

IX MÖVZU:

Duyğu hissi idrak prosesi kimi

PLAN:

1. Duyğular haqqında anlayış. Reseptorlar və analizatorlar.
2. Duyğuların təsnifatı.
3. Duyğuların ümumi xassələri. Mütləq və fərqləndirmə həssaslığı. Adaptasiya.
4. Duyğuların inkişafı və sensor tərbiyənin aktual məsələləri.

ƏDƏBİYYAT

1. Ə.S.Bayramov, Ə.Ə.Əlizadə. Psixologiya. B., "Çinar-çap", 2002. səh 3-35.
2. Ümumi psixologiya. (A.V.Petrovskinin redaktorluğu ilə). B., "Maarif", 1982. səh 3-27.
3. Общая психология. (Под. ред. В.В. Богословского, А. Г.Королева, А.А.Степанова) М., «Просвещение», 1981.
4. Р.С.Немов. Психология. М., «Просвещение», 1990.
5. E.İ.Şəfiyeva., M.Ə.Həmzəyev. Psixofiziologiya. B., "Səda", 1998.

Təsəvvür edin ki, Siz turist gəzintisindəsiniz. Səhər tezdən göl kənarındakı meşədə qurduğunuz çadırdə oyanmışsınız. Günəş şüaları çadırın üstünə düşür, quşalrın səsi gəlir, suyun şırıltısı eşidilir, müxtəlif güllərin və otların xoş ətri gəlir. Bu təsirlər sizdə müxtəlif duyğular – görmə, eşitmə, temperatur, qorxu və s. kimi duyğular yaradır.

Duyğular canlı materiyanın ən mühüm ümumbioloji xüsusiyyətlərindən biridir. O, orqanizmin mühitlə psixi əlaqələri əsasında meydana gəlir. Duyğularda psixikanın idraki emosional və tənzimləyici funksiyaları üzvü vəhdət halında birləşmiş və ya inteqrasiya olunmuşdur.

İnsanın idrak fəaliyyəti, yəni dərkətmə prosesi duyğulardan bəşlanır. Duyğular hissi idrakın və ya hissi dərkətmənin əsasını təşkil edən ən sadə

psixi idrak prosesidir. Onun vasitəsilə əldə edilən ilkin qavrayış materialları rasional (məntiqi) idraka ötürülür və obyektiv reallığın dərk edilməsinin mühüm vasitəsi rolunda çıxış edir. Hissi idrak formaları olan duyğu, qavrayış və təsəvvürlər məntiqi idrak forması olan təfəkkürə material verir. Əslində İdrakın bu iki forması (hissi və rasional) bir-biri ilə o qədər dərinədən çulğalaşmışdır ki, onları bir-birindən şərti olaraq ayırmaq mümkündür.

Hissi idrak formaları insana maddi-real aləmin cism və hadisələrini sensor səviyyədə dərk etmək imkanı verir.

Hissi idrak formaları həm heyvanlarda, həm də insanlarda vardır. Əmək fəaliyyəti, şüurun yaranması ilə idrakın yeni, məhz insana məxsus olan forması – mücərrəd nəzəri təfəkkür forması meydana gəlmişdir.

Duyğuların əsas funksiyası ətraf aləmdə, eləcə də bədəndə baş verən hadisələr barədə subyektə məlumat verməkdir. Odur ki, duyğuları məhz subyektiv inikas forması adlandırırlar. Bütün idrak prosesinin əsasını duyğular təşkil edir. O, orqanizmlə mühit arasında ilkin əlaqə formasıdır, varlığın ən sadə, ən bəsit xassələri haqqında insana məlumat verir. Işığın, səsin, təzyiğin, istinin, soyuğun və s. əks etdirilməsi məhz duyğudur. Bu mənada duyğular ətraf xarici aləm haqqında biliklərimizin ən ilkin və əsas mənbəyidir.

Beləliklə, psixologiyada duyğulara verilən təriflə tanış olar:

- İndiki anda hiss üzvlərinə təsir edən cism və hadisələrin ayrı-ayrı xassə və keyfiyyətlərin insan beynində subyektiv inikası duyğu adlanır.

Duyğular həm xarici aləm hadisələri, həm də orqanizmin daxilində baş verən proseslər barədə subyektə məlumat verir. Bunun sayəsində orqanizmin ətraf xarici aləmə bələdləşməsi mümkün olur.

Duyğunun fizioloji əsasını, mexanizmin, beyin, sinir sisteminin mürəkkəb fəaliyyəti təşkil edir. Bu fəaliyyəti **analizator** adlandıran İ.P.Pavlov bu sinir sistemi haqqında mürəkkəb və bitkin bir təlim yaratmışdır. Analizator deyərkən Pavlov mürəkkəb sinir aparatını nəzərdə tuturdum ki, o da 3 hissədən ibarətdir:

- 1) Periferik (reseptor) hissə - qəbuledici hissə;
- 2) Ötürücü hissə;
- 3) Mərkəzi hissə (baş beyinin qabıq mərkəzi).

Analizatorların **periferik hissəsinə** bütün hiss orqanları (göz, qulaq, burun, dil, dəri) və xüsusi reseptor analizatorları daxildir. Bu analizatorlar bədən əzələlərində və daxili orqanlarda yerləşir.

Analizatorların periferik şöbəsi müəyyən fiziki enerji hasil edir və onu sinir oyanması şəklində yenidən hasil edir. Göz elektromaqnit dalğalarının, qulaq hava dalğalarının təsirlərinə uyğunlaşır. Reseptorlarda ixtisaslaşma getdiyi üçün onlar yalnız uyğun qıcığı qəbul edirlər. Daxili və xarici mühitdən gələn qıcıqlar reseptorlar tərəfindən qəbul edilir. Normal şəraitdə qıcıqlar öz təbiətinə görə **mexaniki** və **kimyəvi** ola bilər. Bunlara iy, isti, soyuq, səs, işıq və s. aid edilə bilər.

Ötürücü şöbə sinir oyanmasını beynin uyğun mərkəzinə nəql edir. **Mərkəzi şöbə** analizatorun ali hissəsidir. Duyğu məhz burada oyanır, təhlil-tərkib olunur.

Duyğuların növləri: Qıcığın xarakterindən asılı olaraq duyğuların aşağıdakı növlərini fərqləndirirlər.

1. **Ekstroseptiv və ya xarici duyğular.** Onların reseptorları bədənin səthində yerləşir, xarici aləmdə olan cism və hadisələrin xassələrini əks etdirir. Görmə, eşitmə, iybilmə, dadbildə və dəri duyğuları bu qrupa daxildir.
2. **İnteroseptiv və ya daxili duyğular.** Onların reseptorları bədənin daxili orqanlarında, həmçinin bədənin toxumalarında yerləşir və daxili üzvlərin vəziyyətini əks etdirir. Aclıq, toxluq, susuzluq duyğuları və s. məhz interoseptiv duyğulara aiddir.
3. **Proprioseptiv duyğular.** Onların reseptorları oynaq və əzələlərdə yerləşir. Bədənimizin hərəkəti və vəziyyəti haqqında məlumat verir.

Hərəkət və müvazinət duyğularını propriozeptiv duyğulara misal göstərmək olar.

Xarici duyğulara aid edilən **görmə duyğuları** xarici aləm haqqında çox zəngin informasiya gətirir. Müəyyən edilmişdir ki, ətraf aləmdən insan beyninə daxil olan informasiyaların 80-90%-i məhz görmə analizatoru vasitəsilə verilir. İş əməliyyatlarının 80%-dən çoxu görmə nəzarəti altında həyata keçirilir.

Görmə duyğusu sayəsində biz cismlərin forma və rəngini, ölçüsünü, həcmi, məsafəni dərk edirik. Onlar insanın məkanda bələdləşməsini təmin edir, hərəkətlərini tənzim etməyə imkan verir. Oxumaq vasitəsilə bəşər təcrübəsinə yiyələnmək də görmə sayəsində mümkündür.

İşıq gözün torlu qişasında kolbacıqlara və çöpcüklərə təsir edir. Orada əmələ gələn qıcıqlanma ənsə payındakı görmə mərkəzinə nəql edilir. Görmə analizatorunun bu 3 hissədən biri zədələnsə, görmə duyğusu əmələ gəlməz. Məsələn, kolbacıqlar zədələnsə, xromatik rənglər fərqləndirilmir, hər şey ağ, qara və boz rəngdə görünür; Çöpcüklər zədələnsə, “qarov” xəstəliyi və ya “toyuq korluğu” yaranır, insan qaranlıqda heç bir şey görmür. Görmə analizatorunun beyin (mərkəzi) nahiyəsi zədələndikdə isə insanda ümumək korluq yaranır.

Eşitmə analizatorları: bu analizatorlar üçün qıcıqlandırıcı rolunu səs dalğaları təşkil edir. İnsanın eşitmə orqanı saniyədə 16.000-dən 20.000 hersədək dalğa uzunluğu ilə yayılan səsləri (dalğaları) qəbul etməyə uyğunlaşmışdır. Qulaq saniyədə 1000 san/ tezliyə malik dalğalara daha yaxşı uyğunlaşmışdır.

Eşitmə duyğuları səsin hündürlüyünü, gurluğunu və tembrini əks etdirir. Bütün eşitmə duyğuları nitqi, musiqi səslərinin və səs-küyləri əks etdirir. Onların da hüdudu var. Belə ki, çox səs-küy sinir sistemini pozur, insanda əsəbilik yaradır.

Duyğular yalnız analizatorlara görə deyil, həm də məzmunca da fərqlənir. (dadbilmə, iybilmə, cinsi, aclıq, toxluq, susuzluq, hərəkət duyğusu, iy və s.). Məsələn, orqanizmdə ağrı duyğuları olmasaydı, biz qıcıqları, təhlükəli və ya faydalı olmasını fərqləndirə bilməzdik. Deməli, insanın duyğu analizatorları sanki qıcığın müəyyən kəmiyyətinə (aşağı və yuxarı həddinə), uyğunlaşır. Məsələn, biz uzaq ulduzlardan gələn işığı, dəriyə qonan tozları hiss etmirik. Çünki, hər cür qıcıq duyğu əmələ gətirmir. Duyğunun əmələ gəlməsi üçün qıcıq müəyyən kəmiyyətə malik olmalıdır.

Qıcığın ən zəif duyğu əmələ gətirə bilən ən kiçik kəmiyyəti duyğunun **mütləq həddi** adlanır. Bu kəmiyyətdən aşağı olan qıcıqlar duyğu əmələ gətirə bilmir.

Ən zəif qıcığı duyma qabiliyyəti **mütləq həssaslıq** adlanır. Mütləq həssaslıqla, duyğunun aşağı mütləq həddi tərs mütənasibdir. $E = \frac{1}{P}$; Burada “E” – mütləq həssaslıq, “P”- isə mütləq hədd kəmiyyətini bildirir.

Duyğunun aşağı mütləq həddi olduğu kimi yuxarı mütləq həddi də vardır. Məsələn, insan qulağı 20000 hersədək səsləri duya bilir. Ondan yuxarını qəbul etmir.

Eynicinsli qıcıqlar arasındakı ən az fərqi duyma qabiliyyətinə **fərqləndirmə həssaslığı** deyilir. Məsələn, xalça toxuyan qızlarda rəng çalarlarına həssaslıq adi adamlarda olduğundan onlarca dəfə artıq olur.

Dadbilmə duyğuları:

Quru dil üzərinə qoyulmuş quru qənd heç bir duyğu yaratmır. Dil 4 cür kəmiyyəti müəyyən etməyə qadirdir. Şirin, turş, duzlu, acı.

İybilmə duyğuları: Burun boşluğunda yerləşən iybilmə hüceyrələri iybilmə orqanıdır. İnsanda iybilmə duyğuları o qədər də əhəmiyyətli deyil.

Dəri duyğuları: (taktil-toxuma və temperatur duyğuları). Toxuma həssaslığı barmaqların və dilin ucunda çoxdur. Bədənin paltarla örtülməyən açıq hissələri temperatur duyğularına az həssasdır. Dəri duyğularının xüsusi növü kimi **ehtizaz** duyğuları fərqlənir.

Kor-karlar çox həssasdır. Bələdləşmə üçün zəruridir. Musiqi, divarın, qapının döyülməsini, küçədə yaxınlaşan nəqliyyatı hiss edirlər.

Insanda duyğuların (daxili) xüsusi qrupu kimi **üzbü duyğuların** da rolunu qeyd etmək olar. Aclıq, susuzluq və s. Bu reseptorlar mədədə divarlarda yerləşir.

Başın vəziyyəti haqqında insanda hissiyat yaradan duyğular **müvazinət duyğularıdır**. Bu duyğunun aparatı – **vestibulyar aparat** daxili qulaqda yerləşir. Təyyarəçi və kosmonavt üçün mühümdür.

Ağrı duyğuları (ağrı nöqtələri) əzələlərdə və daxili orqanlarda yerləşir. Xarici mexanii təsirlər və daxili xəstəliklər bu duyğuların mənbəyidir. Güclü işıq, səs, soyuq, isti, iy və s. bu duyğuları yaradır.

Adaptasiya – Qıcıqlandırıcının təsirindən asılı olaraq hiss üzvlərinin həssaslığının dəyişməsidir.

Adaptasiyanın 3 növü var:

1. Qıcığın fasiləsiz təsirindən duyğu sönür (neqativ);
2. Duyğuların kütləşməsi (nüqativ);
3. Zəif qıcığın təsiri ilə həssaslığın artması (neqativ oyanma).

Duyğuların patalogiyası.

Göynəmə, dartılma, təzyiq, sancma, soyuqluq. Bunlara **senestopatiyalar** deyilir.

Hipersteziya – qıcıqların güclü qavranılması. (adi lampa işığı, projektor, səslər gurultu kimi qavranılır).

Hiposteziya – qıcığın zəif qavranılması.

Şəxsiyyətin fərdiyyətini əks etdirən mühüm xüsusiyyətlərdən biri **şəxsiyyətin sensor təşkili** adlanır. Bu anlayış şəxsiyyətin həssaslığının ayrı-ayrı sistemlərinin inkişaf səviyyəsini və onların bir kompleksdə birləşməsi üsullarını nəzərdə tutur.

Canlılar arasında həssaslıq anadangəlmə bir modal əlamətdə özünü əks etdirir. Məsələn, qartallarda görmə, itlərdə isə iybilmə həssaslığı daha

yüksək inkişaf etmişdir. İnsanda sensor xüsusiyyətlər həyatın gedişində tədricən formalaşır. Psixoloqların qeyd etdiyi kimi, sensor inkişaf şəxsiyyətin uzunmüddətli həyat yolunun nəticəsidir. Deməli, buradan belə bir nəticə çıxır ki, həssaslıq şəxsiyyətin potensial xüsusiyyətidir. Onun əsasında orqanizmin anatomik-fizioloji xüsusiyyətləri kimi özünü göstərən təbii imkanlar durur.

Məsələn, elə məşhur adamlar vardır ki, onlar lap uşaqlıqdan musiqi sahəsində yüksək eşitmə həssaslığı ilə fərqlənmişlər.