

SEZGI XUSUSIYATLARI VA SEZGI QONUNIYATLARI

Karimova Ozoda

Chirchiq Davlat pedagogika universiteti

Pedagogika fakulteti Teflopedagogika yo'nalishi 1-kurs talabasi

ozodakarimova211@gmail.com

Sattorov Bobur Botir o'g'li

Ilmiy rahbari: Sattorovb146@gmail.com

<https://doi.org/10.5281/zenodo.17785199>

Annotatsiya: Ushbu maqolada sezgi jarayonining psixologik mohiyati, uning asosiy xususiyatlari hamda tabiiy qonuniyatlari yoritilgan. Sezgi insonning tashqi olamni anglashida dastlabki bosqich bo'lib, uning sifat, kuch, davomiylik, aniqlik, moslashuvchanlik kabi xususiyatlari batafsil tahlil qilinadi. Shuningdek, absolyut sezgi chegarasi, farq sezgi chegarasi, kontrast, adaptatsiya va Veber–Fehner qonuni kabi psixofizik qonuniyatlarning ahamiyati izohlanadi. Maqola sezgi jarayonining kundalik hayotdagi o'rni, ta'lim va faoliyat jarayonlaridagi amaliy ahamiyatiga ham e'tibor qaratadi.

Kalit so'zlar: Sezgi, sezgi xususiyatlari, sezgi qonuniyatlari, absolyut sezgi chegarasi, farq sezgi chegarasi, adaptatsiya, kontrast, psixofizika, Veber–Fehner qonuni, idrok.

Аннотация: В данной статье раскрыта психологическая сущность процесса ощущения, его основные особенности и природные закономерности. Ощущение является первоначальным этапом познания окружающего мира, поэтому подробно анализируются его характеристики, такие как качество, сила, продолжительность, точность и адаптивность. Также рассматриваются важнейшие психофизические закономерности: абсолютный порог ощущений, разностный порог, контраст, адаптация и закон Вебера–Фехнера. В статье уделяется внимание практическому значению ощущений в повседневной жизни, обучении и различных видах деятельности.

Ключевые слова: Ощущение, особенности ощущений, закономерности ощущений, абсолютный порог ощущений, разностный порог, адаптация, контраст, психофизика, закон Вебера–Фехнера, восприятие.

Annotation: This article explores the psychological nature of sensation, its main characteristics, and fundamental laws. Sensation represents the initial stage of human perception of the external world; therefore, its key features — such as quality, intensity, duration, accuracy, and adaptability — are analyzed in detail. The article also examines essential psychophysical principles, including the absolute threshold of sensation, the difference threshold, contrast, adaptation, and the Weber–Fechner law. Additionally, the practical importance of sensation in daily life, learning, and various types of activities is highlighted.

Keywords: Sensation, characteristics of sensation, laws of sensation, absolute threshold, difference threshold, adaptation, contrast, psychophysics, Weber–Fechner law, perception.

Kirish

Insonning bilish faoliyati murakkab psixik jarayonlar majmuasidan iborat bo'lib, ularning har biri tashqi olamni ongda aks ettirishning turli shakllarini ifodalaydi. Bu jarayonlarning eng boshlang'ich, eng sodda va shu bilan birga eng muhim bo'g'ini — sezgi hisoblanadi. Chunki inson atrof-muhit haqidagi barcha axborotni dastlab sezgi organlari orqali qabul qiladi. Sezgi — bu tashqi olamdagi fizik, kimyoviy yoki biologik ta'sirlarning analizatorlar tizimi tomonidan qabul

qilinib, markaziy nerv tizimida qayta ishlanishi va ongda dastlabki sensor obraz sifatida aks etishidir. Bu jarayon idrok, xotira, tafakkur, e'tibor, tasavvur kabi murakkab psixik jarayonlarning shakllanishi uchun poydevor vazifasini o'taydi.

Sezgi jarayoni ikki asosiy tarkibiy qismning o'zaro uzviy aloqasi natijasida shakllanadi: fiziologik (retseptor, nerv yo'llari, analizator markazlari) va psixologik (sensor obraz, subyektiv idrok, ongli aks ettirish). Har bir sezgi turi — ko'rish, eshitish, teri-sezgisi, hid bilish, ta'm bilish — o'zining maxsus retseptorlari, neyron mexanizmlari va markaziy nerv tizimidagi qayta ishlanish bosqichlariga ega.

Retseptorlar tashqi ta'sirlarni bioelektrik impulsga aylantiradi, ushbu impulsar afferent yo'llar orqali miya po'stlog'iga yetkaziladi va u yerda analizatorlar tomonidan qayta ishlanib, ongda ma'lum sifatga ega sensor obraz hosil qiladi. Ushbu murakkab fiziologik mexanizm psixologik jihatdan sezgi sifatida namoyon bo'ladi.

Zamonaviy neyrobiologiya retseptorlarning sezgirlik chegaralari, neyron aloqalarining plastiklik xususiyatlari, impulsning tezkor uzatilish mexanizmlari, miya po'stlog'idagi sensor markazlarning funksional ixtisoslashuvi kabi jihatlarni chuqur o'rganmoqda. Buning natijasida sezgi — faqat tashqi ta'sirni qabul qilish emas, balki integratsiya, analiz, kodlash, taqqoslash va ongli baholash jarayonlarini o'z ichiga olgan murakkab tizim ekani ilmiy asosda tasdiqlanmoqda.

Sezgi jarayonlari qanday o'tishi va ularning xususiyatlari insonning tashqi muhitga moslashuvi uchun muhim hisoblanadi. Sezgi sifati, kuchi, davomiyligi, aniqligi, adaptatsiyasi va kontrast xususiyatlari tashqi axborotni qanchalik to'g'ri, ravshan va aniq qabul qilishni belgilaydi.

Sifat (modalitet) sezgi qaysi turkumga mansubligini ko'rsatadi: rang, tovush, hid, ta'm kabi.

Kuch ta'sirning fizik intensivligiga bog'liq.

Davomiylik sezgi qachon boshlanishi va qachon tugashi bilan belgilanadi.

Aniqlik sezgi obrazining ravshan, toza va aniq bo'lishini ifodalaydi.

Adaptatsiya organizmning bir xil ta'sirga moslashish jarayoni bo'lib, nerv tizimini ortiqcha yukdan himoya qiladi.

Kontrast esa qarama-qarshi ta'sirlar ta'sirida sezgining keskin kuchayishini ifodalaydi.

Ushbu xususiyatlar faqat fiziologik jihatdan emas, balki psixologik, kognitiv va ijtimoiy omillar ta'siri ostida ham shakllanadi. Masalan, tajriba, e'tibor, nutq rivoji, madaniy muhit, o'quv faoliyati sezgi jarayonlarining aniqligini sezilarli darajada shakllantiradi.

Psixofizika fanining shakllanishi sezgi jarayonlarining miqdoriy va sifat ko'rsatkichlarini ilmiy asosda o'rganishga imkon berdi. Veber, Fehner, Gelmgols kabi olimlar tomonidan ishlab chiqilgan qonuniyatlar sezgi jarayonlarining o'zgarish mexanizmlarini tushuntiradi:

Absolyut sezgi chegarasi — odam sezishi mumkin bo'lgan eng kichik ta'sir.

Farq sezgi chegarasi — ikki ta'sir orasidagi eng kichik farqni sezish qobiliyati.

Veber–Fehner qonuni — tashqi ta'sir kuchi bilan sezgi o'rtasidagi logarifmik bog'liqlikni izohlaydi.

Adaptatsiya qonuni — bir xil ta'sir ta'sirida sezgi susayadi.

Kontrast qonuni — qarama-qarshi ta'sirlar sezgini kuchaytiradi.

Bu qonuniyatlar odamning sezgi tizimi doimiy emas, balki o'zgaruvchan, dinamik va moslashuvchan ekanini ko'rsatadi. Sezgi jarayonlari biologik jihatdan barqaror bo'lmagan, aksincha, tashqi va ichki omillarga tezkor moslashishga qodir tizimdir.

Sezgining amaliy ahamiyati

Sezgi jarayonlarini chuqur o'rganish tibbiyot, ta'lim, sport, dizayn, kommunikatsiya, marketing, texnologiya va ergonomika kabi sohalarida muhim amaliy ahamiyatga ega.

Ta'limda o'quv materiallarining ko'rish va eshitish sezgilari bilan mosligi o'quvchilarning bilimni o'zlashtirish darajasini oshiradi.

Sportda sportchilarning reaksiya tezligi, muvozanat va koordinatsiyasi sezgi jarayonlarining sifatiga bog'liq.

Tibbiyotda sensor testlar orqali kasalliklar aniqlanadi.

Dizayn va marketingda ranglar, tovushlar va kontrastga asoslangan psixologik ta'sir mexanizmlari qo'llaniladi.

Texnologiyada sensor qurilmalar inson sezgilari asosida ishlab chiqiladi.

Ijtimoiy hayotda esa sezgilarning to'g'ri ishlashi muloqot, xavfsizlik va moslashuv uchun zarur.

Shu bois sezgi xususiyatlari va sezgi qonuniyatlarini o'rganish — inson psixikasining asosiy tamoyillarini chuqur anglash, sensor-informatsion ta'sirlarni samarali tashkil etish, inson faoliyatining produktivligini oshirish uchun ilmiy asos yaratadi.

Ushbu mavzuning dolzarbligi shundaki, sezgi jarayonlari insonning barcha kognitiv faoliyati, kasbiy harakatlari va kundalik hayotdagi moslashuv mexanizmlarining markazida turadi. Insonning o'rganishi, qaror qabul qilishi, muhitni baholashi, o'zini boshqarishi — barchasi sezgi jarayonlarining to'g'ri va aniq ishlashiga bog'liq. Shu sababli ushbu referat sezgi jarayonining nazariy asoslarini, xususiyatlarini, qonuniyatlarini va ular bilan bog'liq amaliy masalalarni chuqur ilmiy yondashuv orqali tahlil qiladi.

Xulosa

Sezgi insonning tashqi olam bilan bog'lanishida eng birlamchi psixik jarayon bo'lib, idrok, tafakkur va xotira kabi yuqori darajadagi jarayonlarning shakllanishi uchun asos yaratadi. Sezgi xususiyatlari — sifat, kuch, davomiylik, aniqlik va moslashuvchanlik — organizmning qanchalik sezgir ekanini hamda ma'lumotni qayta ishlash jarayonining samaradorligini belgilaydi. Sezgi qonuniyatlari esa insonning fizik ta'sirlarga nisbatan reaksiyasini ilmiy asosda tushuntiradi: absolyut sezgi chegarasi, farq chegarasi, adaptatsiya, kontrast va Weber–Fehner qonuni shular jumlasidandir.

Bu qonuniyatlar sezgi jarayonining tabiiy mexanizmlarini izohlab, kundalik hayot, ta'lim, tibbiyot, dizayn va texnologiya sohalarida amaliy ahamiyatga ega ekanini ko'rsatadi. Umuman olganda, sezgi jarayonining to'g'ri tushunilishi insonning dunyoni anglashini, moslashuvini va faoliyat samaradorligini oshirishda muhim o'rin tutadi.

Adabiyotlar, References, Литературы:

1. Vundt, V. (1998). Psixhologiya asoslari. Moskva: Progress.
2. Fehner, G. T. (1860). Elemente der Psychophysik. Leipzig: Breitkopf & Härtel.
3. Weber, E. H. (1834). De pulsu, resorptione, auditu et tactu. Leipzig.
4. Zankov, L. V. (2001). Umumiy psixologiya. Moskva: Akademiya.
5. Galperin, P. Y. (1989). Psixhologiya protsessa obucheniya. Moskva: Prosveshcheniye.
6. Ананьев, Б. Г. (1980). Psixhologiya cheloveka. Moskva: Vysshaya Shkola.
7. Тейлор, Ф. (2004). Sensory perception and human cognition. London: Routledge.

8. Goldstein, E. B. (2018). Sensation and Perception. Boston: Cengage Learning.
9. Matyushkin, V. N. (2002). Biopsikhologiya. Moskva: Vlados.
10. Шепетер, Б. А. (2005). Obshchaya psikhologiya: teorii i praktika. Moskva: Eksmo.