



# TANQIDIY NAZAR, TAHLILIIY TAFAKKUR VA INNOVATSION G‘OYALAR



## EMOTSIYA TUSHUNCHASI VA ULARNING XUSUSIYATLARI

**Aliyeva Zulayxo**

*Kattaqo‘rg‘on davlat pedagogika institute Filologiya va ijtimoiy fanlar fakulteti  
O‘zbek tili va adabiyoti yo‘nalishi 25\_03-guruh talabasi*

**Annotatsiya:** *Ushbu maqolada shaxsning hissiy-irodaviy xususiyatlarining bir qismi bo‘lgan emotsiya haqida umumiy tushuncha, fizik, fiziologik, psixologik omillar ta‘sirida emotsional kechinmalarning yuzaga kelishi haqida ma‘lumotlar berilgan. Ko‘plab olimlarning turli fikrlari, qarashlari va ular ilgari surgan nazariyalardan namunalar keltirilgan.*

**Kalit so‘zlar:** *Emotsiya, emotsional faktor, inson emotsiyasi, hayvon emotsiyasi, mimika, imo-ishora.*

**Abstract:** *This article provides a general understanding of emotions, which are part of a person's emotional and volitional characteristics, and information about the occurrence of emotional experiences under the influence of physical, physiological, and psychological factors. Examples of the different opinions, views, and theories put forward by many scientists are presented.*

**Keywords:** *Emotion, emotional factor, human emotion, animal emotion, facial expression, gesture.*

**Аннотация:** *В статье дается общее представление об эмоциях как части эмоционально-волевых свойств личности, а также информация о возникновении эмоциональных переживаний под влиянием физических, физиологических и психологических факторов. Приведены примеры различных мнений, взглядов и теорий, выдвинутых многими учеными.*

**Ключевые слова:** *Эмоция, эмоциональный фактор, эмоция человека, эмоция животного, выражение лица, жест.*

**KIRISH.** Bizga ma‘lumki, psixologiya alohida fan sifatida XIX asrning ikkinchi yarmida vujudga kelgan. Ammo bu ilgari psixologiya mavjud bo‘lmagan degani emas, ya‘ni bu fan dastlab falsafa va tibbiyot negizida yashagan. O‘sha davrlarda yashagan yunon faylasuflari Geraklit, Demokrit, Aflotun, Arastularning ta‘limotlari keyingi asrlarda psixologik g‘oyalarni rivojlanishida tayanch nuqta bo‘lib hisoblanadi. Jumladan, Aristotelning “Jon haqida” asari o‘sha davridayoq psixologiya maxsus fan sifatida maydonga kela boshlaganidan dalolat beradi. Mazkur davrlarda Sharqda ham ilk psixologik qarashlar yuzaga keldi. Sharqda psixologik qarashlarning paydo bo‘lishida buyuk Sharq mutafakkirlarining roli katta bo‘lgan. Ular orasida Al-Xorazmiy, Al-Forobiy, Abu Rayhon Beruniy, Abu Ali ibn Sino, Mirzo Ulug‘bek kabilar o‘zlarining inson psixikasi va yosh avlodni tarbiyalashga doir boy fikrlar va qarashlarini meros sifatida qoldirganlar. Ular orasida ayniqsa Abu Ali ibn Sinoning mantiq, metafizika, tabiiy fanlar, ayniqsa, tibbiyot haqidagi fikrlari o‘sha davr ilmiy taraqqiyotiga



katta hissa qo‘shgan. Har bir fanning o‘rganish predmeti bo‘lganidek, psixologiyaning ham predmeti mavjud. Psixologiyaning predmeti – psixika. Psixika bu professor V.M.Karimova fikricha tashqi olamni (ichki ruhiy olamni) ongli tarzda aks ettirishimizni, ya’ni bilishimiz, anglashimizni ta’minlaydi. Psixikaning namoyon bo‘lish shakllari mavjud bo‘lib, uni uch katta guruhga bo‘lishimiz mumkin: 1. Bilish jarayonlari; 2. Shaxsning hissiy-irodaviy sohalari; 3. Shaxsning individual xususiyatlari. Bugungi mavzumiz bo‘lgan “emotsiya” tushunchasi psixikaning namoyon bo‘lishidagi ikkinchi shakli hisoblangan shaxsning hissiy-irodaviy sohalari tarkibiga kiradi. Emotsiya - shaxsning voqelikka o‘z munosabatini his qilishidan kelib chiqadigan, uning ehtiyoj va qiziqishlari bilan bog‘liq bo‘lgan yoqimli yoki yoqimsiz kechinmalaridir<sup>17</sup>. Hissiyotga tez beriladigan kishilarda bu jarayon yaqqol namoyon bo‘ladi.

**ASOSIY QISM.** Psixologiyaga oid adabiyotlarda emotsiya hissiyot tushunchasi bilan yonma-yon keladi. Hissiyot odamda sodir bo‘layotgan hodisa va narsalardan shaxs sifatidagi odam uchun ahamiyatli bo‘lganlari haqida darak beruvchi signallar tizimi hisoblanadi. Emotsiya esa odatda tashqi alomatlari yaqqol namoyon bo‘ladigan his-tuyg‘ularni, ichki kechinmalarni ifodalashidan iborat psixik jarayonni yuzaga kelishi hisoblanadi. Odam his-tuyg‘ulari bilan hayvon hissiyotlari o‘rtasida juda katta farq bo‘ladi. Odamda juda ko‘p miqdorda his-tuyg‘ular borki, bunday hissiyotlar hayvonlarda uchramaydi. Shuning uchun ham odam ham hayvon uchun umumiy bo‘lgan g‘azablanish, qo‘rqish, jinsiy hissiyot, qiziquvchanlik, xursandchilik, g‘amginlik emotsiyalari hayvonlarda sifat jihatidan farq qiladi. Chunki akademik I.V.Pavlovning fikricha, odamning butun a’zoyi badanida bo‘ladigan har qanday hodisalarning hammasini bosh miya po‘sti qismidagi neyronlar idora qiladi. Kishining emotsional kechinmalari vaqtida nutqining tezligi o‘zgaradi. Ko‘pincha nutqning sintaksis tuzilishi buziladi, tezligi va ahamiyati o‘zgaradi. Turli emotsional holatlarda nafas olishning o‘zgarishi ham turlicha bo‘ladi:

- a) xursandlikda nafas olish bir minutiga 17 marta;
- b) faol xafalikda 9 marta;
- v) qo‘rqishda 64 marta;
- d) jahl chiqqanda 40 marta<sup>18</sup>.

O‘tkazilgan tekshirishlar shuni ko‘rsatadiki, g‘amginlik va ma’yuslik hislarini ifodalovchi kishining ovozi beixtiyor pasayib ketadi, so‘zlashgan kishining tovushi ham bo‘linib -bo‘linib chiqadi. Masalan, imtihon jarayoni boshlangan vaqtda qo‘rquv hissining kuchayishi natijasida inson nafas olib-chiqarishi tezlashadi, qo‘llari terlay boshlaydi. Imtihonga bir necha soat qolganda ovqatlanganda inson to‘yish hissini his qilmaydi, yoki to‘yganini sezmay ko‘p ovqat

---

<sup>17</sup> Eshquvvatov T. Umumiy psixologiya. Katta qo‘rg‘on-2024.

<sup>18</sup> Xaydarov F. Xalilova N. Umumiy psixologiya. Toshkent -2009.





## TANQIDIY NAZAR, TAHLILIIY TAFAKKUR VA INNOVATSION G‘OYALAR



yeb qo‘yadi, yoki behuzur bo‘lib tanavvul qilmaslikni tanlaydi. Hissiy kechinmalar emotsional tus olganda inson qiyofasida ham o‘zgarishlar ro‘y beradi. Masalan, kishi jahli chiqqanda rangi qizaradi, ko‘z qorachiqalari kengayadi, lablari titrashi yoki u yoqdan bu yoqqa tez-tez yurib harakatlanishi kuzatiladi. Ajablangan va qandaydir tushunib bo‘lmaydigan, hayratda qoldiradigan emotsiyalarga berilib qolgan odam o‘zining bilish ehtiyojlarini qondirishga intiladi. Haqiqatni izlash shubhalanish hissi bilan bir vaqtda amalga oshishi mumkin. Misol tariqasida yana imtihon jarayonini olaylik: to‘g‘ri javobda ikkilanish o‘quvchida shubha hissini uyg‘otadi. Shu shubha natijasida psixikaning bilish jarayoni – xotira ishga solinadi. Hissiy zo‘riqishlar esa xotirani susayishiga sabab bo‘ladi. O‘smirlik yoshida, taxminan 13—14 yoshlarda, bolalarni emotsional kechinmalarida katta o‘zgarishlar boshlanadi. Shu yoshdagi bolalarda ta‘lim ta‘siri ostida abstrakt-mantiqiy va tanqidiy tafakkur ancha o‘sadi. O‘smirlar dunyoqarashlari bilan bog‘liq bo‘lgan masalalar bilan qiziq boshlaydilar, ularning kamalak va yoshlar ittifoqida ishtirok etishlari bunday qiziqishlarning o‘shishiga ko‘p jihatdan yordam beradi. Mana shularning hammasi xilma-xil intellektual va axloqiy hislarni o‘shishi uchun manba bo‘lib qoladi. O‘smirlarda xayol kuchli ravishda o‘sadi. Hislarning o‘zi xayolning o‘shishiga yordam beradi va xayolning o‘zi ham xilma-xil chuqur emotsional kechinmalarning manbayi bo‘lib qoladi<sup>19</sup>. Demak, emotsional kechinmalar bevosita yosh davrlar psixologiyasi bilan ham bog‘liq ekan.

**XULOSA.** Ko‘rib chiqilgan misollar natijasida bilishimiz mumkinki, insonning hissiy kechinmalari hayvonlar hissiyotlaridan tafakkur qila olishi, yuksak hislarga ega ekanligi bilan ajralib turadi. Agar odamning jamiyatdagi xatti-harakatlari axloq normalariga mutlaqo zid bo‘lsa, odam vijdon azobiga uchraydi. Vijdon azobi murakkab hissiy holatdir. Xulosa shuki, insonning vijdoni, tafakkuri, estetik va intellektual hislari bo‘lmasa, go‘yoki hayvon tengiga tushib qoladi. Muomala madaniyatida ham ijtimoiy muhitda, albatta, shaxsning yosh davriga e‘tibor qaratgan holda yondashish munosabatlardagi tushunmovchiliklarni oldini olishga yordam beradi. Hissiyotlarga zo‘r berish oqibatida kelib chiqadigan stress, affekt, depressiya, gollyutsinatsiya hodisalari ham faqat insonga xos holatlar hisoblanadi. Bunday salbiy bo‘yoqdorlikka ega bo‘lgan psixik jarayonlar nafaqat noxush vaziyatlar orqali, balki, juda kuchli hayajon va xursandchiliklar ortidan yuz berish holatlarini ham ko‘rishimiz mumkin. Demak, inson emotsiyalarini chegaralashi, ularni ong orqali boshqarishi, har qanday vaziyatda ongli harakati uning ruhiy holatini me‘yorda bo‘lishini ta‘minlaydi.

---

<sup>19</sup> Nishanova Z. va boshqalar. Rivojlanish psixologiyasi. Pedagogik psixologiya. “O‘zbekiston faylasuflari milliy jamiyati” nashriyoti Toshkent - 2018



## **TANQIDIY NAZAR, TAHLILY TAFAKKUR VA INNOVATSION G'UYALAR**



### **FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR**

1. Eshquvvatov T. Umumiy psixologiya. Kattaqo'rg'on-2024
2. Fayziyeva U. Jumayev N. Umumiy psixologiya. Buxoro – 2021
3. Xaydarov F. Xalilova N. Umumiy psixologiya. Toshkent -2009
4. Nishanova Z. va boshqalar. Rivojlanish psixologiyasi. Pedagogik psixologiya. "O'zbekiston faylasuflari milliy jamiyati" nashriyoti Toshkent - 2018

