

**HISSIYOT VA IRODA — SHAXS FAOLIYATINING ASOSIY OMILLARI****Xolmurotova Shoxista Mirzaliyeva***Termiz iqtisodiyot va Servis Universiteti**Pedagogika va Ijtimoiy gumanitar fanlar fakulteti katta o'qituvchi***Bozorov Shoxrux***Psixologiya yo'nalishi talabasi*

Annotatsiya: *Ushbu mavzuda shaxs faoliyatining muhim omillari hisoblangan hissiyot va irodaning mazmun-mohiyati, ularning o'zaro bog'liqligi hamda inson hayotidagi o'rni yoritiladi. Hissiyot insonning ichki va tashqi ta'sirlarga bo'lgan munosabatini ifodalab, uning ruhiy holatini belgilaydi. Iroda esa shaxsning o'z oldiga qo'ygan maqsadlariga erishishda uchraydigan qiyinchiliklarni yengib o'tish qobiliyatini namoyon etadi. Mazkur mavzu doirasida hissiyot va irodaning inson xulq-atvori, qaror qabul qilish jarayoni hamda faoliyat samaradorligiga ta'siri tahlil qilinadi. Shuningdek, ularni rivojlantirish yo'llari va ahamiyati haqida fikr yuritiladi.*

Kalit so'zlar: *hissiyot, iroda, shaxs, faoliyat, ruhiy holat, motiv, maqsad, qaror qabul qilish, xulq-atvor, psixologiya.*

Hissiyot tushunchasiga adabiyotlarda turlicha ta'riflar uchraydi jumladan; A.V.Petrovskiy tahriri ostida chiqqan "Umumiy psixologiya" darsligida hissiyot - kishining o'z hayotida nimalar yuz berayotganiga, nimalarni bilib olayotganiga yoki nima bilan mashg'ul bo'layotganiga nisbatan o'zicha turli xil shaklda bildiradigan kichik munosabatdir. M.Vohidovning "Bolalar psixologiyasi" o'quv qo'llanmasida hissiyot deb - tashqi olamdagi narsa va hodisalarga bo'lgan ichki kechinmalarimizning ongimizda aks ettirilishga aytiladi. Q.Turg'unov muallifligidagi lug'atda hissiyot-shaxsning voqelikdagi narsa va hodisalarga, kishilarga hamda o'z-o'ziga bo'lgan munosabatlarida kelib chiqadigan yoqimli yoki yoqimsiz kechinmalardan iborat. Professor E.G'oziev muallifligidagi "Umumiy psixologiya" darsligida hissiyot-odamda, tirik mavjudotlar miyasida, ya'ni shaxslarning ehtiyojlarini qondiruvchi va unga monelik qiluvchi ob'ektlarga nisbatan uning munosabatlarini aks ettirish ma'nosida qo'llaniladi.

Adabiyotlarda hissiyot bilan birga emotsiya tushunchasi ham keng doirada qo'llaniladi. Aynan emotsiya tushunchasining mazmuni nimadan iborat va hissiyot tushunchasi bilan o'zaro bog'liqligi qanday degan savol tug'iladi? Shunga muvofiq emotsiya tushunchasining mazmun mohiyatini yoritadigan bo'lsak; jumladan professor E.G.'G'ozievning "Umumiy psixologiya" darsligida emotsiya-odatda tashqi alomatlarini yaqqol namoyon bo'ladigan his-tuyg'ulami, ichki kechinmalarni ifodalashidan iborat psixik jarayonni yuzaga kelishining aniq shaklidir, deb ta'riflanadi. Hissiyotlar o'zining yuzaga kelishi nuqtai nazaridan odamning ehtiyojlari, qiziqishlari va intilishlari bilan



bog'liq bo'ladi. Masalan, odamning organik ehtiyojlarini qondirishi bilan bog'liq bo'lgan hissiyotlar odamda rohatlanish, qanoatlanish tuyg'usini yuzaga keltiradi. Organik hissiyotlarni qondira olmaslik odamning ruhini tushirib, kayfiyatini buzib, azoblanish, toqatsizlanish hissigacha sabab bo'ladi.

Ixtiyoriy harakatlar iroda bilan bog'liq bo'lgan harakatlardir. Ixtiyoriy harakatlar oldindan belgilangan maqsad asosida to'la ongli ravishda amalga oshiriladigan harakatlardir. Lekin ixtiyoriy harakat deganda, faqat jismoniy harakatlar emas, balki, aqliy harakatlar ham tushuniladi. Shunday qilib, iroda tushunchasiga nisbatan adabiyotlarda turlicha ta'riflar uchraydi. Jumladan, A.V.Petrovskiy darsligida iroda - bu kishining o'z oldiga qo'ygan maqsadlariga erishishida kutubxonasi qiyinchiliklarni yengib o'tishga qaratilgan faoliyati va xulq-atvorini ongli ravishda tashkil qilishi va o'z-o'zini boshqarishi demakdir. deb ta'riflanadi. Q.Turg'unov muallifligidagi lug'atda ta'riflanishicha, iroda - shaxsning ongli harakatlarida, o'zo'zini bilishida ifodalanadigan, ayniqsa maqsadga erishish yo'lida uchraydigan jismoniy va ruhiy qiyinchiliklarni yengib chiqishda namoyon bo'ladigan ixtiyoriy faolligidir. M.Vohidov fikricha, iroda deganda biz oldindan belgilagan, qat'iy bir maqsad asosida amalga oshiriladigan va ayrim qiyinchiliklarni, to'siqlarni yengish bilan bog'liq bo'lgan harakatlarni tushunamiz. Professor E.G'.G'ozievning "Umumiy psixologiya" darsligida iroda-bu tashqi va ichki qiyinchiliklarni yengishni talab qiladigan qiliqlarni va harakatlarni inson tomonidan ongli boshqarilishidir, deb keltiriladi. Umuman olganda iroda shaxs faolligining ko'rinishi hisoblanadi. Shu bois uning yuzaga kelishi bir qator harakatlarni amalga oshirilishi bilan izohlanadi. Odamning irodaviy harakati to'la-to'kis determinizmga, ya'ni sababiy bog'lanish qonuniga bo'ysunadi. Shu bilan birga irodaviy faoliyatning bevosita sabablari sharoitida irodaviy harakatlarni belgilab beradigan turli-tuman hayotiy sharoitlar bo'iishi mumkin. Odamning irodaviy faoliyati ob'ektiv jihatdan bog'langandir. Irodaviy faoliyatning muhim xususiyatlaridan biri, irodaviy harakatlarni odam hamma vaqt shaxs sifatida amalga oshiradi.

Odamda uchraydigan yuksak ma'naviy hissiyotlar ham o'zining nerv-fiziologik asosiga ega bo'iishi kerak (chunonchi intellektual, ahloqiy, estetik hissiyotlar). Bu jihatdan akademik I.P.Pavlovning dinamik streotip haqidagi ta'limoti juda katta ahamiyatga egadir. Bu haqda akademik I.P.Pavlov shunday deb yozgan edi: "Menimcha, ko'pincha odatdagi turmush tartibining o'zgargan paytlarida odat bo'lib, qolgan birorta mashg'ulot yaqin kishidan judo bo'lganda, aqliy iztirob chog'ida kechiriladigan og'ir hissiyotlarning fiziologik asosi xuddi esd dinamik streotipning o'zgarishi, uning yo'qolishi va yangi dinamik streotipning qat'iylik bilan hosil bo'lishidan iborat bo'lsa kerak". Ayrim murakkab hissiyotlarning asosida dinamik streotipning yotishi yaqqol ko'rinadi. Masalan, estetik hissiyotni oladigan bo'lsak, biron yoqimli ko'ydan lazzatlanish, yoki biron mashhur rassomning ishlagan ajoyib suratlarini tomosha qilib, rohatlanish estetik hissiyot hisoblanadi. Stress ayrim odamlarda yengil kechadi, ayrim odamlarda jiddiyroq, qiyinroq o'tadi. Bunga asosiy



sabab quyidagilar deb belgilanadi: uning hosil bo'lishi stressli vaziyatga qay darajada munosabatda bo'lishimizga va bu holatni baholashimizga va u bilan kurashishimizga bog'liqdir. Masalan, optimist odamlar stress holatini taqdiming bir sinovi deb qabul qilsa, pessimist odamlar uning hayotiga xavf-xatar tug'ildi, deb qabul qilar ekanlar. Pessimistlarda xavotirlanish darajasi yuqori bo'ladi va ular vaqtida ovqatlanmasalar ham stress holatiga tushib qolaveradilar. Psixologlar Maykl Shayer va Marlz Karver fikricha, optimist inson eng og'ir. qiyin vaziyatda ham yaxshi deb oldinga intiladi, o'z organizmida stress moslashib olishiga yo'l qo'ymaydi. Umuman olganda stress atamasi XX-asming 40-yillariga kelib ommaviylashgan. Bunga sabab stress holatini to'g'ri tushunish va undan himoyalaniшни o'rganish, chunki stress turli salbiy munosabatlar natijasida vujudga kelishi mumkin.

Psixologiya fanida irodaga indeterm inistik qarash ham mavjud bo'lib, bunda psixik faoliyat biror narsa bilan belgilab bo'lmaydigan, ongsiz ravishda kechadigan dastlabki faollikka tobe hisoblanadi. AQSH lik psixolog U.Jem sning fikricha, hech narsaga bog'liqligi yo'q irodaviy hukm yetakchi okrin tutadi. Aslida esa shaxsning ish amallari, harakatlari, hayoti va faoliyati obyektiv ravishda belgilanadi. O'zida irodaviy harakatlarni mujassamlashtirgan motivlar shaxsning hozirgi davri va o'tm ishida joy egallagan tashqi ta'sirlar natijasi sifatida insonni psixik rivojlanish jarayonida, uning borliq hodisalariga faol munosabatida yuzaga chiqadi va asta-sekin tarkib topadi. Irodaviy harakatlarning sababiy bog'langanligi om ili, bu muayyan faoliyat usuli shaxsga majburan berilganini, shaxsiy xulq-atvori uchun javobgar em asligini, taqdiri azal deb tushuntirish huquqiga ega ekanligini anglatmaydi. Irodaviy faoliyatni uning batamom oqibatlar uchun shaxs subyekt sifatida am alga oshiradi. Faoliyat uchun obyektning o'ziga m as'ul hisoblanadi, vaholanki uning maqsadi doirasidan tashqari chiqadi. Subyekt m uruvvat ko'rsatarkan, boshqacha tarzda yordam uyushtiradi, muammolarni hal qilishga ko'maklashadi. Irodaviy harakat insonning miyasida tug'iladigan maqsadga erishish tufayligina amaliyotga tatbiq etiladi.

Shaxs ma'lum bir faoiyatni amalga oshirgunicha o'zruhiy olam ida yuzaga kelgan ayrim subyektiv („Men bilan“, „Men emas“ qabilidagi) qarshiliklarni yengishdan tashqari, unga muayyan tashqi ziddiyatlarni ham bartaraf etishga to'kg'ri keladi. Aytaylik, inson ro'yobga chiqarishi zarur bolgan aniq maqsadini amalga oshirishga hech qanday shak-shubha bo'lmasa, sh un ingdek, qarorga kclishda kuchsiz motivlar kurashi davom etsa-da, lekin qarorni ijro qilishda ba'zi bir qiyinchiliklar tug'ilishi mumkun. Psixologiyada motivlashtirishning uch turi mavjudligi ta'kidlanadi. Ular quyidagilardan iborat: 1. Shaxsning chtiyojlarini qondirish bilan shartlangan, uni faoliyatga undovchi tarzda vujudga keluvchi motiv sifatidagi motivlashtirish. Mazkur holatda motivlashtirish faollik nima sababdan vujudga kelishini, shaxsning faoliyatni amalga oshirishga undovchi ehtiyojlar m ohiyatini tahlil qilishiga xizmat qiladi. 2. Motivlashtirish faollik nimalarga yo'naltirilganligini, nega aynan shunday xulq-atvor tanlanganligini, nima uchun boshqasiga e'tibor bcrilmaganligini asoslashga qaratiladi.



3. M otivlashtirish — bu inson axloqi va faoliyatini o'zi boshqaruvchi vosita sifatida nam oyon bo'lishidir. Ushbu vositalar tarkibiga em otsiyalar, xohishlar, tilaklar, qiziqishlar, mayl va boshqalar kiradi. Masalan, em otsiyada insoniy fe'l-atvorning shaxsiy aks ettirish mohiyati baholanadi, binobarin, uning tub maqsadi faoliyat tuzilishiga mos tushmay qolsa, unday holda his-tuyg'ular uning yo'nalishini o'zgartiradi. Oqibatda fe'l-atvor harakatlari fikran qayta quriladi.

F. M. Yakobson bo'lsa, irodaning muhim sifatlarini mustaqillik, qat'iyatlilik, tirishqoqlik, o'zini uddalashga ajratadi. A.I.Sherbakov insonda nam oyon bo'ladigan irodaviy sifatlar sirasiga mana bularni kiritadi: sobitqadamlik va tashabbuskorlik, uyushganlik va intizomlilik, urinchoqlik, tirishqoqlik, dadiilik, qat'iyatlilik, chidamlilik, botirlik va jasoratlilik.

Xulosa: Xulosa qilib aytganda, hissiyot va iroda shaxs faoliyatining eng muhim va ajralmas omillaridan biri hisoblanadi. Hissiyot insonning atrof-muhitga, voqea-hodisalarga hamda o'z faoliyatiga bo'lgan munosabatini ifodalaydi. U insonning ichki kechinmalari, ruhiy holati va kayfiyatini belgilab, uning xulq-atvori va qarorlariga bevosita ta'sir ko'rsatadi. Ijobiy hissiyotlar insonni faol, tashabbuskor va ijodkor bo'lishga undasa, salbiy hissiyotlar aksincha, faoliyat samaradorligini pasaytirishi mumkin.

Iroda esa shaxsning ongli ravishda maqsad qo'yish, unga erishish yo'lida qat'iyat ko'rsatish va turli qiyinchiliklarni yengib o'tish qobiliyatini anglatadi. Iroda inson faoliyatini boshqaradi, uni tartibga soladi va muayyan yo'nalishga yo'naltiradi. Ayniqsa, murakkab vaziyatlarda, to'siqlar va sinovlar paytida irodaning mustahkamligi inson muvaffaqiyatini ta'minlovchi asosiy omil bo'lib xizmat qiladi.

Hissiyot va iroda o'zaro chambarchas bog'liq bo'lib, ular bir-birini to'ldiradi va uyg'unlashgan holda shaxsning to'laqonli faoliyatini ta'minlaydi. Hissiyot insonni harakatga undovchi ichki kuch bo'lsa, iroda ana shu harakatni ongli ravishda boshqaradi va maqsad sari yo'naltiradi. Ularning uyg'unligi natijasida inson o'z oldiga qo'ygan vazifalarni muvaffaqiyatli amalga oshiradi, hayotda barqaror natijalarga erishadi.

Shu sababli, zamonaviy ta'lim va tarbiya jarayonida shaxsda ijobiy hissiyotlarni shakllantirish, ularni boshqarish ko'nikmalarini rivojlantirish hamda mustahkam iroda sifatlarini tarbiyalash muhim ahamiyat kasb etadi. Bu esa nafaqat shaxsning individual rivojlanishiga, balki jamiyat taraqqiyotiga ham ijobiy ta'sir ko'rsatadi.

Foydalanilgan adabiyotlar:

1. Umumiy psixologiya – Toshkent: Oliy ta'lim nashriyoti, hissiyot 228–240-betlar.
2. Umumiy psixologiya – Toshkent: Oliy ta'lim nashriyoti, iroda 246–263-betlar.
3. Psixologiya – Toshkent: Darslik, iroda 230–240-betlar.
4. Psixologiya – Toshkent: Darslik, iroda 241–253-betlar.





5. Umumiy psixologiya – hissiyot va emotsiyalar tahlili (228–235-betlar).
6. Холмуротова, Ш. М. (2022). АЁЛЛАР ДЕВИАНТ ХУЛҚ-АТВОРИНИНГ ПСИХОЛОГИК ХУСУСИЯТЛАРИ ДИАГНОСТИКАСИ. Science and innovation, 1(В3), 129-133.
7. Холмуротова, Ш. М. (2022). АЁЛЛАРДА ДЕВИАНТ ХУЛҚ-АТВОР ХУСУСИЯТЛАРИ ПСИХОПРОФИЛАКТИКАСИДА ДИНИЙ БИЛИМЛАРНИ ҚЎЛЛАШ. Central Asian Research Journal for Interdisciplinary Studies (CARJIS), 2(6), 286-294.
8. Холмуротова, Ш. М. (2021). ЗНАЧЕНИЕ РЕЛИГИОЗНЫХ ПСИХОЛОГИЧЕСКИХ ЗНАНИЙ ЛИЧНОСТИ В ДУХОВНОМ И ПСИХОЛОГИЧЕСКОМ ОБРАЗОВАНИИ. European science, (3 (59)), 60-63.
9. Холмуротова, Ш. М., & Алмардонова, Г. Т. Қ. (2022). ҚИЗЛАРНИ МУСТАҚИЛ ОИЛАВИЙ ҲАЁТГА ТАЙЁРЛАШНИНГ ШАКЛ, МЕТОД ВА ВОСИТАЛАРИ. Central Asian Research Journal for Interdisciplinary Studies (CARJIS), 2(11), 375-383.
10. Холмуротова, С., & Адилова, С. (2022). ЕРИК БЕРННИНГ ТРАНЗАКСИОН ТАҲЛИЛИДАН ТУЗИЛМАВИЙ ТАХЛИЛ. Science and innovation, 1(В8),
11. Мирзалиевна, Х. Ш. . (2023). МУҚАДДАС МАНБАЛАРДА АЁЛ ЎРНИНИНГ ПСИХОЛОГИК ШАРҲИ. ТА’ЛИМ ВА РИВОЖЛАНИШ ТАҲЛИЛИ ONLAYN ILMIY JURNALI, 3(3), 85–88.
12. Мирзалиевна, Х. С. (2025). ESHITISHIDA YOKI KO ‘RISHIDA NUQSONI BO ‘LGAN BOLALAR BILAN ISHLASHDA PSIXOLOGIK YONDASHUVLAR. KONFERENSIYA, 1(1), 97-103.
13. Холмуротова, С. М. (2025, November). THE MANIFESTATION OF DEVIANT AND DELINQUENT BEHAVIOR IN THE INTERACTION BETWEEN THE SOCIAL ENVIRONMENT AND THE INDIVIDUAL. In International Conference on Advance Education (Vol. 1, No. 5, pp. 74-79).
14. Холмуротова, С. М. (2025, November). THE MANIFESTATION OF DEVIANT AND DELINQUENT BEHAVIOR IN THE INTERACTION BETWEEN THE SOCIAL ENVIRONMENT AND THE INDIVIDUAL. In International Conference on Advance Education (Vol. 1, No. 5, pp. 74-79).
15. Холмуротова, С. М., & qizi Murtazova, F. A. (2025, December). HISTORY OF THE DEVELOPMENT OF PSYCHOLOGY. In МЕЖДУНАРОДНАЯ КОНФЕРЕНЦИЯ ОБРАЗОВАНИЯ, ИССЛЕДОВАНИЙ И ИННОВАЦИЙ (Vol. 1, No. 3, pp. 35-41).
16. Холмуротова, С. М., & qizi Murtazova, F. A. (2025, December). HISTORY OF THE DEVELOPMENT OF PSYCHOLOGY. In МЕЖДУНАРОДНАЯ КОНФЕРЕНЦИЯ ОБРАЗОВАНИЯ, ИССЛЕДОВАНИЙ И ИННОВАЦИЙ (Vol. 1, No. 3, pp. 35-41).



17. 17.Kholmurotova, S. M., & Komilova, M. (2025). THE ROLE OF SOCIO-PSYCHOLOGICAL FACTORS IN THE FORMATION OF DELINQUE BEHAVIOR. Modern Scientific Research, 3(11), 54-58.

18. 18.Kholmurotova, S. (2024). THEORETICAL ANALYSIS OF THE SOCIO-PSYCHOLOGICAL CHARACTERISTICS OF DELINQUENT BEHAVIOR. Академические исследования в современной науке, 3(35), 183-185.

19. 19.Mirzaliyeva, K. S., & Rayhon, I. (2025). PSYCHOLOGICAL PROPERTIES OF MEMORY. Лучшие интеллектуальные исследования, 58(4), 165-169.

