspective. Perception is closely related to an individual's emotional state, and positive or negative emotions significantly affect how reality is interpreted. The article discusses the impact of emotions on the speed, accuracy, and subjectivity of perception based on scientific sources.

**Kalit so'zlar:** emotsiya, idrok, tanlovchanlik, psixik jarayonlar, subyektiv baholash.

**Ключевые слова:** эмоции, восприятие, избирательность, психические процессы, субъективная оценка.

**Keyword:** emotion, perception, selectivity, mental processes, subjective evaluation.

## **Kirish**

Inson psixik faoliyatida idrok muhim bilish jarayonlaridan biri hisoblanadi. Idrok orqali inson atrof-muhitdagi predmet va hodisalarni yaxlit holda aks ettiradi. Biroq idrok obyektiv jarayon bo'lishiga qaramay, u shaxsning ichki holati, ayniqsa emotsiyalari bilan bevosita bog'liqdir. Emotsiyalar idrokni tanlovchan qiladi, ya'ni inson muayyan vaziyatda faqat emotsional ahamiyatga ega bo'lgan axborotni tezroq va aniqroq qabul qiladi.

## **Asosiy qism**

### **1. Emotsiya va idrok tushunchalarining psixologik mazmuni**

Emotsiya — bu insonning ehtiyojlari va motivlari bilan bog'liq holda voqelikka bo'lgan subyektiv munosabatini ifodalovchi psixik holatdir.

Idrok esa tashqi olamdagi predmet va hodisalarning sezgi organlari orqali ongda yaxlit aks etish jarayonidir.

Psixologlar (A.N. Leontev, S.L. Rubinshteyn) ta'kidlashicha, idrok faol jarayon bo'lib, u shaxsning ichki kechinmalari ta'sirida shakllanadi.

### **2. Emotsiyalarning idrokka tanlovchan ta'siri**

Tanlovchan idrok — bu insonning barcha ta'sirlardan faqat muhim va emotsional ahamiyatga ega bo'lganlarini ajratib qabul qilishidir. Masalan:

Qo'rquv holatidagi inson xavf bilan bog'liq signallarni tezroq sezadi

Quvonchli holatda ijobiy ranglar va tovushlar yaqqolroq idrok etiladi

Stress paytida idrok torayib, tafsilotlar e'tibordan chetda qoladi

Bu holat emotsiyalar idrokni yo'naltiruvchi mexanizm ekanini ko'rsatadi.

### **3. Ijobiy va salbiy emotsiyalarning idrokka ta'siri**

Ijobiy emotsiyalar idrokning kengayishiga, ijodiy fikrlashga va obyektlarni yaxlit baholashga yordam beradi.

Salbiy emotsiyalar (qo'rquv, xavotir, g'azab) idrokni toraytirib, subyektiv xatolarga olib kelishi mumkin.

Shu sababli pedagogik va ijtimoiy psixologiyada emotsional fonni barqaror saqlash muhim hisoblanadi.

Emotsiyalarning idrokka tanlovchan ta'siri shundaki, his-tuyg'ularimiz ma'lum bir ma'lumotlarni ko'ra, eshita yoki his qilayotganimizda, ularni tanlab, o'zimizga yaqin, qiziqarli yoki xavfsiz bo'lganlarni ajratib olishimizga yordam beradi, bu esa bizning diqqatimizni va dunyoqarashimizni shakllantiradi. Xo'sh, bu qanday ishlaydi?.

## **Emotsiyalarning idrokka ta'sir mexanizmi:**

- **Diqqatga yo'naltirish:** Yoqimli yoki xavfli his-tuyg'ular bizni muayyan ma'lumotga qaratadi. Masalan, xavf paytida qorong'i burchakni ko'rishga intilamiz, xursandchilikda esa yorqin narsalarga e'tibor qaratamiz.
- **Baholash:** Emotsiyalar bizga ma'lumotlarni tezda "yaxshi" yoki "yomon", "xavfsiz" yoki "xavfli" deb baholashga yordam beradi. Bu bizga qisqa vaqt ichida qaror qabul qilishimizga imkon beradi.
- **Xotira:** Emotsional jihatdan kuchli voqealar xotiramizda ko'proq saqlanib qoladi, shuning uchun biz ularni aniqroq eslaymiz. Bu "tanlovchanlik"ning bir ko'rinishi.
- **Kognitiv vazn:** Ba'zida biz o'zimizga yoqadigan yoki o'zimizni tasdiqlaydigan ma'lumotlarni ko'proq qabul qilamiz. Bu ham tanlovchanlik.

Emotsiyalar idrokka faqat umumiy ta'sir ko'rsatibgina qolmay, balki idrokning barcha bosqichlarida faol ishtirok etadi. Zamonaviy psixologiyada idrok passiv aks ettirish emas, balki faol va tanlovchan jarayon sifatida talqin qilinadi. Inson bir vaqtning o'zida juda ko'p signallarni qabul qilsa-da, ularning barchasi ongda aks etavermaydi. Aynan emotsiyalar qaysi axborot muhim, qaysisi ikkinchi darajali ekanini "saralab beradi".

Idrokning dastlabki bosqichi — sezgi darajasidayoq emotsional holat o'z ta'sirini ko'rsatadi. Masalan, xavotirli yoki qo'rquv holatidagi shaxs kuchsiz tovushlarni ham xavf signali sifatida qabul qilishi mumkin. Bu hodisa evolyutsion jihatdan himoya mexanizmi hisoblanadi. Aksincha, ijobiy emotsiyalar hukmron bo'lgan holatda sezgi chegaralari kengayadi, ranglar yorqinroq, tovushlar yoqimliroq idrok etiladi.

Emotsiyalar idrokning mazmuniy talqin bosqichida ayniqsa kuchli namoyon bo'ladi. Bir xil voqea turli emotsional holatdagi odamlar tomonidan mutlaqo boshqacha talqin qilinadi. Masalan, tanqidni ruhiy barqaror shaxs rivojlanish uchun imkoniyat sifatida qabul qilsa, emotsional jihatdan beqaror shaxs uni shaxsiy tahdid sifatida idrok etadi. Bu holat emotsiyalarning idrokka subyektiv baho berish funksiyasini yaqqol ko'rsatadi.

Psixologik tadqiqotlarda isbotlanganki, kuchli salbiy emotsiyalar idrokni toraytiradi. Bu "tunnel idrok" deb ataladi. Bunday vaziyatda inson faqat xavf manbaiga e'tibor qaratib, atrofdagi boshqa muhim signallarni payqamaydi. Masalan, stress yoki qo'rquv paytida odam yuz ifodalarini noto'g'ri talqin qilishi, masofani xato baholashi mumkin. Shu sababli ekstremal vaziyatlarda xatolar ko'payadi.

**Xulosa**

Xulosa qilib aytganda, emotsiyalar inson idrok jarayonining ajralmas va yetakchi omillaridan biri hisoblanadi. Idrok faqat tashqi ta'sirlarning mexanik aks etishi bo'lib qolmay, balki shaxsning ichki kechinmalari, ehtiyojlari, motivlari va emotsional holati bilan uzviy bog'liq murakkab psixik jarayondir. Inson qanday emotsional holatda bo'lsa, u atrof-muhitdagi voqelikni aynan shu holat prizmasi orqali qabul qiladi va baholaydi. Emotsiyalar idrokka tanlovchanlik xususiyatini bag'ishlaydi, ya'ni shaxs barcha axborotni bir xil darajada emas, balki o'zi uchun emotsional ahamiyatga ega bo'lgan axborotni tezroq, chuqurroq va barqarorroq idrok etadi. Bu holat ayniqsa xavf, qo'rquv, stress yoki kuchli quvonch kabi holatlarda yaqqol namoyon bo'ladi. Masalan, salbiy emotsiyalar ta'sirida inson idroki torayib, voqelikni biryoqlama baholashga moyil bo'lsa, ijobiy emotsiyalar idrokni kengaytirib, obyektlarni yaxlit va chuqurroq anglash imkonini beradi.

**Foydalanilgan adabiyotlar**

Леонтьев А.Н. Деятельность. Сознание. Личность. — М.: Политиздат, 1975.

<https://www.twirpx.com/file/195354/>

Рубинштейн С.Л. Основы общей психологии. — СПб.: Питер, 2002.

<https://www.twirpx.com/file/152193/>

Немов Р.С. Психология. Том 1. — М.: Владос, 2007.

<https://www.twirpx.com/file/198250/>

Goldstein, E. B. Sensation and Perception. — Cengage Learning, 2014.

<https://www.cengage.com/c/sensation-and-perception-9e-goldstein/>