

YUZ IFODASI ORQALI EMOTSIYALARNI TASHXIS ETISH

Panjiyeva Nargiza Botirovna

Termiz davlat universiteti Psixologiya ta'lim yo'nalishi talabasi

Annotasiya: Mazkur maqolada fizioginomika va inson yuz ifodalarining emotsional holat bilan uzviy bog'liqligi yoritilgan. Yuz ifodalarining psixologik mazmuni, uning mimika va ko'z harakati orqali namoyon bo'lishi tahlil qilingan. Shuningdek, emotsiyalarning fiziologik asoslari va ularni aniqlashda psixofiziologik yondashuvlar bayon etilgan.

Kalit so'zlar: Fizioginomika, yuz ifodasi, emosiya, dinamik stereotip, xulq-atvor, azoblanish, rohatlanish

Аннотация: В данной статье исследуется тесная связь физиогномики и выражений лица человека с эмоциональными состояниями. Психологическое содержание выражений лица, выявляемое через мимику и движения глаз, анализируется. Кроме того, статья описывает физиологические основы эмоций и психофизиологические методы их определения.

Ключевые слова: Физиогномика, выражение лица, эмоция, динамический стереотип, поведение, страдание, удовольствие.

Annotation: This article explores the close connection between physiognomy and human facial expressions with emotional states. The psychological content of facial expressions, revealed through mimicry and eye movements, is analyzed. Additionally, the article outlines the physiological basis of emotions and psychophysiological methods for their identification.

Keywords: Physiognomy, facial expression, emotion, dynamic stereotype, behavior, suffering, pleasure

Kirish. Insoniyat paydo bo'libdiki, emotsiyasiyalarni fiziologik holat bilan umumiy bog'langan holda mimika ifodalarida paydo qiladi. Xulq-atvor insonning emotsional holati uning fiziologik va psixologik faoliyatining ajralmas qismi hisoblanadi. Harakat muloqoti (tana tili) - bu ko'z bilan aloqa qilish, yuz ifodalari, imo-ishoralar va gavgdani tutish kabi og'zaki bo'lmagan muloqot orqali xabarlar yoki signallarni uzatish. U ijtimoiy belgilar, harakat, ikki inson o'rtasidagi masofa va jismoniy muhit, tashqi ko'rinish, teginish va tovush erkinligidan foydalanishni o'z ichiga oladi.²⁷ Emotsiyalar odatda mimika, tana tili, ovoz tembri kabi tashqi belgilar orqali namoyon bo'ladi. Ulardan eng ishonchlisi - bu yuz ifodasi, chunki u ko'pincha ongli ravishda boshqarilmaydi va ichki kechinmalarni bevosita aks

²⁷ Encyclopedia of Communication Theory. 2009. [doi: 10.4135/9781412959384.n262](https://doi.org/10.4135/9781412959384.n262). ISBN 9781412959377

ettiradi, yani inson qalbi uning tashqi ko'rinishida namoyon bo'ladi. Shu bois, yuz ifodasini o'rganish psixodiagnostikaning muhim yo'nalishlaridan biri bo'lib, psixoterapiya, klinik psixologiya, kriminologiya va kommunikatsiya tadqiqotlarida keng qo'llaniladi.

Harakat muloqotini o'rganish 1872-yilda Charliz Darvinning "The Expression of the Emotions in Man and Animals by Charles Darwin". (Odam va hayvonlardagi his-tuyg'ularning ifodasi) nashr etilishi bilan boshlangan. Darvin og'zaki bo'lmagan muloqotni o'rganishni boshlaganiga sabab - u sherlar, yo'lbarslar, itlar va boshqa hayvonlarning o'zaro ta'sirini ko'radi, shu orqali ular imo-ishoralar, ifodalar orqali ham muloqot to'g'risidagi fikrni olg'a suradi. Shu bois, u birinchilardan bo'lib bu o'rganishni boshlab berdi.²⁸ Qadimda yuzni o'qish san'ati ming yillar ilgari Sariq imperator davrida paydo bo'lgan bo'lib, u kasalliklarni tashxislash uchun Sharq tabiblari tomonidan qo'llanilgan. Fizioginomika yoki fizioginomiya qalb ko'zgusi sifatida yuz haqidagi tasavvurlarni ilgari surgan va Xitoyda paydo bo'lgan. Fiziognomiya inson yuzining xarakterli xususiyatlari va ifodasini anglatadi. Shuningdek yuz ifodasi insonning ichki kechilmalarini ham o'zida aks ettiradi. Inson nimani his qilayotgani, qanday qiyinchilik davrlarini boshdan kechirayotganini anglash yuz ifodasi orqali unchalik muammo keltirmaydi. Nafaqat ichki qiyofasini, balki tashqi qiyofasini ham mutloqa namoyon etib turadi. Asosan yuz ifodasi orqali turli xil jinoyatchilar ham aniqlanadi. Ularda yuz ifodasi shunchalik yaxshi shakllanganki, shuning uchun to'g'ridan-to'g'ri aniqlash ba'zida imkonsiz.

Yuz shakli meros bo'lib, u genetik xususiyatlarni aks ettiradi va konstitutsiyaviy xususiyatlar majmuasining bir qismi hisoblanadi. Hissiyotlarni ifodalash uchun zarur bo'lgan barcha yuz muskullari homila hayotning 15-18-haftasiga kelib shakllanadi. Embriionning 20-haftasiga esa yuz reaksiyalarini kuzatish mumkin. Bola tug'ilgan vaqtga kelib, yuz ifodasi mexanizmi allaqachon to'liq shakllangan bo'ladi va muloqotda ishlatilishi ham mumkin. Yuz ifodalarining tug'ma tabiati uning ko'r chaqaloqlarda yoshga to'lishi bilan yuz mushaklarining reaktivligi ko'r bolada yo'qoladi. Insonda nutq, idrok, kasallik, kasb, iqlim, moddiylik, ijtimoiylik, oila yuz ifodasini sezilarli darajada o'zgartira oladi.

Yuz uch zonaga-yuqori, o'rta va pastki zonalarga bo'linadi. Yuqori qism - intellektual qism deb ataladi, u butun peshonani egallaydi, soch chizig'idan boshlanadi va qosh chizig'i bilan tugaydi. Peshonaning kattaligi va shakli aqliy faoliyatni va hayotni haqiqiy tus hunishni belgilaydi. Jaloliddin Davoniy o'z qarashlarida peshona katta kichikligi bilan aqliy qobiliyatlarni o'rgangan. O'rta qism - hissiy qism deb ataladi, u burun uchidan qoshlargacha bo'lgan oraliqni o'z ichiga oladi. Yuzning o'rta qismi, ya'ni burun uzunligi teng bo'lib

²⁸ The Expression of the Emotions in Man and Animals. AMS Pres, 1972.

hisoblanadi. Unda sezgirlik darajasi, ma'naviy tubanlik va ichki mazmun aks etadi. Yuzning pastki qismi – hayotiy qism deb ataladi hamda burun teshiklari liniyasi, lablar, jag'lardan iborat bo'lib, zavq, aktiv, passiv, instinktlari, uning sevgi energiyalariga javob beradi. Yuzning asosiy yuz sohasi ko'z maydoni hisoblanadi. Uning ifodaliligi uchta asosiy muskulning qisqarishidan kelib chiqadi: ensa muskulning oldingi qorinchasi, qoshni burishtiruvchi muskul va dumaloq ko'z muskulining yuqori qismi, ya'ni qosh muskuli. Bu mushaklarning ishi ko'zni yumishni, ularni ochishni va qoshlar va qovoqlarning holatini modellashtirishni ta'minlaydi. Bu yerda yuz ifodalarining funksional zaxirasi juda katta: kuchli irodani ifodalashdan to chalkashlik va chigallikkacha ko'z ma'lumot beradi. Said Ahmadning Ufq trilogiyasi "Qochoq" asarida ta'riflanadigan bosh qahramonlardan biri Tursunboy urushga borishdan qochib, qamishzorlar orasida yashirinib yurganda, uning otasi ko'rib qoladi, lekin Tursunboy tanib bo'lmas darajada o'zgargan bo'ladi. Qahramonning otasi birgina tana a'zosi, ya'ni ko'zi orqali tanib oladi, chunki ko'z qandaydir tashqi ta'sirlar natijasini hisobga olmaganida o'zgaras tana a'zosi bo'lib hisoblanadi. Ko'zlar harakati bilan biz qayg'u, zavq, g'azab, hamdardlik, majburlikni o'qishingiz mumkin.

Emotsiyalarning fiziologik ko'rsatkichlari va tashxisi.

Hissiyotlarning fiziologik ko'rsatkichlari va diagnostikasi. O.V.Ovchinnikova va N.I.Nayenko hissiy kuchlanishni o'lchash uchun barmoqlardagi teri haroratining ko'rsatkichlarini tashxis qilishgan. Barmoqlarning harorati, ularning nuqtai nazaridan, hissiy stressni operatsiyadan farqlash imkonini beradi: birinchi harorat pasaytiriladi, ikkinchisi - ortadi.

Psixofiziolog olimlarning ma'lumotlariga qaraganda, miyaning muayyan joylaridan elektrod yordamida biotoklarni yozib olishning ko'rsatishicha, sut emizuvchilarning gipotalamuslarida ham "rohatlanish", ham "azoblanish" markazlari mavjud ekan. Tajribada "rohatlanish" markazi qo'zg'atilganda yoqimli hislar uyg'ongan, elektr toki bilan "azoblanish" markazi qo'zg'atilganda esa hayvonlar qaltirab, o'zini har tomonga tashlagan. Keyinchalik sut emizuvchilar azoblantiruvchi emosiyadan qochishga harakat qilganlar. Yuqorida ta'kidlanganidek, ijobiy va salbiy his-tuyg'ularning markazlari bosh miyaning boshqa bo'limlarida joylashganligiga qaramay, shartli ravishdagi rohatlanish va azoblanish markazlari ham mavjud bo'lib emotsiyalar bir-biriga yaqin masofada faoliyat ko'rsatadilar.

Ma'lumotlarning ko'rsatishicha, "azoblanish" va "rohatlanish" markazlari miyaning turli bo'limlariga joylashsa-da, lekin ular yagona tizim bilan boshqariladi. Ta'kidlab o'tilgan mulohazalar emotsiyalar juft hamda qarama-qarshi xususiyatga ega ekanligidan dalolat bermoqda. Shuning uchun har qaysi emotsiya qarama-qarshi turkumiga ega deb qat'iy

ishonch bilan aytilish mumkin. Jumladan, sevgi-nafrat, yoqimli-yoqimsiz, xotirjamlik-bezovtalanish, mas’uliyatlik-loqaydlik.

I.P. Pavlov o‘sha davrdayoq, emotsiyalarning juftligini va qarama-qarshiligini tushuntirgan. Pavlov “Dinamik stereotip”ni hosil qilgandan keyin oliy nerv faoliyatida uni buzilish salbiy kechishi uchun negiz bo‘ladi. Ya’ni dinamik stereotip buzilsa keyin ijobiy his tuyg‘ularni namoyon qiladi deb tushuntiradi.

I.P. Pavlov, Ch. Sherrington, P.K. Anoxin, N. A. Bernshteyn, Ye. N. Sokolov, T.V. Simonov, D. Lindsley, R.U. Liper va boshqalarning tadqiqotlarida ko‘rsatilishicha, bosh miya markazini shartli reflekslar qo‘zg‘aganda mustahkam omillar paydo bo‘ladi va bu inson xatti – harakatlarining stereotiplar negizini hosil qiluvchi muvaqqat bog‘lanishlarga asoslanadi.^[3]

ElPaso (AQSH) universiteti olimlari odamning o‘ziga bo‘lgan ishonchini aniqlash uchun so‘zlovchining iboralarni ifodalashiga qarab quyidagi tahlillarni keltirib o‘tgan, ya’ni nutqni bayon etishning ishonch darajasi, notiq qanday ishonch bilan talaffuz qilishiga qarab nutqini tahlil qilish ustida tadqiqot o‘tkazgan.

So‘zlovchining o‘ziga bo‘lgan ishonch darajasini ovoz toni va balandligiga qarab aniqlanadi.

- baland ovoz – shijoatli, xursandchilik, qiziquvchanlik belgisi;
- baland, kuchli diapazon (tebranish), ohangdor, jarangli - qo‘rquv, g‘azab;
- juda baland, chiyilloq-jonsarak, xavotirli;
- duduqlanish-tashvishli yoki yolg‘on, noaniqlik va hokazolarga ko‘ra talqin etildi.

Yuqoridagi bir qator fikrlarning tasnifida emotsiyalarning fiziologik asoslari, yuz ifodasi va harakat muloqoti orqali namoyon bo‘lishi, inson xulq-atvorini anglashda muhim omil ekanligi yoritildi. Insonning ichki kechinmalari ko‘pincha so‘zdan ko‘ra tezroq va aniqroq tarzda yuz ifodasi, ko‘z harakati hamda ovoz ohangi orqali namoyon bo‘ladi. Shu sababli mimika va tana tilini tahlil qilish shaxsning ruhiy holati, ijtimoiy munosabati va qadriyatlar tizimini tushunishda muhim ilmiy ahamiyatga ega. O‘zbek xalqining tarixiy taraqqiyoti va etnik psixologiyasida oila jamiyatning asosiy tayanchi sifatida shakllangan. Bu qadriyat avloddan avlodga nafaqat tarbiya orqali, balki kundalik muloqot, xulq-atvor va emotsional munosabatlar orqali uzatiladi. Yoshlarning oilaga bo‘lgan munosabati ularning ota-onaga murojaat uslubi, yuz ifodasi, ovozda muloyimlik yoki qat’iyat orqali yaqqol seziladi. Zamonaviy ijtimoiy jarayonlar ong yoshlarning dunyoqarashiga ta’sir ko‘rsatayotgan bo‘lsa-da, emotsional reaksiyalar va psixologik ehtiyojlar milliy asoslardan uzilmagan. Oila yoshlar uchun ijtimoiy majburiyatdan ko‘ra ko‘proq ma’naviy tayanch, emotsional barqarorlik va shaxsiy mas’uliyat manbai bo‘lib qolmoqda. Shunday ekan, yoshlarning oilaga munosabatini o‘rganish, ularning xulq-atvori, emotsional holati va ijtimoiy moslashuvini anglashda muhim ilmiy va amaliy ahamiyat kasb etishini nazarda tutdik.

Xulosa o'rnida ta'kidlab o'tadigan bo'lsak, yuz holati, mimika, ovoz tembri hamda ko'z qarashlar orqali insonning psixologifizologik holatini aniqlash psixologlar uchun yengillik yaratadi, desak mubolag'a bo'lmaydi. Yuqoridagi birliklarning umuman olganda, jamiyatda, oilada, do'stlar davrasida roli nihoyatda katta. Bundan tashqari, yuz ifodalari muloqotda ko'p madaniyatlararo farqlarni ko'rsatadi. Har bir madaniyatda yuz ifodalari va ularni talqin qilish usullari o'ziga xos xususiyatlarga ega. Shu bilan birga, odamlar orasida yuz ifodalarini tushunish qobiliyati biologik asosga ega bo'lsa-da, madaniy o'rganishlar va ijtimoiy tajribalar bu qobiliyatni shakllantiradi va o'zgartiradi. Maqolaning yana bir muhim xulosasi shuki, yuz ifodalari faqatgina insonlarning hissiy holatini aks ettirmay, balki ijtimoiy va psixologik kontekstda ham muhim rol o'ynaydi. Yuzdagi ifodalar yordamida odamlar bir-birining fikrlarini, niyatlarini va maqsadlarini sezishlari mumkin, bu esa samarali muloqot va ishonchli aloqalarni o'rnatish uchun zarur. Yuz ifodalari nafaqat insonlar o'rtasidagi kommunikatsiyani yaxshilashda, balki insonning ichki dunyosini tushunishda va hissiy holatlarni aniqlashda muhim rol o'ynaydi. Bu ifodalar, madaniyatlararo farqlarni inobatga olib, bizni bir-birimizni yanada yaxshi tushunishga imkon beradi. Yuz ifodalari insonning ichki hissiyotlarini tashqi ko'rinishda ifodalashning eng aniq va tezkor vositalaridan biridir. Ular orqali quvonch, g'azab, qo'rquv, xijolat kabi turli hissiyotlar ko'rsatiladi va boshqalar tomonidan tezda tushuniladi. Yuz ifodalari ijtimoiy muloqotda muhim rol o'ynaydi, chunki ular odamlar o'rtasidagi aloqalar, ishonch va munosabatlarni shakllantirishga yordam beradi.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR:

1. Barrett, L. F., & Russell, J. A. (2015). "The psychological construction of emotion." *Psychological Science*, 26(7), 1027-1035.
2. Encyclopedia of Communication Theory. 2009. [doi:10.4135/9781412959384.n262](https://doi.org/10.4135/9781412959384.n262). ISBN 9781412959377.
3. Hess, U., & Hareli, S. (2015). "The social functions of emotion expression." In *Handbook of social psychology* (pp. 398-428). —
4. The Expression of the Emotions in Man and Animals. AMS Pres, 1972.
5. Karamyan M.X., Nurullaeva B.B., Bondareva E.V., Djumaniyazova M.X., Gazieva F.E. Eksperimental psixologiya. [Matn]: darslik. Toshkent: Bookmany print, 2023. 482 b.
6. Xolmatova N. J. (2012). "Inson psixologiyasi va hissiyotlar"
7. Shodmonov M. (2015). "Ijtimoiy psixologiya: Muloqot va hissiyotlar"