

SEZGI

*DTPI Boshlang'ich ta'lim yo'nalishi 1-bosqich
talabalari*

Eshmirzayeva Durdona Xudoynazar qizi

Pardayeva Hosila Qudratulla qizi

Annotatsiya: *Ushbu maqolada Inson sezgilari va ularning psixologik ahamiyati ,sezgining shaxsiy va ijtimoiy xatti -harakati ,Sezgi turlari ,Sezgi orqali inson tashqi tasirni qabul qilishi ,sezgi orqali insonning muhitga moslashish jarayonidagi roli ,sezgi sohasidagi qonuniyatlar,Inson hayotidagi o'rni ,asosiy belgilari ,Sezgi konsepsiyalari va nazariyalari ,psixofiziologik qonuniyatlari haqidagi fikr va mulohazalar keng tarzda yoritilgan .*

Абстрактный: *В данной статье органы чувств человека и их психологическое значение, личностное и социальное поведение органов чувств, виды органов чувств, восприятие человеком внешнего воздействия через органы чувств, роль человека в процессе адаптации к окружающей среде посредством органов чувств, законы в этой области. широко освещаются чувства, их роль в жизни человека, основные признаки, смысловые понятия и теории, мысли и мнения о психофизиологических законах.*

Abstract: *This article broadly covers human senses and their psychological significance, personal and social behavior of senses, types of senses, perception of external influences through senses, the role of humans in the process of adapting to the environment through senses, laws in the field of senses, their role in human life, main signs, concepts and theories of senses, and psychophysiological laws.*

Kalit so'zlar: *Sezgi,analizator ,Sensor tizimlar ,Ko'rish sezgisi ,eshitish sezgisi ,Teri sezgisi ,hid bilish sezgisi ,Ta'm bilish sezgisi ,Fiziologiya, Hissiy jihatlar,Sezgi turlari,Analizator apparati,interoseptiv sezgilar,ekstroseptiv sezgilar.*

qobiliyatidir. Bu, bizning kundalik hayotimizda doimiy ravishda faoliyat yuritayotgan, bizni dunyo bilan bog'laydigan juda muhim jarayon. Sezgi orqali biz tashqi olamdan keladigan barcha ma'lumotlarni qabul qilib, ularni ongimizda ishlaymiz. Ko'rish, eshitish, hid bilish, ta'm bilish va teri sezgisi kabi asosiy sezgi turlari insonning atrof-muhitni idrok etishiga yordam beradi. Sezgi jarayoni asosan biologik va psixologik asoslarga tayanadi. Fiziologik nuqtai nazardan, sezgilarimiz sensor tizimlarimiz tomonidan boshqariladi. Masalan, ko'rish sezgisi ko'z orqali amalga oshirilsa, eshitish esa quloq orqali amalga oshadi. Bu tizimlar tashqi muhitdan keladigan energiyani (masalan, yorug'lik, tovush to'lqinlari) qabul qilib, uni neyronlar orqali miya tomonidan tushuniladigan signalga aylantiradi.[1] Shunday qilib, biz atrofimizdagi voqealarni bilib olamiz. Sezgi insonning jismoniy va ruhiy holatini ham shakllantiradi. U nafaqat tashqi dunyoni idrok etishda, balki ichki holatlarni anglashda ham katta rol o'ynaydi. Masalan, ochlik, charchoq yoki boshqa his-tuyg'ularimizni sezish orqali tanamizdagi o'zgarishlarni tushunamiz va ularga mos ravishda harakat qilamiz. Shuningdek, sezgilar hayotimizda muhim qarorlar qabul qilishda, xavfsizlikni ta'minlashda va umumiy farovonlikni saqlashda ham katta ahamiyatga ega. Sezgi turlari orasida ko'rish eng muhim va keng tarqalgan sezgidir. Ko'rish orqali biz atrof-muhitni eng to'liq va aniq idrok etamiz. Eshitish sezgisi esa musiqalar, ovozlar va hatto insonning his-tuyg'ularini tushunishda yordam beradi.[3] Hid bilish va ta'm bilish sezgilari oziq-ovqatlar va muhitning qanday ekanligini anglashda muhim ahamiyatga ega. Teri sezgisi esa issiqlik, sovuq, og'riq kabi hislarni qabul qilish orqali bizni atrof-muhitga moslashishga yordam beradi. Shuningdek, sezgi insonning ruhiy holati bilan ham chambarchas bog'liq. Masalan, ba'zan bizning his-tuyg'ularimiz sezgilarimizni kuchaytiradi yoki kamaytiradi. Stress yoki qo'rquv kabi holatlar sezgilarni buzishi yoki noto'g'ri anglashga olib kelishi mumkin. [2]Shu sababli, sezgilarni to'g'ri va aniq anglash uchun bizning psixologik holatimiz muhim rol o'ynaydi. Sezgi, shubhasiz, hayotimizdagi eng asosiy jarayonlardan biridir. U bizni atrof-muhitdan xabardor qilib, harakatlarimizni boshqarishga yordam beradi. Sezgilarni rivojlantirish va ularga e'tibor qaratish, insonning hayot sifatini yaxshilashga,

yanada ongli va barqaror qarorlar qabul qilishga yordam beradi. Sezgi insonning ruhiy va jismoniy holatini birlashtirgan, har tomonlama rivojlanishimizda muhim o‘rin tutadi.[4] Sezgi biosfera va neosferada harakatlanuvchi jamiki narsalarning, xoh mikro, xoh makro tuzilishidan qat'iy nazar, sezgi organlariga ta'sir qilish natijasining sodda obrazlar, timsollarning ayrim tarkibiy xususiyatlar sifatida aks etishidir. Inson atrof-muhitdagi moddalar shaklini, harakatlar ko'rinishini, ularning xossalari ni olziga xos xususiyatlarini sezgi organlari yordamida biladi. Sezgilarning to'g'risidagi ilmiy ta'limotlarga ko'ra narsa va ularning xossalari, tarkibiy qismlari, xususiyatlari, shakllari, harakati birlamchi hisoblanib, sezgilarning o'zi esa tashqi va ichki qo'zg'atuvchilarning sezgi a'zolariga ta'sir ko'rsatishining mahsulidir. Ma'lumotlarga qaraganda, sezgilarning moddiy borliqning, voqelikning haqqoniy tasvirini in'kor qiladi, binobarin, moddiy olam qanday ko'rinishga, shaklga, xususiyatga ega bo'lsa, ular xuddi shundayligicha o'zgarishsiz aks ettiradi. Psixologiyada sezgilarning fiziologik asosini va mexanizmlarini qo'zg'atuvchining o'ziga mutlaq mos bo'lgan analizatorlar ta'siri natijasida yuzaga keluvchi asab jarayoni, uning tizimi, tuzilishi tashkil qiladi.[5]

Xulosa

Sezgi olamdagi narsa va hodisalar ,ayrim narsalarning miyadagi taxlili .Biz sezgilarning orqali tashqi dunyo va ichki dunyoni his qilamiz koramiz ,eshitamiz va unga javob qaytaramiz .sezgi insonning tashqi dunyo bilan bog'lanish vositasidir.Inson sezgi orqali atrof muhitni his qiladi ,lekin sezgi doim ham malumotlarni to'g'ri qabul qilmasligi mumkin.Bazi olimlar sezgi va idrok bir biriga yaqin degan fikrlarni ham ilgari surishgan va psixologik jarayonlar sifatida o'rganishgan

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati:

1. "Psixologiya asoslari" – Muallif: T. A. Yuldashev 2004-yil
2. "Psixologiya" – Muallif: B. B. Davronov .2003-yil.
3. "Inson psixologiyasi" – Muallif: M. S. Mirzaev 2001-yil
4. "Psixologiya: umumiy qismlar" – Muallif: S. T. Xolmuhammedov 2006-yil
5. "Psixologiya asoslari" – Muallif: Sh. A. Murodov (2007)