

Date: 29th April-2025

SHAXS HISSIY HOLATINI PSIXOLOGIK O'RGANISH VA TAHLIL QILISH
USLUBI

Rustamov Narzillo Rahmon o'g'li

Buxoro xalqaro universiteti.

Annotatsiya. His-tuyg'ular — voqelikni aks ettirishning o'ziga xos shakllari va his-tuyg'ular kechinishiga xos fiziologik jarayonlar ham murakkab shartsiz va shartli reflekslar bilan bog'liqligi va xususiyatlari haqida yoritib o'tilgan.

Kalit so'z. Ilgor psixologiyada xissiy holat, Emotsional holatlar, Emotsiyalar voqealar, His-tuyg'ular, Kishi affektiv, shartsiz va shartli reflekslar.

Аннотация. Эмоции-специфические формы отражения действительности и физиологические процессы, характерные для переживания эмоций, также освещаются в связи и особенностях сложных безусловных и условных рефлексов.

Ключевые слова. В продвинутой психологии эмоциональные состояния, эмоциональные состояния, эмоции-это события, эмоции, аффективные, безусловные и условные рефлекс человека.

Annotation. Emotions-specific forms of reflection of reality and physiological processes inherent in the relaxation of emotions are also highlighted in relation to complex unconditioned and conditioned reflexes and their properties.

Key words. In advanced psychology, the xissial state, emotional states, emotions are events, emotions, the person is affective, unconditioned and conditioned reflexes.

Kishi uchun sub'ektiv hisoblangan his-tuyg'ular uning ehtiyojlari qondirilish jarayoni qanday kechayotganliginkng belgisi sifatida namoyon bo'ladi. Munosabat va faoliyat jarayonida paydo bo'lgan ijobiy hissiy holatlar (zavqlanish, mamnunlik va shu kabilar) ex.tiyojlarni qondirish jarayonining xush keladigan tarzda kechganligidan dalolat beradi. Ehtiyojlarning qondirilmasdan qolishi salbiy hissiy kechinmalarga (uyalish, o'kitish, xasrat va shu kabilarga) olib keladi.

Ilgor psixologiyada xissiy holatlar individning kechik-tirilmaydigan ehtiyojining sifati va jadalligi hamda bu extiyojning qondirilishi mumkinligiga uning o'zi beradigan baho bilan belgilanishi haqidagi tasavvur tarkib topgandir. Hissiyotlarning tabiati va paydo bo'lishiga bunday qarash xissiyotlarning axborot konsepsiyasi (P. V. Simonov) deb ataladi. Kishi ehtiyojlarning qondirilishi talab qilinadigan parsalar haqidagi axborotni, u anglab, yoki anglamay, shu ehtiyoj paydo bo'lgan paytda o'z ixtiyorida mavjud axborot bilan chaqqoslaydi. Agar ehtiyojlarning qondiriliish ehtimoli sub'ektiv jihatdan qaraganda katta bo'lib tuyulsa, ijobiy his – tuyg'ular paydo bo'ladi. Salbiy xissiyotlar extiyojlar kondirilishining real yoki tasavvurda mumkin zmasligi sub'kt tomonidan oz yoki ko'p darajada anglanishi oqibatida yoxud extiyojlarning qondirilish ehtimoli xaqida sub'ekt tomonidan oldinroq qilingan mo'ljalga qaraganda yo'kola borishi natijasida paydo bo'ladi. Garchand, xissiyotlarning axborot konsepsiyasi, shaxsning butun ko'p



Date: 29th April-2025

qirrali va boy xissiy jixatlarini tushuntirib berishdan kura tushuntirib bera olmasligi aniqroq bo'lsa ham, shubhasiz, dalil – isbotliligi bilan ajralib turadi. Emotsiyalarning barcha turlari xam kelib chiqishiga ko'ra shu sxemaga jo bo'lmaydi. Jumladan, ajablanish emotsiyasi na ijobiy va na salbiy emotsional holatga kiritilil mumkin emas.

Emotsional holatlarning regulativ (bir xil tarzda tartibga solib turadigan) funksiyasi ularning eng muhim belgisi xisoblanadi. Kishida paydo bo'ladigan kechinmalar unga ehtiyojlarining qondirilish jarayoni qay tarzda borayotgani, u qanday to'siqlarga duch kelayotgani, nimalarga e'tiborni qaratish lozimligi, nimalar haqida muloxaza qilishi kerakligi, nimalarni o'zgartirish zarurligi haqida axborot beruvchi signallar rolini bajaradi. Chindan xam aybdor bo'lgan, lekin bu bilan o'qituvchining agar charchaganligi va maktab direktori bilan o'rtalaridagi noxushroq suxbatdan jahli chiqqanligi bo'lmaganda, ehtimol, pedagogni dargazab qilmagan o'quvchiga noo'rin baqirgan o'qituvchi o'zini sal bosib olgandan keyin o'zini tuta bilmaganidan balki ranjish xissini, afsuslanish uyalish xissini boshdan kechirishi mumkin. Bu emotsional holatlarning hammasi o'qituvchining o'z xatosini qandaydir yo'l bilan tuzatishga, bolaga o'zining qo'polligidan afsuslanayotganini ko'rsatishga, umuman o'z xatti - harakatini va u bilan o'zaro munosabatlarini o'rtalaridagi mojaroga sababchi bo'lgan vaziyatni ob'ektiv tarzda baholash asosida qurish uslini topishga undaydi.

Emotsiyalar voqealarning ko'ngildagidek yoki noxush yuz berayotgani, sub'ektning konkret va shaxslararo munosabatlar sistemasidagi holatining ko'p yo oz darajada aniqligi haqida axborot beradi va bu bilan uning munosabat va faoliyat sharoitidagi xatti-xarakati boshqarib, to'g'rilab turilishini ta'minlaydi.

His-tuyg'ular — voqelikni aks ettirishning o'ziga xos shakllaridan biridir. Agar bilish jarayonlarida narsalar va vokelikdagi hodisalar aks etsa, his-tuyg'ularda esa sub'ektning o'ziga xos ehtiyojlari bilan qo'shib, o'zi bilib olayotgan va o'zgartirayotgan narsalarga va voqelik hodisalariga nisbatan uning munosabati aks etadi.

Oddiy bir misol keltiramiz. Agar tarix o'qituvchisiga chet mamlakatlardan birida uning o'qitishiga ajratiladigan o'quv vaqti keskin qisqartirilganligi ma'lum qalinadigan bo'lsa, u holda bu fakt birozgina emotsional qiziqish uyg'otib, uni anglab olishga, tushunishga urinishdan nariga o'tilmaydi. Shu bilan birga, bordi-yu, o'qituvchiga tarixdan bironta mavzuni konkret o'tish bo'yicha allaqanday yangn ko'rsatmaga binoan dars soati xatto salgina qisqartirilgani xabar qilinadigan bo'lsa, bu unda kuchli emotsional reaksiya uyg'otadi. Uning ehtiyojlari (tarixiy faktlarni ancha to'la va tushunarli qilib bayon etish istagi) bilan uning predmeti (programmadgi material) o'rtasndagi nisbat o'zgarib qoladi va emotsional reakspya tug'diradi. Barcha psixik jarayonlar kabi emotsional holatlar, his-tuyg'ularning kechinishi ham miya faoliyatining natijasi hisoblanadi. Emotsiyalarning paydo bo'lishi tashqi olamda ro'y beradigan o'zgarishlardan boshlanadi. Bu o'zgarishlar kishi hayoti va faoliyatining jonlanishiga yoki pasayishiga, bir xil ehtiyojlarning paydo bo'lishiga yoki boshqalarning yo'qolishiga, kishi organizmi ichida yuz beradigan jarayonlardagi o'zgarishlarga olib boradi. His-tuyg'ular kechinishiga xos fiziologik jarayonlar ham murakkab shartsiz va shartli reflekslar bilan bog'liqdir. Ma'lumki, shartli



Date: 29th April-2025

reflekslar sistemasi katta yarim sharlar qobig'ida tutashgan va mustahkamlangan bo'ladi, murakkab shartsiz reflekslar esa yarim sharlarning qobiq osti bo'lmalari, miya o'qiga taalluqli ko'rish tepaliklari va nerv qo'zg'alishini miyaning oliy bo'lmalaridan vegetativ nerv sistemasiga yetkazib turadigan boshqa markazlar orqali amalga oshiriladi. His-tuyg'ularning kechirilishi miya qobig'i va qobiq osti markazlarining birgalikdagi faoliyati natijasi hisoblanadi.

Kishining tevarak-atrofida va uning o'zida yuz berayotgan o'zgarishlar kishi uchun qanchalik katta ahamiyatga ega bo'lsa, his-tuyg'u kechinmalari ham shu qadar chuqur bo'ladi. Shunga ko'ra ro'y beradigan muvaqqat bog'lanishlar sistemasining jiddiy qayta qurilishi katta yarim sharlar qobig'i bo'ylab tarqalgan holda qobiq osti markazlariga ta'sir kiladigan ko'zg'alpsh jarayonlarini yuzaga keltiradi. Miyaning katta yarim sharlar qobig'ining pastroqdagi bo'lmalarida organizm fiziologik faoliyatining har xil markazlari: nafas olish, yurak-qon tomirlari, ovqatni hazm qilish, ichki sekretiya bezlarini ishlatish va boshqa markazlar joylashgandir. Shuning uchun qobiq osti markazlarining qo'zg'atilishi bir qancha a'zolar faoliyatining kuchayib ketishiga olib keladi. Shu boisdan ham his-tuyg'ularning kechirilishi nafas olish maromining (kishi hayajonlanganidan bir lahza nafasi chiqmay qoladi, og'ir va o'xtin-o'xtin nafas oladi) va yurak ish faoliyatining o'zgarishi (yurak urishdan to'xtab qoladi yoki tez-tez ura boshlaydi) bir vaqtda sodir bo'ladi, organizmning ayrim qismlariga qon kelishi o'zgarib (uyalganidan rangi qizarib, qo'rqqanidan oqarib ketadi), sekretiya bezlarining ishi buziladi (g'am-g'ussa ko'z yoshi to'kilishiga sababchi bo'lsa, hayajonlanib ketganda og'iz quriydi, qo'rqqanida badanda «sovuq» ter chiqadi) va hokazo.

ADABIYOTLAR RO'YXATI:

1. O'zbekiston Respublikasining Konstitutsiyasi. – T.: O'zbekiston, 2023. – 40 b.
2. Abdulla Avloniy. Turkiy guliston yohud axloq.– T.: O'qituvchi, 1992.–60 b.
3. Abu Rayxon Beruniy, Ruhiyat va ta'lim-tarbiya haqida. –T.: 1992.-116 b.
4. Elov, Z. (2024). HARBIY XIZMATCHI KASBIY KOMPETENTLIGI NAMOYON ETILISHI VA RIVOJLANISHINING IJTIMOY-PSIXOLOGIK XUSUSIYATLARI. *IMRAS*, 7(1), 800-803.
5. Elov, Z. (2023). РУХИЙ-ЖИНСИЙ БУЗИЛИШЛАР ШАХСДА ИЖТИМОЙ ПСИХОЛОГИК МУАММО СИФАТИДА. *ЦЕНТР НАУЧНЫХ ПУБЛИКАЦИЙ (buxdu.uz)*, 43(43).
6. Ziyodullo, E. L. O. V. (2023). O 'Z JONIGA QADS QILISH MASALASI JAMIYAT OLDIDA TURGAN MUHIM IJTIMOY-PSIXOLOGIK MUAMMO SIFATIDA. *Journal of Pedagogical and Psychological Studies*, 1(12), 50-54.
7. Ziyodullo, E. L. O. V. (2023). SHAXSDA FOBIIYA HOLATI VA UNING DIAGNOSTIKASI. *Journal of Pedagogical and Psychological Studies*, 1(11), 66-74.
8. Elov, Z. (2023). DEVIANT XULQ-ATVORLI O 'SMIRLARDA SUITSIDIAL HOLATLARNI KELITIRIB CHIQUARUVCHI OMILLAR:(Ilmiy tadqiqotlar natijalari asosida). *ЦЕНТР НАУЧНЫХ ПУБЛИКАЦИЙ (buxdu.uz)*, 42(42).



Date: 29th April-2025

9. Elov, Z. (2023). O'SMIRLAR ORASIDA SUITSIDGA MOYILLIKNI ANIQLASH VA KORREKSIYALSHNING PSIXOLOGIK ASOSLARI. *ЦЕНТР НАУЧНЫХ ПУБЛИКАЦИЙ (buxdu. uz)*, 41(41).
10. Ziyodullo, E. L. O. V. (2023). SUITSIDIAL XULQ-ATVOR HAQIDA TAHLILLAR VA NAZARIYALAR. *Journal of Pedagogical and Psychological Studies*, 1(10), 11-22.
11. Elov, Z. (2023). ЎСМИР ШАХСИДА ДЕЛИКВЕНТ АҲЛОҚ–ДЕВИАНТ ХУЛҚАТВОРНИНГ ШАКЛИ СИФАТИДА. *ЦЕНТР НАУЧНЫХ ПУБЛИКАЦИЙ (buxdu. uz)*, 40(40).
12. Elov, Z. (2023). ДЕВИАНТ ХУЛҚ–АТВОРЛИ ЎСМИРЛАР МУАММОСИНИНГ ИЛМИЙ АСОСЛАРИ ҲАҚИДА ПСИХОЛОГИК ЁНДАШУВЛАР ВА ТАҲЛИЛЛАР. *ЦЕНТР НАУЧНЫХ ПУБЛИКАЦИЙ (buxdu. uz)*, 40(40).
13. Elov, Z. (2023). ДЕВИАНТ ХУЛҚ-АТВОРЛИ ЎСМИРЛАР ТОМОНИДАН СОДИР ЭТИЛАЁТГАН НОҚОНУНИЙ ХАТТИ-ҲАРАКАТЛАРНИНГ ПСИХОЛОГИК САБАБЛАРИ. *ЦЕНТР НАУЧНЫХ ПУБЛИКАЦИЙ (buxdu. uz)*, 40(40).
14. Elov, Z. (2023). PSYCHOLOGICAL MECHANISMS OF DETERMINING AND CORRELATING MOTIVATION FOR SUICIDAL TENDENCIES IN ADOLESCENTS WITH DEVIANT BEHAVIOR. *ЦЕНТР НАУЧНЫХ ПУБЛИКАЦИЙ (buxdu. uz)*, 40(40).
15. Elov, Z. (2023). O'Z JONIGA QASD QILISH DEVIANT XULQ-ATVORLI O'SMIRLARDA PSIXOLOGIK MUAMMO SIFATIDA. *ЦЕНТР НАУЧНЫХ ПУБЛИКАЦИЙ (buxdu. uz)*, 40(40).
16. Elov, Z. (2023). ДЕВИАНТ ХУЛҚ-АТВОРЛИ ЎСМИРЛАРДА СУИЦИДАЛ АҲЛОҚ ПСИХОЛОГИЯСИ. *ЦЕНТР НАУЧНЫХ ПУБЛИКАЦИЙ (buxdu. uz)*, 40(40).
17. Elov, Z. (2023). СОЦИАЛЬНАЯ ПРОБЛЕМА САМОУБИЙСТВА У ПОДРОСТКОВ С ДЕВИАНТНЫМ ПОВЕДЕНИЕМ. *ЦЕНТР НАУЧНЫХ ПУБЛИКАЦИЙ (buxdu. uz)*, 40(40).
18. Elov, Z. (2023). О ‘SMIRLIK DAVRI INQOROZLARINING IJTIMOY-PSIXOLOGIK SABABLARI. *ЦЕНТР НАУЧНЫХ ПУБЛИКАЦИЙ (buxdu. uz)*, 35(35).
19. Elov, Z. (2023). VOYAGA YETMAGANLAR JINOYATCHILIGINI OLDINI OLISHNING IJTIMOY PSIXOLOGIK SABABLARI. *ЦЕНТР НАУЧНЫХ ПУБЛИКАЦИЙ (buxdu. uz)*, 34(34).
20. Элов, З. С. (2023). DEVIANT XULQ-ATVORLI O ‘SMIRLARDA SUITSIDIAL HOLATLARNI KELITIRIB CHIQUVCHI OMILLAR: Elov Ziyodullo Sattorovich Buxorodavlat universiteti, Psixologiya va sotsiologiya kafedrası dotsenti, Psixologiya fanlari bo ‘yicha falsafa doktori (PhD). *Образование и инновационные исследования международный научно-методический журнал*, (10), 325-328.

