

EKSTRARETSEPTIV, INTERORETSEPTIV, PROPRIORETSEPTIV SEZGILAR

Zoirova Aziza Alisher qizi

Chirchiq Davlat Pedagogika Universiteti

Maxsus pedagogika fakulteti Oligoferenopedagogika yo'nalishi

25/5 guruh talabasi

Azizazoirova18@gmail.com

<https://doi.org/10.5281/zenodo.17814436>

Annotatsiya: Ushbu tezisda sezgining turlari, ekstraretseptiv, interoretseptiv, proprioretseptiv sezgilar keng yoritilgan. Sezgining inson bilish jarayonidagi o'rni, xromatik va axromatik ko'rish, organik sezgilar haqidabayon etilgan.

Kalit so'zlar: sezgi, ekstraretseptiv sezgi, interoretseptiv sezgi, proprioretseptiv sezgilar, organik sezgilar, xromatik ko'rish, axromatik ko'rish, sensibilizatsiya, sinesteziya.

Kirish

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 retseptorlarga 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.

Sezgi idrok bilan bog'liq bo'ladi, lekin narsa va hodisani idrok qilishdan oldin uni sezish lozim, shu bois sezgilar 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 etkazib 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.

Sezgi idrok bilan bog'liq bo'ladi, lekin narsa va hodisani idrok qilishdan oldin uni sezish lozim, shu bois sezgilar 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 etkazib 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.

Retseptorning qaerda joylashganligiga qarab, sezgilarni uch turga bo'ladi.

1. Tashqi muhitdagi narsa va hodisalarning xususiyatlarini aks ettirishgamoslashgan hamda retseptorlari tananing sirtqi qismida joylashgan sezgilar, ya'ni **ekstroretseptiv** sezgilar;
2. Ichki tana a'zolari holatlarini aks ettiruvchi hamda retseptorlari ichki tana a'zolarida, to'qimalarda joylashgan sezgilar, ya'ni **interoretseptiv** sezgilar.
3. Tanamiz va gavdamizning holati hamda harakatlari haqida ma'lumot (axborot, xabar) beruvchi muskullarda, bog'lovchi paylarda, mushaklarda joylashgan sezgilar, ya'ni **proprioretseptiv** sezgilar.

Psixologiya fanida uchta katta guruhga ajratilgan sezgilar (ekstroretseptiv, proprioretseptiv, introretseptiv) o'z navbatida quyidagi turlarga ajratiladi:

1. Ko'rish sezgilari;

2. Eshitish sezgilari;
3. Hid bilish sezgilari;
4. Ta'm bilish sezgilari;
5. Teri sezgilari;
6. Muskul – harakat (kinestetik);
7. Statistik sezgilar;
8. Organik sezgilar;

Ko'rish sezgilari

Insonlar tomonidan rang va yorug'likni sezish ko'rish sezgilari orqali amalga oshadi va seziladigan ranglar **xromatik** va **axromatik** turlarga bo'linadi. Psixofiziologik qonunga ko'ra yorug'lik 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.

Organik sezgilar

Organik sezgilarning retseptorlari ichki organlarda, qizilo'ngach, me'da, ichak, qon tomirlari, o'pka va shu kabilarda joylashgan bo'ladi. Ichki organlardagi jarayonlar organik sezgilar retseptorlarining qo'zg'atuvchi-laridir.

Ularga quyidagilar kiradi;

- a) Og'riq sezgilar;
- b) chanqoq sezgilari;
- v) noxush tuyg'ular;
- g) ochlikni sezish.

Analizatorlarning o'zaro ta'sirlashishi, hamda, muntazam mashqlar natijasida sezuvchanlikning oshishi **sensibilizatsiya** deb ataladi.

Sezgilarining o'zaro ta'sirlashuvida **sinesteziya**, ya'ni, qo'zg'alish ta'sirida boshqa analizatorlarga xos bo'lgan bir xil sezgi analizatorining hosil bo'lishi kabi holat ham kuzatiladi. Masalan, odamda tovushlar ta'siri ostida rangli sezgilar hosil bo'lishi mumkin, ba'zi ranglar uyg'unligi esa o'z navbatida harorat sezuvchanligiga ta'sir ko'rsatadi. Hammaga ma'lumki, baland tovushlarni «yorqin» ranglar bilan, pastlarini esa «to'q» ranglar bilan baholaymiz.

Xulosa

Sezgi — inson ongining asosiy va zarur qismlaridan biri bo'lib, tashqi olam haqidagi eng birlamchi ma'lumotlarni bevosita qabul qilishga xizmat qiladi. Uning to'g'ri faoliyati bosh miyaning, analizatorlar tizimining, nerv tolalarining mukammal ishlashiga bog'liq. Sezgilar rivojlanishi, ularning o'ziga xos qonuniyatlarini o'rganish nafaqat psixologiya va fiziologiya, balki maxsus pedagogika, tibbiyot, defektologiya va neyropsixologiya uchun ham muhim ahamiyatga ega.

Adabiyotlar, References, Литературы:

1. Югай А.Х., Мираширова Н.А. “Общая психология” – Ташкент 2014 г. С.-194-205.
2. Safayev N.S., Mirashirova N.A., Odilova N.G. “Umumiy psixologiya nazariyasi va amaliyoti” TDPU, 2013 y, B.79-90.
3. Thomas, A., & Chess, S. Temperament and Development. New York, 1977.
4. Kagan, J. Temperament in Childhood. New York, 1994.

5. Buss, A.H., & Plomin, R. Temperament: Early Developing Personality Traits. Hillsdale, 1984.
6. Strelau, J. Temperament: Psychological Perspectives. Dordrecht, 1998.
7. Rothbart, M.K., & Bates, J.E. Temperament in Childhood: Development and Research. Chicago, 2006.
8. Gray, J.A. The Psychology of Fear and Stress. Cambridge University Press, 1987.
9. McCrae, R.R., & Costa, P.T. Personality in Adulthood: A Five-Factor Theory Perspective. Guilford Press, 2003.