

Emotsiya va hisiyot nazariyalari mulohazasi
Mirzo Ulugʻbek nomidagi Oʻzbekiston Milliy Universiteti
Oʻqituvchisi: Ravshanov Olim
talabalari: Isomiddinova Sarviniso
Jaloliddinova Sevinch

Annotatsiya: Jahon psixologiyasida — hissiyot bilan emotsiya terminlari (ayniqsa chet mamlakatlarda) bir xil maʼnoda ishlatiladi, lekin ularni aynan bir xil holat deb tushunish mumkin emas. Bunday nuqson ommabop adabiyotlarda, chet ellarda chop etilgan darsliklarda aksariyat hollarda uchraydi. Odatda tashqi alomatlari yaqqol namoyon boʻladigan his-tuygʻularni ichki kechinmalarda ifodalanishdan iborat psixik jarayon yuzaga kelishining aniq shaklini emotsiya deb atash maqsadga muvofiq. Masalan, ranglarning oʻzgarishi, yuzlarning tabassumlanishi, lablarning titrashi, koʻzlarning yarqirashi, kulgu, gʻamginlik, ikkilanish, sarosimalik va boshqalar emotsiyaning ifodasidir.

Kalit soʻzlar: emotsiya, psixik, dinamik streatip, I.V.Pavlov, I.F. Gerbart, U.Djeyms,

Emotsiya haqida mulohazalarni tahlil qilishdan oldin insonlarda uchraydigan vatanparvarlik, javobgarlik, maʼsuliyat, vijdon mehr-oqibat, sevgi-muhabbat singari yuksak hislatlarni emotsiya tarkibiga kiritish gʻayritabiiy hodisa hisoblanar edi. Ushbu hissiy kechinmalar oʻzining mohiyati, kuch-quvvati, davomiyligi, taʼsirchanligi, yoʻnalganligi bilan bir-biridan keskin farq qilishlariga qaramay. Ularni emotsiya sifatida talqin qilish oddiy safsataga aylanib qolgan boʻlar edi. Shu boisdan ularning oʻzaro eng muhim farqi shundaki, birisi ijtimoiy (hissiyot), ikkinchisi esa (emotsiya) individual, xususiy ahamiyat kasb etadi. Taʼkidlab oʻtilgan mulohazalarga qaramasdan, hissiyot bilan emotsiyaning oʻzaro bir – biridan qatʼiy cheklab qoʻyish ham baʼzi anglashilmovchilikni keltirib chiqarishi mumkin. Faoliyat, hulq-atvor, muomala subʼekti oʻzining shaxsi hamda jamiyati uchun ahamiyatli hisoblangan narsalar va hodisalarni aks ettiruvchi munosabati hissiyotda mujassamlashadi. Shaxsning individual hayoti va faoliyatiga aloqador omillar, qoʻzgʻovchilar, turtkilarni ifodalovchi hamda kelib chiqishi instinktlar, shartsiz reflekslar, irsiy belgilar (ovqatlanish, jinsiy, himoyalanih, qoʻrqish va boshqalar) bilan bogʻliq sodda hissiy holatlar — emotsiyalar deyiladi. Emotsiyalar afaqat insonlarga, balki jonli rivojlangan mavjudotlarga ham taaʼluqli ruhiy (psixik) holatlar. Hayvonlardagi emotsiyalar oʻzgarishi murakkab boʻlgan tabiiylik (irsiy) alomatlarga asoslanuvchi sodda tuzilishga egadir. Odam bilan hayvon emotsiyalari oʻzlarining mohiyati, tuzilishi, taʼsirchanligi, jadalligi, sifati va shakli bilan hissiyotdan farqlanadi. Shuni aytib oʻtish sanalmish

hazrati insongagina xos, xolos, chunki empatik hamdardlik histuyg'ular shaxsning mukammallik bosqichiga ko'tarilishiga kafolat negizidir.

Odam tashqi muhitdagi turli-tuman narsa va hodisalarni idrok qilar ekan, hech vaqt bu narsalarga batamom befarq bo'lmaydi. Odamning aks ettirish jarayoni doimo faol xarakterga egadir. Aks ettirish jarayoni quyidagilarni qamrab oladi shaxsning ehtiyojni qondirish imkoniyatiga egaligini; qondirishga yordam beradigan yoki qarshilik ko'rsatadigan ob'ektlarga sub'ekt sifatida qatnashishi; uni harakat qildiruvchi bilimga intiltiruvchi munosabatlardir.

Chunki odam atrofidagi har turli narsalarni idrok qilib aks ettirar ekan, bu narsalarga nisbatan ma'lum munosabatda bo'ladi. Masalan, bizga ayrim narsalar yoqsa, ya'ni kayfiyatimizni ko'tarib yuborsa, boshqa bir narsalar yoqmaydi va kayfiyatimizni buzib, dilimizni xira qiladi. Ba'zi bir ovqatni odam juda ham yoqtiradi, boshqa bir ovqatni esa mutlaqo ko'rgisi kelmaydi yoki ayrim odamlar bizga xush keladi yoki boshqa bir odamlar esa noxush keladi. Umuman odam atrofidagi hamma narsalarga nisbatan munosabatda bo'ladi va uning munosabatlari ham aks ettiriladi.

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 engish zavq uyg'otadi.

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.

Hissiyotlar o'zining yuzaga kelishi nuqtai nazaridan odamning ehtiyojlari, qiziqishlari va intilishlari bilan bog'liq bo'ladi. Masalan, odamning organik ehtiyojlarini qondirishi bilan bog'liq bo'lgan hissiyotlar odamda rohatlanish, qanoatlanish tuyg'usini yuzaga keltiradi. Organik hissiyotlarni qondira olmaslik odamning ruhini tushirib, kayfiyatini buzib, azoblanish, toqatsizlanish hissiga sabab bo'ladi.

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. 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. 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 hisni 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.

Uzoq vaqt davomida psixologlar hissiyotlar tabiati haqidagi masalani echishga uringanlar. XVIII-XIX asrlarda ushbu muammo bo'yicha hech qadai nuqtai nazarlar mavjud emas edi. Keng tarqalgan qarashlardan hissiyotlarning organik ifodalanishlari

– bu psixik hodisalarning oqibati haqidagi dalil asosida paydo boʻlgan intellektuallashtirish nuqtai nazaridir. Tasavvur fundamental psixologik dalil boʻlib hisoblanadi, bizning hislarimiz esa turli tasavvurlar oʻrtasida oʻrnatiladigan aloqalarga mos keladi, va tasavvurlar oʻrtasidagi nizolika nisbatan taʼsirlanish sifatida koʻrib chiqiladi, deb hisoblagan I.F. Gerbart, bu nazariyaning aniq ifodasini keltirdi. V. Vundt ham bu nazariyaning tarafdori edi. Shunday qilib, hissiyotlarni tadqiq qilishda ular haqidagi subʼektiv, yaʼni, hissiyotlarning psixik tabiati haqidagi fikrlar oʻz tasdigʻini topdi, unga muvofiq psixik jarayonlar maʼlum organik oʻzgarishlarni keltirib chiqaradi.

Inson va hayvonlarda hissiyotlarning ifodalanishi asarini chop etdi. Uning fikriga koʻra, hayvon va odam hulq-atvori oʻrtasida umumiyliklar mavjud. Oʻz fikrini u hayvonlar va odamlar turli emotsional holatlarining tashqi ifodalanishini kuzatishdan kelib chiqqan holda, asoslab berdi. Ushbu kuzatishlardan olingan maʼlumotlar evolyusion nomini olgan hissiyotlar nazariyasi asosiga qoʻyildi, bu taʼlimotga asosan, hissiyotlar tirik mavjudotlar evolyusiyasi jarayonida hayotiy muhim boʻlgan organizmning yashash sharoitlari va vaziyatlariga moslashishni taʼminlovchi moslashish mexanizmlari sifatida yuzaga keldi.

Hissiyotlarning hozirgi zamon tarixi 1884 yilda u. Djemsning hissiyot nima? maqolasining chop etilishidan boshlanadi. U. Djeyms va undan mustaqil ravishda g. Lange hissiyotlar nazariyasini ishlab chiqdilar, unga asosan, hissiyotlarning paydo boʻlishi hosil qilinadigan tashqi taʼsirlar, ixtiyoriy harakat va tizimlar sohasidagi oʻzgarishlar bilan bogʻliq. Bu oʻzgarishlar bilan bogʻliq boʻlgan hissiyotlar, emotsional kechinmalar xuddi oʻzidir. Djems boʻyicha, yigʻlaganimiz sababli qaygʻulimiz; qaltiraganimiz uchun qoʻrqamiz; kulganimiz uchun xursand boʻlamiz. Bu hissiy xabar miyaga taʼsir koʻrsatib, maʼlum xulq-atvorni oʻt oldiradi, teskari somatosensor va visserosensor afferentatsiya esa hissiyotni yuzaga keltirishini bildiradi.

Xulosa

Inson hissiyotli kechinmalarida ikkinchi signal tizimi katta ahamiyatga ega, chunki kechinmalar tashqi muhitning bevosita taʼsirlari bilan birgalikda soʻzlar, fikrlar orqali ham yuzaga kelishi mumkin. Xuddi shunday, oʻqib chiqilgan hikoya, tomosha qilingan film mos boʻlgan emotsional holatni yuzaga keltirishi mumkin. Hozirda ikkinchi signal tizimi intellektual, axloqiy, estetik yuksak insoniy hissiyotlarning fiziologik asosi boʻlib sanaladi.

Shuni taʼkidlab oʻtish lozimki, hozirgi vaqtgacha hissiyotlar tabiatiga nisbatan yagona nuqtai nazar mavjud emas. Hissiyotlarni oʻrganishga qaratilgan tadqiqotlar hozirda ham oʻtkazilib kelinmoqda. Hozirda toʻplangan tajribaviy va nazariy material hissiyotlar tabiatining ikkilanganligidan dalolat beradi. Bir tomondan, hissiyotlar – turli

psixik hodisalar, shuningdek, kognitiv jarayonlar, inson qadriyatlarini tizimi tuzilmasining xususiyatlari va boshqalar kabi sub'ektiv omillar hisoblanadi. Ikkinchi tomondan, hissiyotlar individning fiziologik xususiyatlari bilan belgilanadi. Hissiyotlar ma'lum seskantiruvchi ta'siri natijasida paydo bo'ladi, bu esa inson moslashishi va hulq-atvorining boshqarish mexanizmlari ifodasining xuddi o'zginasidir. Inson kayfiyati, affektlari, hislari va ehtirolari yig'indisi uning emotsional hayotini va emotsionallik kabi individual sifatni tashkil etadi.

Foydalanilgan adabiyotlar:

1. Emotsiya haqida tushuncha. Hissiy xolatlarning nerv-fiziologik asoslari.
2. Psixik holat turlari. Stress tushunchasi va psixik zo'riqish va uni boshqarish.
3. Frustratsiya va bezovtalik emotsional holat sifatida.