

## SEZGI JARAYONING XUSUSIYATLARI VA UNING TURLARI

Xudoyberdiyeva Gulsevar

Kattaqo‘rg‘on Davlat Pedagogika Instituti

Filologiya va ijtimoiy fanlar fakulteti

O‘zbek tili va adabiyoti yo‘nalishi talabasi

### **Annotatsiya:**

Ushbu mavzuda sezgi tushunchasi, uning psixologik mohiyati va inson hayotidagi o‘rni yoritiladi. Sezgi — bu tashqi olamdagi narsa va hodisalarning inson sezgi a‘zolari orqali bevosita aks etish jarayoni bo‘lib, bilishning eng oddiy, boshlang‘ich bosqichi hisoblanadi. Mavzuda sezgining turlari (ko‘rish, eshitish, hid bilish, ta‘m bilish, teri sezgilari), ularning xususiyatlari hamda inson faoliyatidagi ahamiyati tahlil qilinadi. Shuningdek, sezgining fiziologik asoslari, ya‘ni analizatorlar faoliyati haqida ham ma‘lumot beriladi. Sezgi orqali inson atrof-muhitni idrok etadi va ongli faoliyatini tashkil qiladi.

### **Kalit so‘zlar:**

sezgi, sezgi jarayoni, bilish, analizator, sezgi a‘zolari, ko‘rish, eshitish, hid bilish, ta‘m bilish, teri sezgisi, psixik jarayon, tashqi muhit, idrok, refleks, nerv tizimi

### **Annotation:**

This topic explores the concept of sensation, its psychological essence, and its role in human life. Sensation is the process by which objects and phenomena of the external world are directly reflected through human sense organs, and it is considered the simplest and initial stage of cognition. The topic analyzes different types of sensations (visual, auditory, olfactory, gustatory, and tactile), their characteristics, and their importance in human activity. It also provides information about the physiological basis of sensation, namely the functioning of analyzers. Through sensation, a person perceives the surrounding environment and organizes conscious activity.

### **Keywords:**

sensation, sensory process, cognition, analyzer, sense organs, vision, hearing, smell, taste, touch, mental process, external environment, perception, reflex, nervous system

### **Аннотация:**

В данной теме рассматривается понятие ощущения, его психологическая сущность и роль в жизни человека. Ощущение — это процесс непосредственного отражения предметов и явлений внешнего мира через органы чувств человека и является начальной, самой простой ступенью познания. В теме анализируются виды ощущений (зрительные, слуховые, обонятельные, вкусовые и кожные), их особенности и значение в деятельности человека. Также приводятся сведения о физиологической основе ощущений, то есть о работе анализаторов. Благодаря ощущениям человек воспринимает окружающую среду и организует свою сознательную деятельность.

### **Ключевые**

### **слова:**

ощущение, сенсорный процесс, познание, анализатор, органы чувств, зрение, слух, обоняние, вкус, осязание, психический процесс, внешняя среда, восприятие, рефлекс, нервная система

### **Kirish**

Sezgi — olamdagi narsa va hodisalar ayrim xossalarning miyadagi taxlili. Materiyaning sezgi a‘zolariga ta‘sir ko‘rsatib, bosh miya po‘stlog‘i nerv markazini qo‘zg‘atishi asosida paydo bo‘ladi.

Sezgi dunyoni bilishning birinchi bosqichi va tarkibiy qismidir. Sezgilarda asosida hissiy bilishning idrok, tasavvur kabi shakllari yuzaga keladi. Tashqi qo'zg'ovchilarning o'ziga xos xususiyatlariga qarab, barcha Sezgilarda tana Sezgisi (tuyish), ko'rish Sezgisi, eshitish Sezgisi, hid bilish Sezgisi, ta'm bilish Sezgisi va boshqa turlarga bo'linadi. Sezgi fizik, fiziologik, psixologik jarayonlarda paydo bo'ladi. Fizik jarayonda har qanday narsa va hodisalar Sezgi a'zolariga ta'sir etib, tegishli sezuvchi nervning chekka uchlarini qo'zg'aydi. Fiziologik jarayonda qo'zg'alish nervning o'tkazuvchi yo'li orqali bosh miya po'stining tegishli markaziy hujayralar tizimiga o'tadi. Psixologik jarayonda nerv qo'zg'alishida bizga ta'sir etgan qo'zg'ovchining analizi paydo bo'ladi va u sintezga aylanadi — Sezgi paydo bo'ladi. Sezgi a'zolari miya katta yarim sharlari faoliyati bilan bog'liq. Insonda voqelikni bilishda ko'rish Sezgisi yetakchi o'rinni egallaydi. Sezgilarni qayerda joylashganligiga qarab 3 ga ajratish mumkin:

1) ekstoretseptorlar — bular organizm sirtida bo'ladi, ularga ko'rish, eshitish, hid bilish, ta'm bilish, tuyish Sezgilari kiradi;

2) interoretseptorlar — tanamiz ichidagi Sezgilarda, bularga ichak, jigar, o'pkadagi Sezgilarda kiradi;

3) proprioretseptorlar — muskul, pay, boylamlarda bo'ladi. Sezgilarning hammasi o'ziga xos xususiyat va qonuniyatlarga ega.

Sezgilarning umumiy qonuniyatlari Sezgilarning yuzaga kelishi ma'lum qonuniyatlarning asosida yuz beradi.

### **Asosiy qism**

Sezgi deb- atrofimizdagi narsa va hodisalarning sezgi a'zolarimizga bevosita ta'sir etishi natijasida ularning ayrim belgi va xususiyatlarini miyamizda aks ettirilishini aytamiz. Sezgi bilish jarayonlari ichida oddiy psixologik jarayon bo'lib, tashqi olamdagi narsa va hodisalarni aks ettiradi. Tashqi olamdan kelayotgan qo'zg'atuvchilarning muayyan reseptorlarga 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:

Sezgi a'zolariga ta'sir etadigan narsa va hodisaning bo'lishi.

Sezuvchi apparat, ya'ni analizatorning mavjud bo'lishi.

Masalan, havoning sovuqligini, temirning qattiqligini, qorning yumshoqligi va boshqalarni sezamiz. Sezgi idrok bilan bog'liq bo'ladi, lekin narsa va hodisani idrok qilishdan oldin uni sezish lozim, shu bois sezgilarda materiyaning sezgi a'zolarimizga ta'siri natijasidir. Sezgi axborotlarini qabul qilib, tanlab, to'plab, har bir sekundda axborotlar oqimini qabul qilib va qayta ishlab miyaga yetkazib beradi. Natijada tevarak - atrofdagi tashqi olamni va organizm o'z ichki holatini adekvat "mos" aks ettirishi hosil bo'ladi. Sezgi a'zolari tashqi olamning inson ongiga olib kiradigan yo'llaridan biridir.

Psixologiya fanida uchta katta guruhga ajratilgan sezgilarda (ekstroreseptiv, proprioreseptiv, introreseptiv) o'z navbatida quyidagi turlarga ajratiladi:

- Ko'rish sezgilari; Eshitish sezgilari;
- Hid bilish sezgilari;
- Ta'm bilish sezgilari;
- Teri sezgilari;
- Muskul - harakat (kinestetik);
- Statistik sezgilarda;

**Ko'rish sezgilari:**Insonlar tomonidan rang va yoruqlikni sezish ko'rish sezgilari orqali amalga oshadi va seziladigan ranglar xromatik va axromatik turlarga bo'linadi. Psixofiziologik qonunga ko'ra yoruqlik nurlari uchburchak shisha prizma orqali o'tib singanda hosil bo'ladigan rang xromatik ranglar deb atalib, ularga kamalak ranglar, ya'ni qizil, zarg'aldoq, sariq, yashil, havo rang, ko'k, binafsha tuslarini qamrab oladi. Odatda oq rang, qora rang, kulrang va ularning turlicha ko'rinishlari axromatik ranglar deb nomlanadi.

**Eshitish sezgilari:**Eshitish sezgilari tovushlarni eshitishdan iborat bo'lib, musiqaviy va shovqinli tovushlarni aks ettiradi. Odatda tovushlar oddiy va murakkab turlarga ajratiladi, ularning birinchisi tonli, ikkinchisi esa bir necha tondan tashkil topadi. Tonlardan biri asosiy ton hisoblanib, u tovushning balandigini, kuchini belgilaydi, boshqalari keluvchi tovushlar sanalib, ular obertonlar deyiladi. Musiqa asboblardan taralayotgan tovushlarning o'ziga 132 xosligi fan tilida tembr deb ataladi. hatto nutq tovushlari ham ohangli tovushlar (unli tovushlar) yoki shovqinlardan (undosh tovushlar) tashkil topgan bo'ladi.

**Hid bilish sezgilari:**Hid bilish sezgilariga hidlarni his qilish kiradi va ularning organi burun kavagining yuqori tomoni hisoblanib, bu yerda hid bilish hujayralari hamda sezuvchi nerv tarmoqlari joylashgan. Ular shilliq pardalarda botib turadi. Hidli moddalar sezuvchi nervni qo'zg'aydi. hid bilish markazi bosh miya yarim sharlari orqa yuzasining pastki qismida mavjud deb taxmin qilinadi. Hidli moddalar hid bilish hujayralariga gaz holatida ta'sir etib, kimyoviy reaksiyalar yo'li bilan ularni qo'zg'atadi. Oddiy gaz holatidagi hidli moddalar havo bilan nafas olish jarayonida burun havosiga kirib keladi, natijada aks ettirish holati hosil bo'ladi.

**Ta'm bilish sezgilari:**Ta'm bilish sezgilari shirin, achchiq, nordon, sho'r singari mazalarni his qilish bilan tavsiflanadi. Ta'm bilish sezgilarining organi tilning yuzasi va tanglayning yumshoq qismidan tashkil topgan. Tilning shilliq pardasida maxsus ta'm bilish so'rg'ichlari mavjud bo'lib, ularning tarkibi tayoqchasimon hujayralardan tuzilgan maxsus ta'm bilish "kurtaklari"ga ega. Ta'm bilish so'rg'ichlari til yuzasida bir tekis taqsimlanmaganligi uchun uning orqa qismi achchiqni, uchi shirin mazani, chetlari esa nordon mazani sezadi. Lekin ularning o'rtasi bo'lsa mazani aks ettira olmaydi. Ta'm bilish so'rg'ichlarining hujayrali qismlarida maxsus sezuvchi nervlarning chekka uchlari joylashgan, ular ta'm bilish organidagi qo'zg'alishni bosh miyaga uzatib turadi, uning markazlariga yaqin joylashgan.Sezgi jarayonini o'rganar ekanman, shunga amin bo'ldimki, u nafaqat biologik jarayon, balki bizni tashqi dunyo bilan bog'lab turuvchi eng asosiy ko'prikdir. Sezgilarimizsiz biz atrof-muhitni, ranglarni, musiqani va hatto o'z tanamizni ham his qila olmagan bo'lar edik. Ayniqsa, **adaptatsiya** (moslashish) xususiyati meni hayratga soladi. Inson organizmining o'zgaruvchan sharoitlarga, masalan, yorug'likdan qorong'ilikka yoki kuchli shovqinga ko'nikishi bizning yashab qolishimiz uchun tabiat tomonidan berilgan eng buyuk mexanizmdir. Shuningdek, sezgilar faqatgina ma'lumot qabul qilish bilan cheklanib qolmay, bizning **emotsional holatimizga** ham ta'sir qiladi. Masalan, yoqimli hid yoki sokin musiqa kayfiyatimizni ko'tarishi, og'riq sezgisi esa tanamizdagi xavfdan ogohlantirishi bilan muhimdir. Xulosa qilib aytganda, sezgilar borliqni anglashning birinchi va poydevor bosqichidir. Ularsiz idrok, xotira va tafakkur kabi murakkab ruhiy jarayonlar mavjud bo'lmas edi.

### **Tadqiqotlar**

Nemis fiziologi E.Veber (1795-1878) kishining o'ng va chap qo'llarida ko'tarib turgan ikkita narsaning qaysi biri og'irroq ekanligini aniqlay bilish qobiliyatini tekshirar ekan, farq ajratish sezgirligi mutloq emas, balki nisbiylikni qayd etgan edi. Bundan qo'shimcha qo'zg'atuvchining asosiy qo'zg'atuvchiga nisbatan doimiy o'lcham bo'lishi kerak, degan ma'no kelib chiqadi. Jumladan, qo'lda 100 gramm og'irlikdagi yuk turgan bo'lsa yukning bilinar-bilinmas og'irligini

payqash uchun og'irlik 3.4 gramm atrofida oshirilishi kerak. Yukning og'irligi 1000 gramm bo'lgan taqdirda esa sezgi hosil qilishida salgina farq sezishi uchun og'irlik 33.3 gramm chamasi oshirilishi kerak. Shunday qilib, ilk qo'zg'atuvchining o'lchami qanchalik katta bo'lsa, unga qo'shimcha ham shunchalik katta bo'lishi lozim.

Nemis faylasufi Xristian Volf "Rasional psixologiya" (1732 yil) va "Empirik psixologiya" (1734 yil) kitoblarida ongning ichki holati, aqliy fikr yuritishga qobiliyatning tabiiy moddiy asosi zamiridan kelib chiqib, tashqi olamdan kelib tushadigan axborotlar shaxobchasiga, ya'ni sezgi kanaliga hech qanday bog'liq emas, deb tushuntirishga harakat qildi. Sezgilarga mana bunday yondashish nazariyotchisi "fanga rasionalizm" tushunchasi bilan birga kirib keldi. X.Volf va uning tarafdorlari psixologik jarayonlar (sezgi, idrok, xotira va boshqalar) murakkab ijtimoiy tarixiy taraqqiyot mahsuli emas, degan g'oyani ilgari surdilar.

### **Xulosa**

Sezgi inson bilish jarayonining eng muhim va boshlang'ich bosqichi hisoblanadi. U orqali inson tashqi muhitni anglaydi va atrofda narsa-hodisalar haqida dastlabki ma'lumotlarga ega bo'ladi. Sezgilarda barcha murakkab psixik jarayonlarning asosini tashkil etib, inson faoliyati va ongli xatti-harakatlarini shakllantirishda muhim rol o'ynaydi.

### **Adabiyotlar, References, Литературы:**

1. ESHQUVVATOV TO'LQINJON ESHQUVVATOVICH 60110100 - Pedagogika (tarbiya fani o'qituvchisi) ta'lim yo'nalishi talabalari uchun O'QUV QO'LLANMA Kattaqo'rg'on-2024
2. F.I.XAYDAROV N.I.XALILOVA UMUMIY PSIXOLOGIYA (darslik) Bakalavriat yo'nalishi: 5140800-pedagogika va psixologiya talabalari uchun darslik Toshkent -2009
3. <https://in-academy.uz/index.php/zdpp/article/view/68739>
4. <https://www.wosjournals.com/index.php/medical/article/view/9162>
5. <https://arxiv.uz/uz/documents/referatlar/psixologiya/sezgilar>
6. <https://uz.wikipedia.org/wiki/Sezgi>
7. <https://oefen.uz/uz/documents/referatlar/umumiy/sezgi>