



SEZGI HAQIDA UMUMIY TUSHUNCHA

Bajardi: Ne'matova Marjona

Guruh: 11-3 ING 24- guruh



Sezgi nima?

Atrof-muhitdagi narsa va hodisalarning sezgi azolariga bevosita tasir etishi natijasida ularning ayrim belgi va xususiyatlarini miyamizda aks ettirish. Bilish jarayonlarining oddiy psixologik jarayoni bo'lib, tashqi olamni aks ettiradi. Tashqi qo'zg'atuvchilarning reseptorlarga tasiri orqali belgilarni va organizm ichki holatini aks ettiradi.

Sezgi shartlari

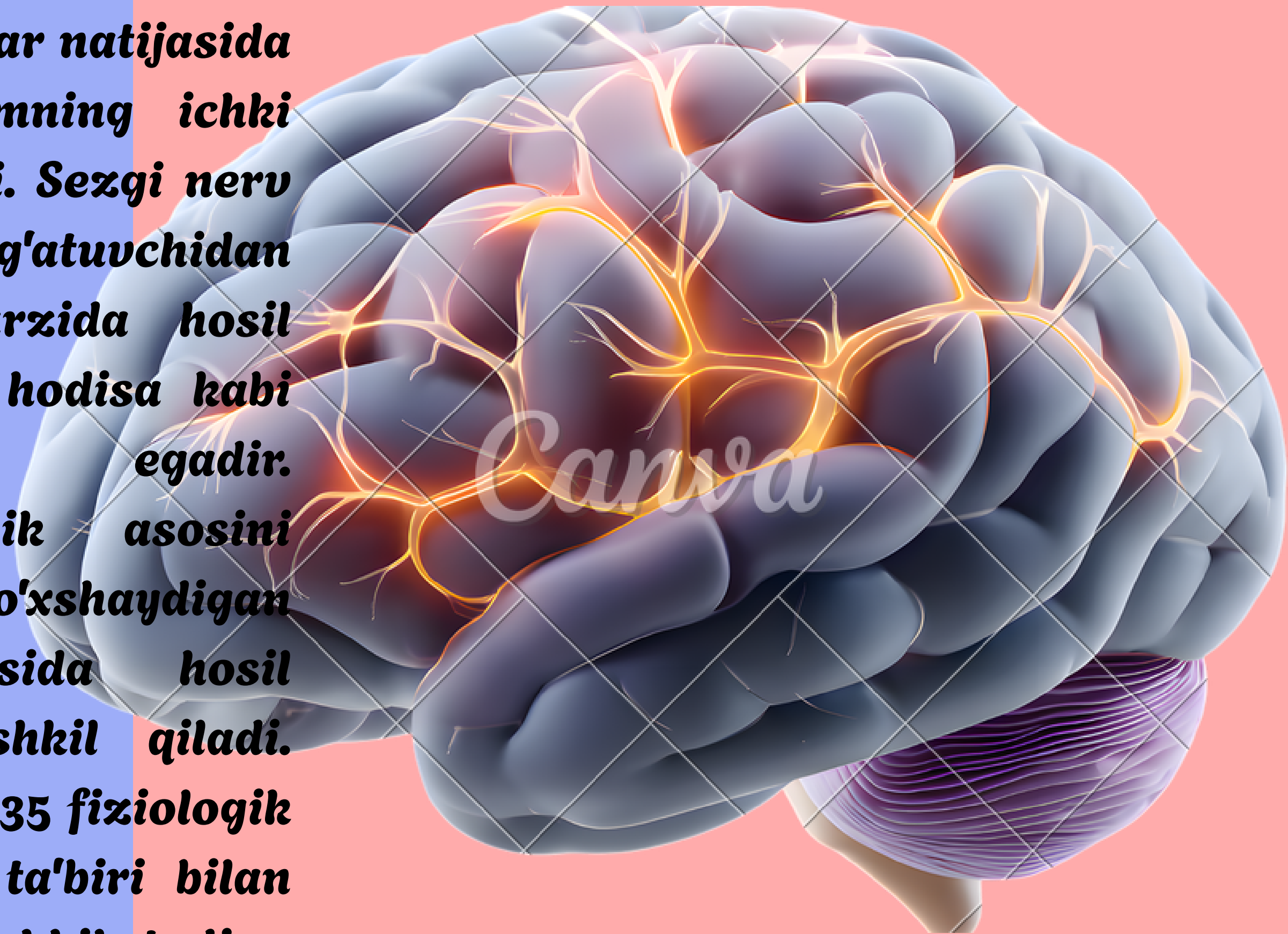
**Sezgi hosil bo'lishi uchun
zarur shartlar:**

- **Sezgi azolariga tasir
etadigan narsa va
hodisaning mavjudligi.**
- **Sezuuvchi apparat
(analizatorning) bo'lishi.**
- **Miyaning ishtiroki va
nerv jarayonlari.**



Sezgilarning nerv - fiziologik asoslari.

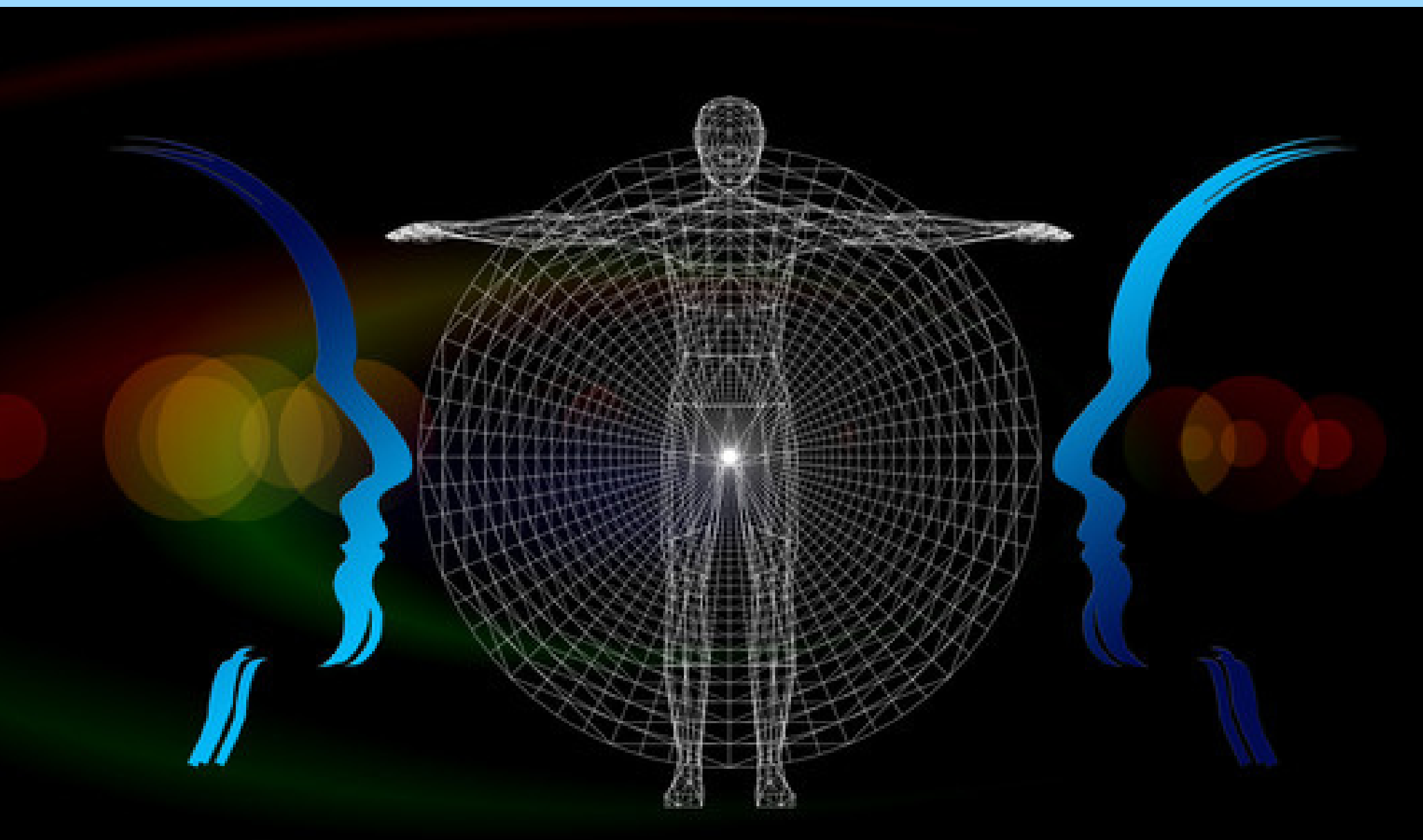
Sezgilar faqatgina tashqi ta'sirlar natijasida hosil bo'lmay, balki organizmning ichki holatida ham amalga oshiriladi. Sezgi nerv tizimining u yoki bu qo'zg'atuvchidan ta'sirlanuvchi reaksiyalari tarzida hosil bo'ladi va har qanday psixik hodisa kabi reflektorlik xususiyatiga egadir. Sezgilarning nerv fiziologik asosini qo'zg'atuvchining o'ziga aynan o'xshaydigan analizatorga ta'siri natijasida hosil bo'ladigan nerv jarayoni tashkil qiladi. Shuningdek, sezgilarning nerv 135 fiziologik asosini o'rganishda I.P.Pavlov ta'biri bilan aytganda analizator apparati tashkil etadi.



Analizator haqida qisqacha

Analizator — tashqi va ichki muhitdan keladigan ta'sirlarni qabul qilib, fiziologik qo'zg'alishni psixik jarayon — sezgiga aylantiradigan nerv tizimi.

Analizator tuzilishi (3 qism):



1. Periferik qism (reseptorlar)

- Tashqi ta'sirni nerv impulsiga aylantiradi.
- “Transformator” vazifasini bajaradi.
-

2. Nerv yo'llari

- Afferent nervlar — reseptordan markazga impuls olib boradi.
- Efferent nervlar — markazdan organizmga ta'sir yuboradi.
-

3. Markaziy qism (qobiq osti va qobiq)

- Kelgan impulslar qayta ishlanadi va tahlil qilinadi.
- O'zak qism: asosiy tahlil (analiz-sintez) — masalan, tovush balandligini aniqlash.
- Tarqoq qism: nozik farqlash — masalan, musiqiy ohanglarni ajratish.

Sezgilar tasnifi va turlari



Sezgilar tasnifi va turlari. Sezgilar qaysi a'zolar yordamida hosil qilinishiga qarab, quyidagi turlarga, ya'ni **ko'rish, eshitish, hid bilish, ta'm bilish, teri, muskul-harakat, organik** sezgilarga ajratiladi. Ular sezgi a'zolari qaerda joylashganligiga qarab tavsiflanadi. Jahon psixologiyasi fanining so'nggi yutuqlari hamda atamalariga binoan sezgilar quyidagicha klassifikasiya qilinadi. Ushbu tasniflanishning dastlabki ko'rinishi ingliz olimi **Ch.Sherrington**ga taalluqlidir. U reseptorning qaerda joylashganligiga qarab, sezgilarni uch turga bo'ladi. Tashqi muhitdagi narsa va hodisalarning xususiyatlarini aks ettirishgamoslashgan hamda reseptorlari tananing sirtqi qismida joylashgan sezgilar, ya'ni **ekstroreseptiv** sezgilar. Ichki tana a'zolari holatlarini aks ettiruvchi hamda reseptorlari ichki tana a'zolarida, to'qimalarda joylashgan sezgilar, ya'ni **interoreseptiv** sezgilar.

Sezgi tasnifi

Proprioreseptiv sezgilar – tananing holati va harakatlari haqida ma'lumot beruvchi, mushaklar, paylar va bo'g'imlarda joylashgan maxsus sezgilar bo'lib, ular harakatni boshqarishda muhim ahamiyatga ega. Bu reseptorlar Puchchini tanachalari orqali qo'zg'alishni orqa miyaga yetkazadi va Burdax hamda Goll yadrolariga uzatadi. Proprioreseptiv sezgilar harakatning afferent asosini tashkil etishi A.Orbeli, P.K.Anoxin va N.A.Bernshteynlar tomonidan isbotlangan.

Interoreseptiv sezgilar – ichki organlardan keladigan hislar bo'lib, ular to'liq o'rganilmaganligi sabab "noma'lum hislar" deb atalgan. A.R. Luriya bu sezgilarni emosiyalar bilan sezgilar o'rtasidagi oraliq holat deb baholagan. Interoreseptiv sezgilar ichki muvozanat – gemostazni ta'minlashda, kayfiyat va emosional holatlarning o'zgarishida, ichki organlar faoliyatidagi buzilishlarni anglashda muhimdir. Ularning fiziologik mexanizmlari K.M. Bikov va V.N. Chernigovskiylar tomonidan o'rganilgan.



Gavdaning fazodagi holatini belgilovchi statik sezgilar markazi ichki quloqning yarim doira kanallarida joylashgan. Boshning harakatlanishi endolimfa suyuqligi orqali qo'zg'alish yaratadi va bu eshitish hamda vestibulyar nervlari orqali bosh miyaning chakka bo'lmalariga uzatiladi. Vestibulyar apparat fazoda mo'ljal olishda (masalan, yo'lni kesib o'tishda) muhim rol o'ynaydi.

Ekstroreseptiv sezgilarning ayrim ko'rinishlari intermodal va nospesifik sezgilar hisoblanadi. Masalan, vibration sezgi – tovush tebranishini quloq emas, balki suyaklar orqali sezish. Bu holat kar insonlarda ham uchraydi. Bundan tashqari, hid, ta'm, yorqin yorug'lik, kuchli tovush uyg'unlashgan holatlarda ham intermodal sezgi kuzatiladi.

Teri orqali rang va nozik belgilarni farqlash imkonini beruvchi foto sezgirlik esa A.N. Leontev tomonidan aniqlangan bo'lib, qizil va yashil ranglarni qo'l uchi orqali sezish tajribasi bilan isbotlangan. Bu sezgi turi hali psixologiyada to'liq o'rganilmagan.

Sezgi turlari



Psixologiya fanida uchta katta guruhga ajratilgan sezgilar (ekstroreseptiv, proprio reseptiv, introreseptiv) o'z navbatida quyidagi turlarga ajratiladi:

- Ko'rish sezgilari;
- Eshitish sezgilari;
- Hid bilish sezgilari,
- Ta'm bilish sezgilari;
- Teri sezgilari;
- Muskel-harakat (kinestetika)
- Statistik sezgilar;
- Organik sezgilar;

Ko'rish sezgilari

Inson rang va yorug'likni ko'z orqali sezadi. Ranglar xromatik (qizil, sariq, yashil, ko'k, binafsha) va axromatik (oq, qora, kulrang) bo'ladi. Ko'z tarkibi: sklera, shox parada, rangdor parada (iris) va qorachiq. Yorug'lik qorachiq orqali kirib, ko'z gavhari va to'r pardaga tushadi.

To'r pardada tayoqcha (qorong'uda ko'rish) va kolbacha (ranglarni ko'rish) hujayralari mavjud. Eng sezgir joy — sariq dog'. Uch rangli sezgi nazariyasi: kolbachalardagi qizil, yashil, binafsha elementlar turlicha qo'zg'alib ranglarni hosil qiladi. Ko'rish jarayoni to'r pardada va miya po'stida yuz beradi. Tayoqchalardagi ko'rish purpuri yorug'likda parchalanib sezgini hosil qiladi, qorong'ida tiklanadi.

Eshitish sezgilari

Eshitish sezgilari tovushlarni qabul qiladi, musiqaviy va shovqinli tovushlarni ajratadi. Tovushlar oddiy (tonli) va murakkab (bir nechta tonlardan iborat) bo'lib, tembr ularning o'ziga xosligini belgilaydi.

Eshitish organi — quloq: tashqi quloq havo to'lqinlarini yig'adi, o'rta quloqdagi suyakchalar ularni ichki quloqqa uzatadi. Ichki quloqda kortiy organ tovushni sezuvchi maxsus tayoqchasimon hujayralardan iborat.

Havo to'lqinlari jismlarni tebratib, sezgini hosil qiladi; sekin tebranish musiqaviy, notekis tebranish shovqinli tovushni beradi. Inson bir sekundda 16–20 000 martagacha tebranishni sezadi.

Hid bilish sezgilari

Hid bilish sezgilari hidlarni qabul qiladi. Ularning organi burun kavagining yuqori qismi bo'lib, bu yerda hid bilish hujayralari va sezuvchi nerv tarmoqlari shilliq pardalarda joylashgan. Hidli moddalar nervlarni qo'zg'atadi va bosh miya yarim sharlari orqa pastki qismidagi markazda sezgi hosil qiladi. Gaz holatidagi hidlar havo orqali burunga kirib, hid sezilishini yuzaga keltiradi.

Ta'm bilish sezgilari

Ta'm bilish sezgilari shirin, achchiq, nordon va sho'r mazalarni sezadi. Organlari – til yuzasi va tanglayning yumshoq qismi bo'lib, til shilliq pardasida maxsus ta'm bilish so'rg'ichlari mavjud. So'rg'ichlar tayoqchasimon hujayralardan iborat bo'lib, ularning chekkalaridagi nerv uchlari qo'zg'alishni bosh miyaga uzatadi. Tilning uchi shirin, orqa qismi achchiq, chetlari nordon mazani sezadi, o'rtasi esa sezgir emas.

Teri sezgilari

Teri sezgilari tuyish va harorat sezgilaridan iborat bo'lib, reseptorlar teri va shilliq pardalarda joylashgan. Tuyish sezgilari narsalarning tegishi, shakli va silliq yoki g'adir-budurligini his etadi. Ta'sir kuchaysa, tegish siqiq, undan keyin esa og'riqqa aylanadi.

Tuyish tanachalari va nerv tarmoqlari barmoqlar uchi, til uchi va lablarda eng zich bo'lgani uchun bu joylar eng sezgir. Sezgirlik ekstiziometr bilan o'lchanadi. Tuyish signallari bosh miya po'stining orqa markaziy qismida qayta ishlanadi.

Muscul-harakat sezgilari

Muscul-harakat sezgilari motor sezgilar deb nomlanib, ularga og'irlikni, qarshilikni, organlar harakatini bilish sezgilari kiradi. Ularning organlari-gavda muskullari, paylar, bo'g'imlardan iboratdir. Organlarning tarkibida sezuvchi nervlarning chekka tarmoqlari mavjud bo'lib, ularning ta'sirida harakat va statik sezgilar vujudga keladi. Muscul harakat sezgilarining fizik sababi muskullarga ta'sir etuvchi narsalarning mexanik tazyiqi va gavda harakatlari.

Statik sezgilar

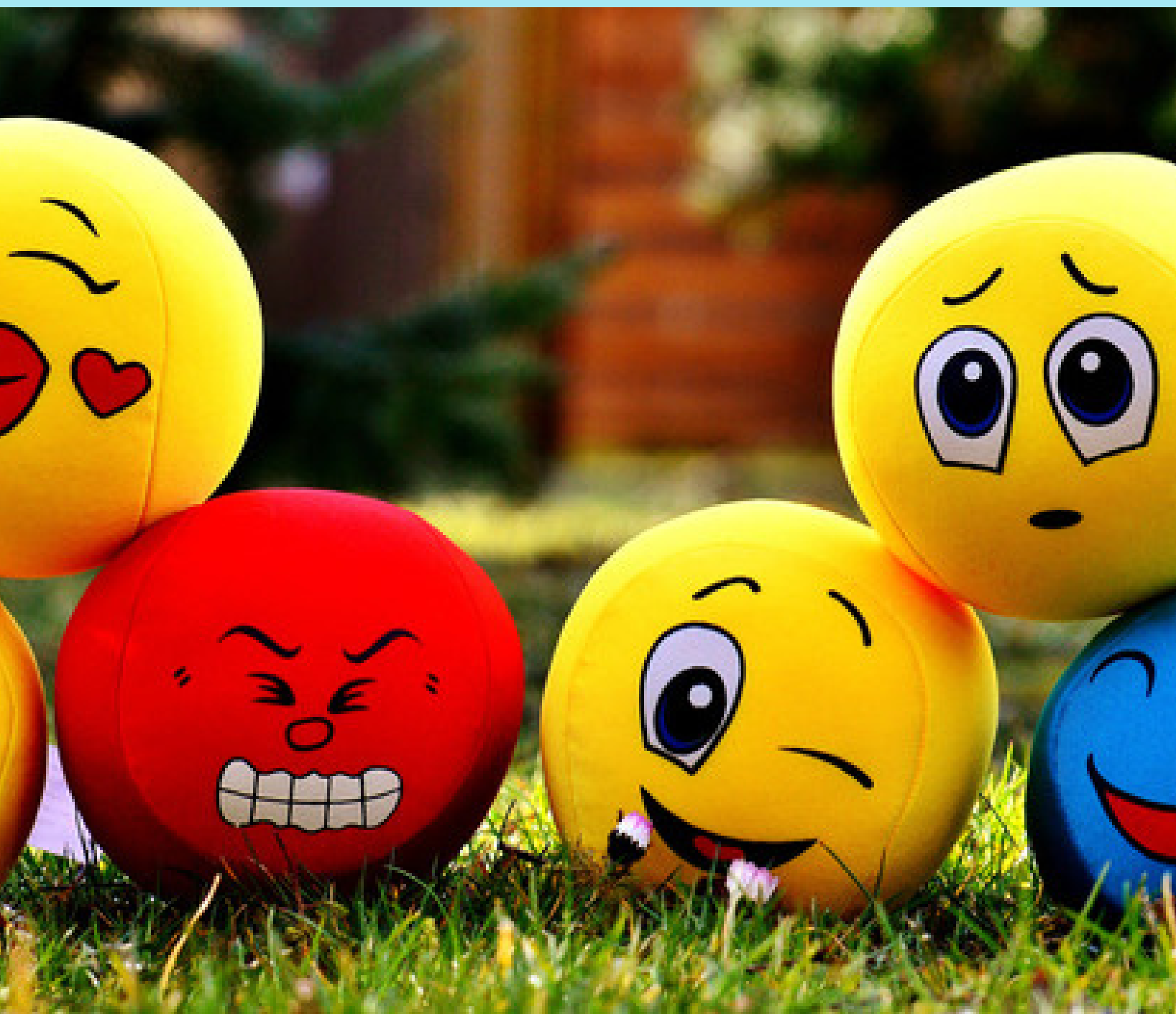
Statik sezgilar gavdaning fazodagi holatini sezish va muvozanat saqlash sezgilari deb ataladi. Gavdaning fazodagi holatini bilish va muvozanat saqlash sezgisi uchun ichki quloqdagi vestibulyar apparat reseptor vazifasini bajaradi. Vestibulyar apparat quloq dahlizi yarim doira kanallaridan tashkil topgan bo'ladi, 141 sezuvchi nerv tarmoqlari esa gavdaning fazodagi harakatini va holatini boshqaradi. Gavda muvozanatini saqlashda alohida ahamiyat kasb etib, ular endolimfada suzib yuradigan mayda ohaktosh kristallardan tashkil topgan.

Organik sezgilar

Organik sezgilarning reseptorlari ichki organlarda, qizilo'ngach, me'da, ichak, qon tomirlari, o'pka va shu kabilarda joylashgan bo'ladi. Ichki organlardagi jarayonlar organik sezgilar reseptorlarining qo'zg'atuvchilaridir. Ularga quyidagilar kiradi:

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

Sezgilarning umumiy xususiyatlari



- Sezgi - tashqi olamdagi narsa va hodisalarning alohida xususiyatlarini aks ettiruvchi psixik jarayon.
- Sezgilar miqdori, sifati va davomiyligiga ko'ra farqlanadi, har bir analizatorning o'ziga xos sezgirlik chegarasi bor.
- Sezgining intensivligi qo'zg'atuvchining kuchi va organizm holatiga bog'liq bo'ladi.

Sezgining sezgirlik ko'rsatikichi



- Sezgirlik chegarasi - qo'zg'atuvchining eng kichik kuchi bo'lib, sezgi paydo bo'lishiga olib keladi.
- Sezgirlik qancha yuqori bo'lsa, sezgi shuncha nozik va aniq bo'ladi; chegaraning pastligi yuqori sezgirlikni bildiradi.
- Vavilov va boshqa olimlar sezgi chegarasini aniqlash orqali analizatorlar imkoniyatini o'rganishgan.

Sezgining o'zgarishi: adaptatsiya

Adaptatsiya - analizatorlarning qo'zg'atuvchiga moslashuvi bo'lib, natijada sezgirlik vaqtincha oshishi yoki kamayishi mumkin. Yorug'likka moslashish, qorong'uga ko'zning moslashishi, issiq-sovuqqa ko'nikish adaptatsiyaga misol bo'ladi. Adaptatsiya organizmni tashqi sharoitga tezroq moslashtirishga xizmat qiladi.

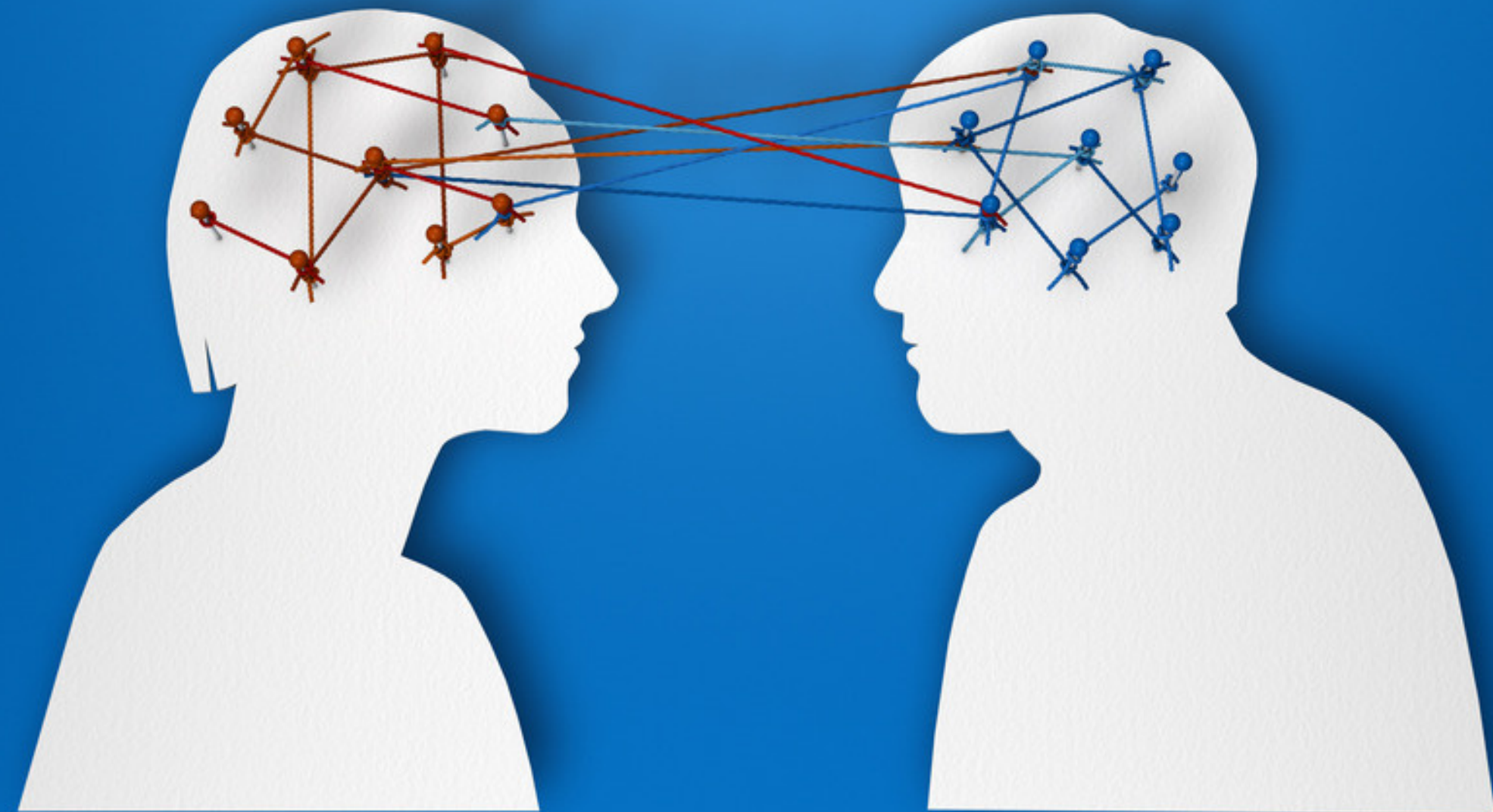


Sezgining o'zgarishi: **sensibillashuv** va sinesteziya

Sensibillashuv – bir analizator sezgirligining boshqasiga bog'liq holda oshishi (masalan, eshitish sezgirligining ko'rish yoki hid bilish ta'sirida kuchayishi).

Bu holat, ayniqsa, kasbiy faoliyatda (masalan, musiqachi, rassom, degustatorlarda) yaqqol ko'rinadi.

Sinesteziya – bir xil qo'zg'atuvchi ta'sirida birdan ortiq sezgi paydo bo'lishi (masalan, tovushni “rangli” deb his qilish).



Sezgining o'zgarishi: kontrast va o'rganish



- Sezgi kontrasti – bir xil qo'zg'atuvchi oldingi ta'sirga qarama-qarshi ravishda boshqacha sezilishi (masalan, issiq suvdan keyin iliq suvni sovuqdek his qilish).
- Sezgi jarayonlari tajriba va mashq natijasida takomillashadi, kasbiy mehnatda sezgi organlarini maxsus o'qitish muhim.
- Mashq qilingan analizatorlar yuqori aniqlik va barqarorlikka erishadi.

Afferent yo'llar – sezgi organlaridan markaziy nerv tizimiga axborot olib boruvchi nerv tolalari.

Efferent yo'llar – markaziy nerv tizimidan mushaklar va ichki organlarga boshqaruv signalini olib boruvchi nerv tolalari.

Sezgi jarayonlarini bilish ta'lim, kasb tanlash va psixologik diagnostika uchun juda muhim, chunki ular insonning idrok va faoliyat imkoniyatlarini belgilaydi.

Afferent va efferent yo'llar, ahamiyati



Umumiy xulosa:

Sezgilar tizimi insonning tashqi va ichki muhitdan kelayotgan ta'sirlarni qabul qilib, ularni ongli idrokka aylantiradigan asosiy nerv mexanizmidir. Har bir sezgi turi o'z reseptorlari va miya markazlari orqali ishlaydi hamda atrof-muhitni anglash, xavfsizlikni ta'minlash va kundalik faoliyatni boshqarishda muhim rol o'ynaydi. Sezgilarning uyg'un faoliyati insonning to'liq idroki va normal hayot faoliyati uchun zarurdir.



**E'tiboringiz uchun
rahmat**

**Foydalanilgan
adabiyotlar:**

**Haydaro, Halilova
Umumiy psixologiya
pdf.**