

Xodjayeva Ozoda Rustam qizi

Xorazm viloyati Xiva tumanidagi 4 - maktabi psixologi

Ismoilova Mohinur Madiyorovna

Xorazm viloyati Xiva tuman 6-maktab psixologi

Xayolning fiziologik asosi miyaning katta yarim sharlar po'stlog`ida ilgari hosil bo`lgan muvaqqat bog`lanishlar o`rtasida yangi birikmalarning paydo bo`lishidir. Avvalgi bog`lanishlarning tiklanishi bu xotira jarayonlaridir. Xayolning ishlashi uchun bu bog`lanishlarning miya po'stlog`ida hali mavjud bo`lmagan lekin u erda bor bo`lgan qo`zg`alishlarning qoldiqlaridan tashkil topadigan birikmani yangi sistemalari vujudga kelishi zarur. Xayol ikkala signal sistemasining faoliyati bilan mustahkam bog`langan. Agar kishi tegishli sezgilar idroklarga ega bo`lgan atrofdagi voqeyilikning dastlabki signallarini oldini olgan taqdirdagina unda narsa va hodisalar to`g`risida obrazlar, tasavvurlar hosil bo`lishi mumkin. Og`zaki va yozma nutq ikkinchi signal sistemasi ham xayol uchun ko`p material beradi. Shu o`rinda hissiyot va emotsionol holatlar ham inson hayotidagi o`rni alohida ahamiyatli. Hissiyot –bizning tuyg`ularimizning o'ziga hos aks ettirish jarayoni bo'lib, bunda narsa va hodisalarni aks ettirish jarayonida bizda tug`iladigan ichki kechinmalar va munosabatlar aks ettiriladi. Emotsiya – shahsning voqelikka o'z munosabatini his qilishidan kelib chiqadigan, uning ehtiyoj va qiziqishlari bilan bog`liq bo'lgan yoqimli yoki yoqimsiz kechinmalaridir.

Xursandchilik va lazzatlanish tug`diradigan hodisa, voqea va narsalar shular jumlasiga kiradi. Ba'zan sportchi ruhiy travma (jarohat) olgan – raqibidan qaqshatqich zarba egan, engil sportchi, keyinchalik uning oldida o`zini dadil tuta olmaydi. Qo`rquv, ishonchsizlik hukmronlik qilib turadi. Yoqimli va yoqimsiz kechinmalar bilan bog`liq bo`lgan hodisalarning hammasi ham xotirada saqlanib turmaydi. Biz uchun ahamiyatini yo`qotgan voqealar unutiladi. Sport mashqlarini bajarayotgan vaqtidagi emotsional reaksiyalarning namoyon bo`lishi turli xil

bo`ladi. Bulardan biri ijobiy reaksiya bo`lib, musobaqa oldidan emotsional ko`tarinkilik, yaxshi mashqlanish natijasida o`z kuchiga ishonch hissi, g`alaba hissi kabilar. ikkinchisi, salbiy emotsional reaksiya bo`lib, raqibidan qo`rqish, vahimaga tushish g`alabaga ishonchsizlik kabi holatlarda ko`rinadi. Xayol inson ijodiy faoliyatining zarur elementi bo`lib, mehnatning oxirigi va oraliq mahsulotlarida o`z ifodasini topadi, shuningdek problemali vaziyat noaniqlik ko`rsatgan hollarda xulq atvor programmasini tuzishni ta`minlaydi. Xayolning psixik jarayon sifatidagi shaxsning hayotidagi birinchi va muhim vazifasi shundan iboratki, u mehnatni boshlamasdan oldin uni natijasini tasavvur qilish imkoniyatini beradi. Binobarin, xayol odamga faoliyat jarayonida mehnat mahsulotlarining oxirgi yoki oraliq psixik modellarini hosil qilish yo`li bilan yo`l-yo`riq ko`rsatadi. Bu esa mehnat mahsulotlarining narsalar sifatida gavdalanishiga yordam beradi. Xayolning qiymati shundan iboratki, u hatto tafakkur uchun kerak bo`lgan to`la va zarur bilimlar bo`lmagan joyda ham biror qarorga kelish hamda muammoli vaziyatdan chiqish imkonini beradi. Demak, biz ilgari idrok qilmagan predmet va hodisalarni yaratishdan iborat bo`lgan psixik jarayon xayol deb ataladi.

Hayot timsollarining paydo bo`lishi kishi miyasi faoliyatining natijasidir. Xayol boshqa hamma psixik jarayonlar kabi katta yarim sharlar po`stloq qismining funktsiyasi hisoblanadi. Xayol qiladigan kishida miya hujayralari yangicha bog`lanadi. Xayolning fiziologik mexanizmi faqat miya po`stlog`i bilan emas balki, miyaning chuqurroq qismlari bilan bog`liq. So`nggi o`tkazilgan tadqiqotlar buni to`g`riligini isbotladi.

Fantaziya timsollarining tarkib topishi va ularning faoliyat jarayonlariga qo`shishga miya yarim sharlari po`stlog`i bilan birga qatnashuvchi miyaning ana shunday chuqur qismlari gipotalam-limbik (uning qadimgi po`stloq va po`stoq osti qismlari bilan bog`lanishi miya yarim sharlarga chiqaverishda oldingi qismi atrofida «limb» yoki chegara hosil bo`ladi) sistemadir. Eksperimentlardan shu narsa aniqlagandiki, gipotalam - limbik sistema zararlanganda, kishi psixikasida o`ziga xos buzilishi sodir bo`ladi: odamning xatti-harakatlari guyo ma`lum programma bilan boshqarilayotgan va bir biri bilan bog`lanmagan alohida-alohida shu bilan

birga o`z-o`ziga etarli darajada murakkab va bir butun harakatlardan iboratdek tasavvur tug`iladi. Psixik faoliyatning ayrim buzilishlari ham o`zining kelib chiqishi jihatdan haddan tashqari ta`sirlanuvchan va tetik xayolga bog`liqdir. Shunday hollar ma`lumki, vrachning ehtiyotsizlik bilan aytgan ta`sirida davolanishga kelgan kishi og`ir kasallik bilan og`rib qolgan bo`lsam kerak deb xayoldan o`tkazadi va unda bu kasallikning tegishli alomatlari rivojlana boshlaydi. Yatrogen deb ataladigan kasalliklar yuzaga keladi. Ijodiy xayol obrazlarni, albatta ilgari idroklar asosida mustaqil ravishda yaratishdan iboratdir. Bu xayol kishining ijodiy faoliyati bilan bog`langan. Xayolning bu turi esga tushiradigan xayoldan murakkabroqdir. Har bir yangi original narsalarni o`ylab yaratish bilan bog`liq bo`lgan har qanday kishining faoliyatini ijodiy xayolsiz tasavvur qilib bo`lmaydi. Xayolning analitik sintetik faoliyati.

Foydalanilgan adabiyotlar ro`yxati:

1. Karimov I.A. Barkamol avlod orzusi. Toshkent, Sharq, 1999.
2. O`zbekiston Respublikasining «Ta'lim to`g`risida»gi qonuni. T., 1997 y
3. A.V.Petrovskiy. “Umumiy psixologiya”, 1992 yil.
4. P.V.Ivanov .“Umumiy psixologiya”, 1972 yil.
5. A.N.Leont`ev. “Problem` razvitiya psixika”
6. Babanskiy Y. K. «Pedagogika» M. 1988 yil.
7. Munavvarov A. K. «Pedagogika» Toshkent 1996 yil.
8. Avloniy A. «Saylanma» Ikki jildlik. Toshkent., 1999 yil.
9. I.V.Dubrovina. “Individual`nqe osobennosti shkol`nikov”. M: 1875
10. www.ziyonet.uz