

PSIXOLOGIYADA EMOTSIYA VA TUYG'ULARNING NAZARIY TALQINI

Xalimboyeva Feruza

Farg'ona davlat universiteti Sirtqi bo'limi o'qituvchisi

Annotatsiya

maqolada emotsiyalar–(emoveo-hayajonlantiraman) psixik hodisalarning o'ziga xos sinfi, sub'ekt tomonidan o'z ehtiyojlarini qondirish uchun mazkur hodisa, predmet va vaziyatlarning hayotiy ma'nosini bevosita, g'arazli boshdan kechirilishi shaklida namoyon bo'ladi. Borliq obrazida hayotiy muhim bo'lgan hodisalarni ajratib va ularga faollikni yo'naltirishga undab, emotsiyalar psixik hulq-atvor boshqarilishi bosh mexanizmlaridan biri bo'lib hisoblanishi bayon etilgan.

Kalit so'zlar : emotsiya , holat , nafratlanish , yosh , davr , makon , zamon , faollik , hissiyotlar .

Emotsional hodisalarning turi sifatida ko'rib chiqiladigan tasavvurga ko'ra emotsiyalar umuman olganda ehtiyojlarning ifodalanishiga xizmat qiladi va motivatsiya mavjudligining aniq-sub'ektiv shakli bo'lib aniqlanadi. Biologik evolyutsiyada emotsiyalar tirik mavjudotlarga organizm holati tashqi ta'sirlarning biologik ahamiyatini aniqlashga imkon beradigan vosita sifatida yuzaga kelgan. Emotsiyalarning eng oddiy shakli – hislarning emotsional toni deb atalmish shakli-ayrim hayotiy muhim ta'sirlar bilan kuzatiladigan masalan, ta'mli, haroratli) va individni ularni saqlashga yoki bartaraf etishga undovchi ijobiy yoki salbiy kechinmalardir. Hulq-atvorga yordam beruvchi yoki to'sqinlik qiluvchi shart-sharoitlar bilan to'qnashishda ehtiyojlarni qondirish uchun shu shartlarning ahamiyatini ifodalovchi vaziyatga oid emotsiyalar yuzaga keladi. Ular orasida omad yoki omadsizlik (quvonch, qayg'urish) bilan to'qnashishda yuzaga keladigan va foydali hulq-atvor shaklining egallanishi va o'zini oqlamagan hulq-atvor shaklining bartaraf etilishiga yordam beradigan emotsiyalar muhim boshqaruvchi rolni bajaradi. Biologik vazifasiga ko'ra, emotsiyalar tasviriy tajribaning tasvirlanishi shaklini bildiradi: ularga tayanib, individ maqsadga muvofiqligi yashirin bo'lgan

zaruriy harakatlarni bajaradi (masalan, havf-xatardan qochish, naslni davom ettirish bo'yicha)

Emotsiya—bu qandaydir idrok qilish, fikrlash va harakatlanishni motivatsiyalaydigan, tashkil qiladigan va yo'naltiradigan tuyg'u sifatida boshdan kechiriladigan qandaydir emotsional holat sifatida kuzatiladi.¹ Mazkur ta'rifning har bir jihati emotsiyalar tabiatini tushunish uchun o'ta muhim. U g'ayratni safarbarlaydi, va bu g'ayrat ba'zi hollarda sub'ekt tomonidan harakatni bajarishga tendentsiya sifatida his etiladi. Emotsiya individning fikrlash va jismoniy faolligini boshqaradi, uni muayyan tomon yo'naltiradi. Agar g'azablansangiz, orqaga qaramay qochmaysiz, agar qo'rqib ketgan bo'lsangiz, tajovuzkorlikka qaror qilishingiz dargumon. Emotsiya idrokimizni boshqaradi yoki, aniqrog'i, filtrlaydi.

Mazmuniga ko'ra, avvalom bor, ahloqiy, intellektual va estetik hissiyotlar ajratiladi. Ulardan ba'zilar ehtiroslar xususiyatini egallashi mumkin. Emotsional soha organizmning faol hayot faoliyati shakllarini ta'minlovchi asosiy boshqaruv tizimlaridan biri hisoblanadi. Aynan emotsiyalar moslashuvchan jarayonlarning umumiy zanjirida birinchi bo'g'in bo'lib hisoblanadi va atrofdagi olamning har qanday ta'sirlaridan, hamma narsadan tezroq ta'sirlanadi. Emotsional ta'sirlanish tashqi olam bilan o'zaro ta'sirning ilk mexanizmi sifatida shakllanadi.

Zamonaviy jamiyat inson shaxsi, individualligi, emotsional farovonligi va unga bog'liq bo'lgan omillarga ko'proq e'tibor bermoqda. SHunga ko'ra intellekt sohalari emas, balki emotsional-shaxsiy soha ilgari suriladi. SHu nuqtai nazardan shaxs asoslari shakllanadigan, turli muhit ta'sirlaridan qat'iy ta'sirlanish mexanizmlari yuzaga keladigan maktabgacha yosh o'ta muhim hisoblanadi.

Emotsiya-bu bizning atrofimizda sodir bo'layotgan voqealarga munosabatimiz. Ko'p his-tuyg'ular mavjud: quvonch, ajablanib, qiziqish, qayg'u, g'azab, qo'rquv, jirkanish, nafrat, g'azab va boshqalar, va ularning har biri o'z-o'zidan nimanidir anglatadi. Quvonch - bizga ichki qoniqish hissini beradi.

¹ Анисимов.В.П. Эмоциональная саморегуляция детей: механизмы и условия развития [Текст] / В. П.

Анисимов // Дошкольное воспитание. – 2010. – № 3. – С. 13–17.

Qo'rquv - bu xavf signalidir va hokazo. Odatda, biz kimnidir yoki nimanidir boshdan kechiradigan his -tuyg'ulardan farqli o'laroq, his -tuyg'ular hayotdagi har qanday hodisaga nisbatan paydo bo'ladi. Kun davomida odam his -tuyg'ularning butun kaleydoskopini boshdan kechirishi mumkin, ular tezda o'zgarishi va har xil intensivlik darajasida o'zini namoyon qilishi mumkin. Emotsiyalar har bir inson hayotida juda muhim rol o'ynaydi, ular hayotning barcha jabhalariga ta'sir qiladi: odamlar bilan munosabatlarga, o'qishga, ishlashga, dunyoga va o'ziga munosabatiga, shuning uchun o'z his -tuyg'ularingizni tushunish va ularga dosh bera bilish juda muhimdir. ular bilan. Hatto kattalarga ham, bolaga ham buni qilish qiyin bo'ladi! Agar bola o'z his -tuyg'ularini va boshqalarning his -tuyg'ularini tushunishni, ular bilan kurashishni o'rganmasa, uning ichki dunyosini va atrofidagi dunyoni tushunish qiyin bo'ladi.

Emotsiyalar - bu sub'ektiv psixologik holatlarning maxsus sinfi bo'lib, ular bevosita tajribalar, odamning dunyoga va odamlarga, uning amaliy faoliyati jarayoni va natijasiga yoqimli yoki yoqimsiz munosabatini his qilish shaklida namoyon bo'ladi.

Emotsiyalar - bu bola rivojlanishining muhim tarkibiy qismi, uning atrofidagi dunyoga moslashishi, jamiyat a'zosi sifatida shakllanishi, ota -onalar bolani bu oddiy his -tuyg'ular dunyosi bilan tanishtira oladigan birinchi odamlardir.

Emotsiya va his -tuyg'ular ko'pincha sinonim sifatida ishlatiladi va mavjud yoki mumkin bo'lgan vaziyatlarga sub'ektiv baholovchi munosabatni aks ettiruvchi psixologik jarayon sifatida tavsiflanadi. Biroq, his -tuyg'ular - bu intuitiv darajaga asoslangan narsaga to'g'ridan -to'g'ri reaksiya, va his -tuyg'ular - bu to'plangan tajribani, ruxsat etilgan me'yorlarni, qoidalarni, madaniyatni boshdan kechirishning natijasidir.

Emotsiyalar - bu sub'ektiv psixologik holatlarning maxsus sinfi bo'lib, ular bevosita tajribalar, odamning dunyoga va odamlarga, uning amaliy faoliyati jarayoni va natijasiga yoqimli yoki yoqimsiz munosabatini his qilish shaklida namoyon bo'ladi. Emotsiyalar - insonning hissiy munosabatining eng yuqori

shakli bo'lib haqiqat ob'ektlari va hodisalari, barqarorlik, umumlashtirish, ehtiyojlar va qadriyatlarga muvofiqlik asosida nisbiy jihatdan farqlanadi².

Differentsial emotsiyalar nazariyasi boy intellektual meros, ya'ni mumtoz olimlar Dbyushen, Darwin, Spenser, Kerkegor, Vundt, Djems, Kennon, Mak-Daugal, Dyumas, Freyd, Rado va Vudvorts hamda zamondosh olimlar Yakobson Pinnota, Maurer, Gelgorn, Boulbi, Simonov, Ekman, Xolt, Singer ishlari sari ko'tariladi. Differentsial emotsiyalar nazariyasi farqlanuvchi qayg'urish-motivatsiyali jarayonlar sifatida tushuniladigan ayrim emotsiyalarni markazlashtirish tufayli o'z nomiga ega bo'ldi. Bu nazariya o'z asosida beshta asosiy taxminga ega:

-to'qqizta fundamental emotsiya inson mavjudligining asosiy motivatsiyaviy tizimini hosil qiladi;

-har bir fundamental emotsiya noyob motivatsiyaviy va fenomenologik xususiyatlarga ega;

-quvonch, qayg'u, g'azab va uyat kabi fundamental emotsiyalar turli ichki kechinmalar va shu kechinmalarning turli tashqi ifodalanishlariga olib keladi;

-emotsiyalar bir-biri bilan o'zaro ta'sirda bo'ladi – bir emotsiya boshqasini faollashtirishi yoki susaytirishi mumkin;

-emotsional jarayonlar undashlar va gomeostatik, pertseptiv, kognitiv va motor jarayonlar bilan o'zaro ta'sirda bo'ladi va ularga o'z ta'sirini ko'rsatadi

Kechinmalarning sub'ektiv qadriyatiga ko'ra B.I.Dodonov quyidagi emotsiya turlarini ajratadi:

-altruistik – ko'mak berishga ehtiyoj, boshqalarga yordam ko'rsatishga asoslangan kechinmalar: boshqa insonlarga quvonch va baxt olib kelish, o'z taqdiri uchun havotirlanish tuyg'usi, qayg'udosh bo'lish, ishonish, sodiqlik, achinish hissi;

-kommunikativ – muloqotga ehtiyoj asosida yuzaga keladi: muloqotlashish istagi, fikr va kechinmalar bilan bo'lishish, yoqtirish hissi, bog'lanib qolishlik, kimgadir hurmat hissi, yaqinlar va hurmatli insonlarga ma'qul tushish istagi;

² Анисимов.В.П. Эмоциональная саморегуляция детей: механизмы и условия развития [Текст] / В. П.

Анисимов // Дошкольное воспитание. – 2010. – № 3. – С. 13–17.

Proceedings of International Congress on “Multidisciplinary Studies in Education and Applied Sciences”

Hosted Online from Ottawa Canada on December 10th, 2022.

www.conferencezone.org

-amaliy – faoliyat muvaffaqiyati yoki muvaffaqiyatsizligi, uni amalga oshirish va yakunlash qiyinchiliklari bilan aniqlanadi: ishda yutuqqa erishish istagi, zo'riqish hissi, ishga beriluvchanlik, yoqimli charchoq, o'z mehnati natijalaridan qoniqish hissi;

-romantik – barcha ajoyib, sirlikka intilishda namoyon bo'ladi:

qandaydir ajoyib va o'ta yaxshi narsani kutish;

-atrofdagi olam o'zgarishlarini idrok qilish hissi: hamma narsa o'ziga xos ahamiyatlilik, sirlik bilan to'ldirilgan bo'lib tuyuladi;

-gnostik – bilish va ma'naviy ehtiyoj bilan bog'liq: hodisalar mohiyatini bilishga intilish, hayron bo'lish yoki ikkilanish, tushunmaslik hissi; fikr aniqligi yoki noaniqligi hissi;

-o'z mulohazalarida ziddiyatlarni bartaraf etish va hamma narsani tizimlashtirishga kuchli intilish; muammo yechimi yaqinligini his etish.

-estetik - lirik kechinmalar bilan bog'liq: go'zallikka ehtiyoj, nozik, ko'tarinki va buyuklik hissi; tovushlar bilan rohatlanish, hayajonlantiruvchi dramatizm hissi, ma'naviy o'sish hissi; o'z yaqinlari hissi, yolg'izlik hissi;

-gedonik – tana va ma'naviy qulaylikda ehtiyojni qondirish: bilimlar, shirin taom va hokazodan olingan yoqimli ma'naviy va jismoniy hislar bilan ozuqlanish; tashvishsizlik, sokinlik hissi, xursandchilik hissi;

-safariy etiladigan – xatarni yengishga ehtiyojdan, kurashishga qiziqishdan sodir bo'ladi: tavakkal qilishga qiziqish, sportga berilib ketish hissi, qat'iyatlilik, sport g'azabi, kuchli irodaviy va emotsional zo'riqish hissi, o'z jismoniy va ma'naviy qobiliyatlarini safarbarlash.

Emotsiyalar insonning u yoki boshqa ob'ektlar bilan o'zaro munosabatining bevosita va bilvosita xususiyatga ega bo'lgan murakkablilarga bo'linadi.³ Kuchli, namoyon bo'lishi xususiyati va turg'unligiga ko'ra, emotsiyalar orasida affekt emotsiyasi va kayfiyat emotsiyasi farqlanadi. Mazmuniga ko'ra, ahloqiy, intellektual va estetik hissiyotlar ajratiladi. Ulardan ba'zilar ehtiroslar xususiyatini egallashi mumkin. Emotsional soha organizmning faol hayot faoliyati shakllarini ta'minlovchi asosiy boshqaruv

³ Вреслав, Г.М. Психология эмоций [Текст] / Г.М.Вреслав. -М.:

Академия, 2007. - 238 с.

tizimlaridan biri hisoblanadi. Aynan emotsiyalar moslashuvchan jarayonlarning umumiy zanjirida birinchi bo'g'in bo'lib hisoblanadi va atrofdagi olamning har qanday ta'sirlaridan, hamma narsadan tezroq ta'sirlanadi. Emotsional ta'sirlanish tashqi olam bilan o'zaro ta'sirning ilk mexanizmi sifatida shakllanadi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati

1. Муминов, Д. (2022). ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ И ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ЧЕЛОВЕЧЕСКОГО КАПИТАЛА И СОЦИАЛЬНОЙ БЕЗОПАСНОСТИ. *Uzbek Scholar Journal*, 4, 60-62.
2. Солиев, Ф. С. (2019). Изучение зависимости индивидуально-психологических свойств от конституционального строения личности. In *Психологическое благополучие современного человека* (pp. 255-259).
3. Rajabov, M. J. (2020). FACTORS OF MANIPULATIVE EFFECTIVENESS. In *Психологическое здоровье населения как важный фактор обеспечения процветания общества* (pp. 151-154).
4. Samitjonovich, Nuriddinov Rasuljon. "SOCIO-PSYCHOLOGICAL ASPECTS OF THE USE OF MODERN INFORMATION TECHNOLOGIES IN THE DAILY LIFE OF CHILDREN." *INTERNATIONAL JOURNAL OF DISCOURSE ON INNOVATION, INTEGRATION AND EDUCATION* 1.4 (2020): 65-67.
5. Axmadjonovich, Usmonov Sherzod. "EMPIRICAL ANALYSIS OF THE IMPACT OF SOCIO-PSYCHOLOGICAL FACTORS ON MASTERY INDICATORS IN STUDENTS." (2022).
6. Jalolova M. SENSORY DEVELOPMENT IN PRESCHOOL AGE // *Archive of Conferences*. – 2021. – Т. 25. – №. 1. – С. 153-157.
7. Jalolova, Mohinur. "SENSORY DEVELOPMENT IN PRESCHOOL AGE." *Archive of Conferences*. Vol. 25. No. 1. 2021.
8. Jalolova, M. (2021, May). SENSORY DEVELOPMENT IN PRESCHOOL AGE. In *Archive of Conferences* (Vol. 25, No. 1, pp. 153-157).
9. Djalolova M., Mamajonova S. THE PROBLEM OF LEARNING CREATIVE THINKING IN PRESCHOOL CHILDREN // *Theoretical & Applied Science*. – 2020. – №. 4. – С. 176-178.

- 10.Djalolova, M., and Sh Mamajonova. "THE PROBLEM OF LEARNING CREATIVE THINKING IN PRESCHOOL CHILDREN." Theoretical & Applied Science 4 (2020): 176-178.
- 11.Djalolova, M., & Mamajonova, S. (2020). THE PROBLEM OF LEARNING CREATIVE THINKING IN PRESCHOOL CHILDREN. Theoretical & Applied Science, (4), 176-178.
- 12.Djalolova M., Karimov D. DEVELOPING CREATIVE THINKING IN CHILDREN //Психологическое здоровье населения как важный фактор обеспечения процветания общества. – 2020. – С. 250-253.
- 13.Djalolova, M., and D. Karimov. "DEVELOPING CREATIVE THINKING IN CHILDREN." Психологическое здоровье населения как важный фактор обеспечения процветания общества. 2020.
- 14.Djalolova, M., & Karimov, D. (2020). DEVELOPING CREATIVE THINKING IN CHILDREN. In Психологическое здоровье населения как важный фактор обеспечения процветания общества (pp. 250-253).
- 15.Djalolova M., Omonov S. Development of creative thinking in children //Proceedings of The ICECRS. – 2019. – T. 4.
- 16.Djalolova, Moxinur, and Sherali Omonov. "Development of creative thinking in children." Proceedings of The ICECRS 4 (2019).
- 17.Djalolova, M., & Omonov, S. (2019). Development of creative thinking in children. Proceedings of The ICECRS, 4.
- 18.Mohinur D. KREATIVLIK YANI IJODKORLIK VA BU BORASIDA NAZARIY QARASHLAR //TA'LIM VA RIVOJLANISH TAHLILI ONLAYN ILMIY JURNALI. – 2022. – C. 63-65.
- 19.Mohinur, Djalolova. "KREATIVLIK YANI IJODKORLIK VA BU BORASIDA NAZARIY QARASHLAR." TA'LIM VA RIVOJLANISH TAHLILI ONLAYN ILMIY JURNALI (2022): 63-65.
- 20.Mohinur, D. (2022). KREATIVLIK YANI IJODKORLIK VA BU BORASIDA NAZARIY QARASHLAR. TA'LIM VA RIVOJLANISH TAHLILI ONLAYN ILMIY JURNALI, 63-65.
- 21.Mohinur D., Rahimjon U. A STUDY OF MEMORY PROCESSES AND THEIR DEVELOPMENT IN PRESCHOOL //Uzbek Scholar Journal. – 2022. – T. 5. – C. 62-65.

Proceedings of International Congress on “Multidisciplinary Studies in Education and Applied Sciences”

Hosted Online from Ottawa Canada on December 10th, 2022.

www.conferencezone.org

22.Mohinur, Djalolova, and Usmanov Rahimjon. "A STUDY OF MEMORY PROCESSES AND THEIR DEVELOPMENT IN PRESCHOOL." Uzbek Scholar Journal 5 (2022): 62-65.

23.Mohinur, D., & Rahimjon, U. (2022). A STUDY OF MEMORY PROCESSES AND THEIR DEVELOPMENT IN PRESCHOOL. Uzbek Scholar Journal, 5, 62-65.

24.Mohinur, Djalolova. "KREATIVLIK YANI IJODKORLIK VA BU BORASIDA NAZARIY QARASHLAR." TA'LIM VA RIVOJLANISH TAHLILI ONLAYN ILMIY JURNALI (2022): 63-65.

25.Mohinur, D. (2022). KREATIVLIK YANI IJODKORLIK VA BU BORASIDA NAZARIY QARASHLAR. TA'LIM VA RIVOJLANISH TAHLILI ONLAYN ILMIY JURNALI, 63-65.