

SEZGI XUSUSIYATLARI VA SEZGI QONUNIYATLARI

Sobirova Nodira

Chirchiq davlat pedagogika universiteti

Jismoniy madaniyat fakulteti

Texnologik ta'lim yo'nalishi 25/1 kechki guruh talbasi

ibrogimovshohruh156@gmail.com

<https://doi.org/10.5281/zenodo.17640043>

Annotasiya: Ushbu maqolada sezgi psixologiyasining asosiy tushunchalari, uning fiziologik va psixologik asoslari, shuningdek sezgi jarayonlarining xususiyatlari va ularga xos qonuniyatlar ilmiy nuqtai nazardan yoritilgan. Insonning tashqi muhitdan axborot qabul qilishida sezgi jarayonining o'rni, sezgilarning turi, ularning intensivligi, adaptatsiya, sensibilizatsiya, kontrast va sinesteziya kabi hodisalar tahlil qilingan.

Kalit so'zlar: Sezgi, sezgi jarayoni, sezuvchanlik, adaptatsiya, sensibilizatsiya, kontrast, sinesteziya, weber–Fechner qonuni, sezgi chegarasi, psixofizika, sensor tizim, differensial sezuvchanlik.

Abstract: This article discusses the basic concepts of sensory psychology, its physiological and psychological foundations, as well as the characteristics of sensory processes and their inherent laws from a scientific point of view. The role of the sensory process in the reception of information from the external environment by a person, the type of sensations, their intensity, adaptation, sensitization, contrast and synesthesia are analyzed.

Keywords: Sensation, sensory process, sensitivity, adaptation, sensitization, contrast, synesthesia, Weber–Fechner law, sensory threshold, psychophysics, sensory system, differential sensitivity.

Аннотация: В статье рассматриваются основные понятия сенсорной психологии, её физиологические и психологические основы, а также особенности сенсорных процессов и присущие им закономерности с научной точки зрения. Анализируются роль сенсорных процессов в восприятии человеком информации из внешней среды, тип ощущений, их интенсивность, адаптация, сенсбилизация, контрастность и синестезия.

Ключевые слова: Ощущение, сенсорный процесс, чувствительность, адаптация, сенсбилизация, контрастность, синестезия, закон Вебера–Фехнера, сенсорный порог, психофизика, сенсорная система, дифференциальная чувствительность.

KIRISH

Inson psixik faoliyatining eng dastlabki va asosiy bo'g'ini bo'lgan sezgi jarayoni tashqi olamni anglash va idrok etishning boshlang'ich manbai sifatida psixologiya fanida alohida ahamiyatga ega. Sezgi insonning atrof-muhitdan axborot qabul qilishi, uni analizatorlar orqali qayta ishlashi hamda organizmning moslashuvchan faoliyatini ta'minlashi bilan xarakterlanadi. Klassik psixologiya maktablari - V. Vundt, G. Gelmgols, E. Titchener kabi olimlar sezgini psixik jarayonlarning eng soddashakli sifatida ta'riflagan bo'lsalar, zamonaviy psixofizika yo'nalishining namoyondalari E. Veber, G. Fechner va S.S. Stivens sezgi jarayonining miqdoriy tomonlarini o'rganib, sezuvchanlik qonuniyatlarini ilmiy asoslab bergan. Sezgi jarayonlari fiziologik va psixologik omillarning o'zaro uyg'unlashuvi natijasida amalga oshadi. Analizatorlarning tuzilishi, retseptorlarning sezgirliigi, markaziy nerv tizimi faoliyati, shuningdek, shaxsning tajribasi, diqqat darajasi va motivatsiyasi sezgi jarayonining sifatiga bevosita ta'sir ko'rsatadi. Shu bois sezgi

jarayonini o'rganish nafaqat umumiy psixologiya, balki neyropsixologiya, pedagogika, psixofiziologiya va kognitiv fanlar uchun ham muhim ahamiyat kasb etadi.

Sezgi - bu tashqi olamdagi predmet va hodisalarning alohida xossalarning (rang, tovush, hid, ta'm, harorat, bosim va boshqalar) analizatorlar orqali aks ettirilishidan iborat psixik jarayondir. Insonning barcha oliy psixik jarayonlari, jumladan idrok, tafakkur, xotira va tasavvur aynan sezgi orqali shakllanadi. Bu jarayon analizatorlarning retseptor qismi tomonidan qabul qilingan ta'sirning markaziy nerv tizimiga uzatilishi va miya po'stlog'ida qayta ishlanishi bilan bog'liq. Sezgi jarayonining fiziologik asoslari I.P. Pavlovning analizatorlar haqidagi ta'limoti orqali izohlanadi. Unga ko'ra, har bir analizator retseptor, o'tuvchi nerv yo'llari va miya po'stlog'idagi markazdan iborat bo'ladi. Sezgi aynan ushbu tizimning uyg'un faoliyati natijasida shakllanadi.

Sezgi xususiyatlarining - intensivlik, adaptatsiya, sensibilizatsiya, kontrast, sinesteziya kabi jihatlarning o'rganilishi insonning tashqi axborotni qay darajada aniq va tez qabul qilishi, o'qish, mehnat faoliyati, sport, texnik xavfsizlik kabi turli sohalarida sezgi jarayonlarining ahamiyatini ko'rsatib beradi. Xususan, Weber–Fechner qonuni sezuvchanlik chegaralarini aniqlashda, differensial sezgi masalalari esa sensor o'zgarishlarni farqlash qobiliyatini baholashda ilmiy asos vazifasini bajaradi.

Sezgi qonuniyatlarini chuqur o'rganish inson idrokining mexanizmlarini to'liq anglashga, shuningdek, ta'lim jarayonida o'quvchilarning qabul qilish imkoniyatlarini oshirishga yordam beradi. Mazkur maqolada sezgi jarayonining mazmuni, unga xos fiziologik va psixologik mexanizmlar, shuningdek sezgi xususiyatlari va ularning qonuniyatlari ilmiy nuqtai nazardan tahlil qilinadi.

XULOSA

Sezgi jarayoni insonning tashqi olamni anglashidagi eng muhim bosqich bo'lib, u orqali organizm muhitdagi o'zgarishlarga moslashadi va ularga javob qaytaradi. Sezgining kuchi, tezligi va barqarorligi retseptorlarning faoliyati, nerv tizimining holati hamda shaxsning diqqat va tajribasiga bog'liqdir. Adaptatsiya, sensibilizatsiya va kontrast kabi hodisalar sezgi jarayonining o'zgaruvchanligini ko'rsatadi va insonning faoliyatda yanada aniqroq, xavfsizroq harakat qilishiga yordam beradi. Psixofizik qonuniyatlar esa sezuvchanlikni ilmiy asosda baholashga imkon beradi. Umuman, sezgi xususiyatlarini chuqur bilish ta'lim, psixologiya va kundalik hayotda inson qabul qilish qobiliyatini samarali boshqarishda muhim ahamiyatga ega. Umuman olganda, sezgi jarayonlarining xususiyatlari va ularga xos qonuniyatlarni o'rganish inson psixikasining mexanizmlarini chuqur anglashga, amaliy psixologiya va pedagogika sohalarida samarali metodlarni ishlab chiqishga keng imkoniyat yaratadi. Ushbu bilimlar ta'lim samaradorligini oshirish, shaxsning idrok faoliyatini rivojlantirish, shuningdek inson organizmining turli sharoitlarga moslashish qobiliyatini chuqur tahlil qilishda katta ahamiyatga ega.

Adabiyotlar, References, Литературы:

1. Fechner, G. T. (1966). Elements of psychophysics. Holt, Rinehart & Winston.
2. Weber, E. H. (1978). The sense of touch. Academic Press.
3. Pavlov, I. P. (1955). Selected works. Foreign Languages Publishing House.
4. Helmholtz, H. (1962). Treatise on physiological optics. Dover Publications.
5. Wundt, W. (1973). Outlines of psychology. Thoemmes Press.
6. Stevens, S. S. (1975). Psychophysics: Introduction to its perceptual, neural, and social

prospects. John Wiley & Sons.

7. Solso, R. L., MacLin, O. H., & MacLin, M. K. (2008). Cognitive psychology (8th ed.). Pearson Education.
8. Matyushkin, A. M. (2001). Psixologiya asoslari. Moskva Universiteti nashriyoti.
9. Karimova, V. (2010). Umumiy psixologiya. Toshkent: «Fan» nashriyoti.
10. Xo'jayev, A. (2018). Psixofiziologiya asoslari. Toshkent: TDPU nashriyoti.