

SEZGI: INSON ONGINING OLAMNI HIS QILISH QOBILIYATI

Mohira Nomozova Odiljon qizi

Denov tadbirkorlik va pedagogika instituti DTPI Matematika

yo'nalishining 1-kurs talabasi.

E-mail: m.nomozova2006@gmail.com

Rahmonova Nilufar

Ilmiy rahbar:

Annotatsiya: *Ushbu maqolada sezgi, insonning mantiqiy tafakkurga tayanmasdan, ong osti va hissiyotlarga asoslangan qarorlar qabul qilish qobiliyatidir. U, ko'pincha, ilgari olingan tajribalar va hissiy tajribalarga tayanib, insonni to'g'ri yo'nalishda yo'l-yo'riq beradi. Sezgi mantiqiy tahlilga qaraganda, ko'proq intuitsiyaga asoslanadi va insonning ichki bilimlari orqali yuzaga keladi. Bu qobiliyat ijtimoiy munosabatlarda ham muhim ahamiyat kasb etadi, chunki odamlar boshqalar bilan aloqalarini, ularning niyatlarini sezgisi orqali aniqlaydilar. Sezgi insonning ong ostidagi jarayonlar bilan chambarchas bog'liq bo'lib, bu haqda ilmiy tadqiqotlar sezgining miyaning neyron tizimlari orqali qanday ishlashini tushunishga yordam beradi. Sezgi, shuningdek, qaror qabul qilish jarayonida mantiqiy fikrni to'ldirib, ko'pincha tez va samarali natijalarga erishish imkonini yaratadi.*

Kalit so'zlar: *Sezgi, Intuisiya, Hissiyot, Tajriba, Qaror qabul qilish, Mantiq*

Kirish:

Sezgi insonni o'rab turgan dunyoni anglash va tushunishda muhim vositadir. Bizning atrof-muhit bilan o'zaro aloqamiz asosan sezgi a'zolarimiz orqali amalga oshadi. Boshqacha qilib aytganda, sezgi jarayoni inson hayotining asosiy negizlaridan biri bo'lib, u holda biz to'liq va mazmunli tajribaga ega bo'la olmaymiz.

Sezgi jarayoni insonning asab tizimi, miya va sezgi organlari faoliyati bilan uzviy bog‘langan bo‘lib, u orqali biz ranglarni ko‘ramiz, tovushlarni eshitamiz, hidlarni sezamiz, ta‘mni farqlaymiz va narsalarga tegish orqali ular haqida ma‘lumot olamiz. Ushbu maqolada sezgi jarayonining mohiyati, uning turlari va inson hayotidagi o‘rni haqida batafsil fikr yuritamiz.

Sezgi va Uning Tabiati

Sezgi atrof-muhitdagi narsalardan keladigan signallarni qabul qilish va ularni ongda qayta ishlash jarayoni hisoblanadi. Bu jarayonning asosiy komponentlari quyidagilar:

1. Ma‘lumotni qabul qilish - tashqi omillardan sezgi organlari orqali signallarni olish
2. Analiz qilish - miya olingan ma‘lumotlarni o‘ziga xos tarzda qayta ishlaydi
3. Anglash - olingan sezgi signallarini ongli ravishda tushunish.

Sezgi inson hayotida o‘ziga xos himoya va yo‘naltiruvchi rolni bajaradi. Bizning tashqi xavf-xatarlardan himoyalanimiz, oziq-ovqat tanlashimiz va atrofda muhit bilan muloqotimiz sezgiga bog‘liq.

Sezgi Turlari

Sezgi organlari va ularga bog‘liq ma‘lumot turlari bo‘yicha sezgi quyidagi asosiy turlarga bo‘linadi:

1. Vizual sezgi – ko‘rish orqali shakllar, ranglar va harakatlarni anglash. Vizual sezgi bizga atrofimizdagi narsalarni ko‘rib, ularga mos ravishda harakat qilishimizga imkon beradi. Ko‘rish orqali biz masofani, ranglarni va tafovutlarni aniqlaymiz.
2. Audial sezgi – tovushlarni eshitish orqali olingan ma‘lumot. Bu orqali biz tovush manbasini, balandligini va intonatsiyasini farqlaymiz. Audial sezgi orqali boshqa insonlar bilan muloqot qilamiz va hayotiy hodisalarni his qilamiz.
3. Taktil sezgi – teginish orqali his qilish. Bu jarayon asosan teridagi nerv oxirlari orqali amalga oshiriladi. Taktil sezgi bizga narsalarning qattiq yoki yumshoqligini, issiq yoki sovuqligini his qilishga yordam beradi.

4. Ta'm sezgisi – oziq-ovqatning ta'mini sezish qobiliyati. Bu jarayon asosan tilda joylashgan ta'm reseptorlari yordamida amalga oshadi. Ta'm sezgisi bizga shirin, nordon, sho'r yoki achchiq ta'mni ajratishga imkon beradi.

5. Hid sezgisi – hidlarni anglash va farqlash. Bu qobiliyat burundagi hid reseptorlari yordamida amalga oshadi. Hid sezgisi bizga turli hiddan kelib chiqib oziq-ovqat yoki boshqa narsalar haqida ma'lumot olishga imkon beradi.

Ma'lumki bizni o'rab turgan tashqi olamdagi narsa va hodisalarning juda ko'p belgi va xususiyatlari mavjud. Masalan, narsalarning rangi, ta'mi, hidi, qattiq yoki yumshoqligi, g'adir-budur yoki tekisligi, harorat va boshqalar. Ana shu narsa va hodisalarning turli xil belgi, xususiyatlarini biz ham turlicha sezgi a'zolarimiz orqali ongimizda aks ettiramiz.

Tashqi olamdan bizni tanamizga milliard qo'zg'ovchilar hujum qiladi. Bizning qorong'i ichki dunyoimizda esa sirli miyamiz ishlaydi. Bu fakt esa psixologiyaning yuqori ming yildan ortiq fundamental muammosini ko'taradi. Masalani echishda bundan yuz yil avval psixologiya fan sifatida rivojlandi: Atrof muxitimizni o'rab turgan siymolar miyamizga tushadi?

Sezgi bilish jarayonlari ichida oddiy psixologik jarayon bo'lib, tashqi olamdagi narsa va hodisalarni aks ettiradi. Tashqi olamdan kelayotgan qo'zg'atuvchilarning muayyan retseptorlarga bevosita ta'sir etish orqali ayrim belgi va xususiyatlarni va organizm ichki holatini aks ettiradi. Ma'lumki, insondan sezishning dastlabki bosqichi hissiy bilishdan boshlanib, keyinchalik u mantiqiy bilishga o'tadi. Sezgi ham oddiy psixologik jarayon bo'lgani bilan uning yuzaga kelishi o'z-o'zidan hosil bo'lmaydi. Ular jumlasiga quyidagilar kiradi:

Analizator – tashqi va ichki muhitdan keladigan ta'sirotlarni qabul qilib olib, fiziologik jarayon bo'lgan qo'zg'alishni psixik jarayonga, ya'ni sezgilarga aylantiruvchi nerv mexanizmlari tizimi. Analizator apparati 3 qismdan tashkil topgan bo'lib, ular quyidagilardan iborat:

Ø periferik (retseptor) – tashqi quvvatni nerv jarayoniga o'tkazadigan maxsus transformator qismi;

Ø analizatorning periferik bo‘limining markaziy analizator bilan bog‘laydigan yo‘llarni ochadigan afferent (markazga intiluvchi) va efferent (markazdan qochuvchi) nervlar;

Ø analizatorning periferik bo‘limlaridan keladigan nerv signallarining qayta ishlanishi sodir bo‘ladigan qobiq osti va qobiq bo‘limlari.

Jahon psixologiyasi fanining so‘nggi yutuqlari hamda atamalariga binoan sezgilar quyidagicha klassifikatsiya qilinadi. Ushbu tasniflanishning dastlabki ko‘rinishi ingliz olimi CH.SHerringtonga taalluqlidir. U retseptorning qaerda joylashganligiga qarab, sezgilarni uch turga bo‘ladi.

1. Tashqi muhitdagi narsa va hodisalarning xususiyatlarini aks ettirishgamoslashgan hamda retseptorlari tananing sirtqi qismida joylashgan sezgilar, ya’ni ekstroretseptiv sezgilar;

2. Ichki tana a‘zolari holatlarini aks ettiruvchi hamda retseptorlari ichki tana a‘zolarida, to‘qimalarda joylashgan sezgilar, ya’ni interoretseptiv sezgilar.

3. Tanamiz va gavdamizning holati hamda harakatlari haqida ma’lumot (axborot, xabar) beruvchi muskullarda, bog‘lovchi paylarda, mushaklarda joylashgan sezgilar, ya’ni proprioretseptiv sezgilar.

Sezgi turlari

Psixologiya fanida uchta katta guruhga ajratilgan sezgilar (ekstroretseptiv, proprioretseptiv, introretseptiv) o‘z navbatida quyidagi turlarga ajratiladi:

1. Ko‘rish sezgilari;
2. Eshitish sezgilari;
3. Hid bilish sezgilari;
4. Ta‘m bilish sezgilari;
5. Teri sezgilari;
6. Muskul – harakat (kinestetik);
7. Statistik sezgilar;
8. Organik sezgilar;

Absolyut sezuvchanlik sifatida kuchsiz seskantiruvchilarni sezish qobiliyati, farqlashga sezuvchanlik sifatida esa – seskantiruvchilar o‘rtasidagi kuchsiz farqlarni sezish qobiliyati tushuniladi. Seskantiruvchining eng kichik o‘lchami ta’sirida paydo bo‘ladigan dastlabki his etish sezuvchanlikning absolyut bo‘ sag‘asi deb ataladi. Fiziolog olim G.V. Gershuni va xodimlarining tadqiqotlari shuni ko‘rsatdiki, sezgi bo‘ sag‘asidan quyiroqda joylashgan tovush seskantiruvchilari, miya elektr faolligining o‘zgarishi va ko‘z qorachig‘ining kengayishini yuzaga keltirishi mumkin. Sezgilarni hosil qilmaydigan seskantiruvchilar ta’sir doirasi G.V. Gershuni tomonidan «sensor osti sohasi» deb ataldi.

ADABIYOTLAR:

1. G‘oziev E.G. Umumiy psixologiya. Toshkent. 2002.1-2 kitob.
2. А.Х.Югай, Н.А.Мираширова “Общая психология” – Ташкент 2014.
3. Дружинина В.. “Психология “. Учебник. “Питер”, 2003.
4. Болотова А.К., Макарова И.В. Прикладная психология: учебник для вузов. –М., Аспект Пресс, 2002. – 383с.
5. Psychology David G. Myers Hope College Holland, Michigan