

Ҳиссиёт ва эмотсия

Ҳиссиёт яке аз хосиятҳои эмотсионалӣ-иродавии фаъолияти шахсият буда, дар психология мавқеи муайяно ишғол менамояд.

Ҳиссиёт (ё эмотсия) чунин ҳолати психикие мебошад, ки он муносибати одамро ба худ, нисбат ба одамони дигар ва нисбат ба ҳаёти ихотакарда ифода менамояд, ё ин ки ба таври дигар гӯем, ҳиссиёт ин аз сар гузарониҳои муносибати одам ба он чизест, ки вай онро дарк ва тасвир менамояд.

Эмотсия ҳам дар инсон ва ҳам дар ҳайвонот дида мешавад. Тадқиқотҳои психологӣ нишон медиҳанд, ки хусусиятҳои эмотсионалии байни одамон ва ҳайвоноти олии тараққӣ карда каме фарқ карда мешавад. Эмотсия барои инсон ва ҳайвон умумӣ мебошад. Масалан: ваҳм, тарс, муносибатҳои ҷинсӣ, хурсандӣ, ҳафагӣ, дӯстдорӣ...

Агар эмотсияи қудак дар синни 2 моҳаги ба қонъ гардонидани талаботҳои моддӣ у (талабот ба хӯрок, ташнаги, дард, ҳолати санитарии-гигиена) дар шакли ғиря ифода гардад, минбаъд дар қудак талабот барои ба муоширати қалонсолон дохилшавӣ ба амал меояд. Масалан: қудакӣ ғиря карда меистодаги ба шунидани суҳанҳои қалонсолон ором мешавад, ғарҷанде ба маънои суҳанаш онҳо сарфаҳм намеравад ҳам ба овози онҳо ғуш медиҳад ва ҳисси қаноатмандии ҳурро бо табассум ифода мекунад. Минбаъд эмотсияи қудак дар рафти ба аше муносибат қардан ва хусусиятҳои онро қониста ғирифтан ташаққул меёбад. Бо қидани аше ва ё бозичаҳои серрангу садоқор қудак ба ҳаяҷон меояд ба тарафи он ниғох мекунад.

Дар ифодашавии эмотсияи мусбии қудак саҳми қалонсолон ҳеле қлон аст. Қалонсолон ба қудак наздиқ шуда ба у ба муносибат ва муошират мешаванд.

Амалҳои иҷро қардаи қудакро назорат қарда ташабуси уро дастғирӣ қарда таърифӣ тавсиф қунанд.

Ба қудак оид ба масъалаҳои ғап қадан, ки вай бо онҳо марок зохир мекунад, қушиш намояд, ки ғуфтӯғуи эмотсионалиро бо ниғох, табасум, имоюишора, нишонаҳои қаноатмандӣ, хурсандӣ, ҳонда, мимика ва пантамимика ва ғайраҳоро ба вучуд меорад:

Ба қудакон рушан намоянд то ин ки қиккаташонро ба аше ҳодисаҳои олами ихотакарда ба амалу ҳаракатҳои парандаҳо, ҳайвонҳои ҳонаги равона нашуда онҳоро дуруст эҳсосу иҷро қунанд. Масалан:

Қалонсолон қикқати қудаконро ба овози сағча қалб намояндӯ ғиряд. Сағча қи ғуна қида хурд? Шамол қи ғуна шохӣ дарахтонро

мечунбонад ва гайра. Ангушти хурди кудакро ба боло бардошта “момочулук” мегуянд. Ё калонсолон кудакро ру ба руи худ шинонда, аввал дасти рост баъд дасти чапи кудакро ба тарафи худ кашида мегуянд:

Ин арра, ин теша, гипдир гилдир зогча гуён завки кудаконро ба вучуд меорад. Чунончи тарзи муносибат кайорияти рухии кудаконро баланд мебардорад инчунин бо инкишофи нутк диккату диккатнокии онҳо таъсири калон мерасонад. Ё ин ки модар аз табакчаи зебои серранг хурок дода истода бо кошук ба табакча мезананд, диккати кудакро на танҳо ба садо балки ба ранги табакча чалб менамояд.

Дар бавучудаш эмотсияи мусбии кудакон накши бозича калон аст. Калонсолон боҷд бозичаро бо навбат ба кудакон диханд, хар гоҳ онҳоро иваз намоянд, якбора якчанд бозичаро ба у надиханд. Зеро дар яквакт кудак диккаташро бо якчанд ашё равона карда наметавонад.

Ба кудак суратҳои ранго-рангро нишон медиханд, сурудҳои форам мехонанд, диккати уро ба ашёҳои олами ихота карда чалб менамоянд.

Масалан: бозии рустшавакони-ро ташкил карда кайорияти рухии кудакро Баланд мебардоранд. Яъне рӯяшонро бо даст ё румолча пушонидани баъд рӯяшонро мекушоянд ба кудак нигоҳ карда а-ди мегуянд. Дасти кудакро бо дасташон гирифта, ба ангушти ишорати ба кафи дасти кудак харақати даврагиро иҷро карда истода шеъри зеринро Хонда ба навбат ангуштони кудакрог кам мекунанд.

Хавзак-хавзак,
Гирдаш сабзак.
Ору биояд об хурад,
Оху биояд об хурад.

Ё ки:

Лулак лулаки хоки
Дашти бураки хоки
Аз боло санг омад
Пеши бузи ланг омад.

Баъзан ҳолати психики сабаби асоси беморшави мегардад, дар ҳолатҳои дигар бошад тақонест, ки ба бемории мебарад баъзан хусусиятҳои психики ба чараёни бемори таъсир мерасонанд, ҳолатҳои мешаванд, ки бемории ҷисми ҳиссиётҳои психологи ва хайроншави ҳузури ҳаловатии психологиро ба вучуд меоварад ҳислатҳои метавонанд гуногун бошанд, муҳимот ва хуштаъсиррасонии бевоситаи руҳ ва ва тан.

Экспертҳои ташкилоти умумичахонии нигохдории тандурусти дар асали таҳлили натиҷаҳои таҷрибаҳои ҷандинкарата дар кишварҳои гуногун нишон додан.

Вайроншави солими психологи бештар дар кудакон аз норасоии муошират бо калонсолон аз ҷаҳат кашанда, инчунин кудакони аз норасоии хуб яъне бесару сомони оилави ба воя расида дида мешаванд,

Бисёр вақт ҳамин фарқият дар фаъолиятҳои дида мешавад. Як кудак ҳоло суруди оддиро такрор карда наметавонад, дигараш бошад сурудҳои мураккабро меҳонад. Ин шашсола дар коғаз расми одамро нодуруст тасвир мекунад дигараш Панҷ сола одамро пурра тасвир менамояд. Яке иокоти ноустувор дорад. Юа ҳечқиз сарфам намеравад дигаре соатҳо метавонад бо кори хуш машғул шавад.

Мизочи ташаккули психикаи аввалини аз хусусиятҳои модарзоди морологияи магзи сар вобаста аст. Баъдтар мизочро дигар сабабҳо муайян мекунад.

Маълум аст, ки норасоии гуногуни магзи сар беморҳои ирси суст ташаккулёби, ҷароҳатҳои вақти таваллуд ба ташаккули психика монеъ мешавад. Аз ин мебарояд, ки чунин ақида доранд, ки ҳолатҳои инкишофи бениҳоят тезии психики қобилияти нотакрор бо хусусияти модарзоди магзи сар алоқаманд аст. Ин нодуруст аст шароити инкишофи психики муҳит мебошад.

Вайроншавиҳо бо истеъмоли хурок алоқаманд ва гайра. Одатан ин вайроншавиҳо характери лаҳзавӣ доранд. Онҳо дар баъзе кудакон те-тез устувор зоҳир шуда, ба дезадаптацияи иҷтимоӣ мебаранд.

Чунин ҳолатҳоро ҳамчун вайроншавии психики муайян кардан мумкин аст. Ҷи гуна ҳолатҳо метавонанд асабрасандаи психики ва майлқунандаи бо пайдошавии аксуламали дезадаптивӣ бошанд.

Маҳз бо кудакони синни хурди наврасти беҳуда диққат намедиханд, чунки маҳз дар ҳамин дар ҳамин давра талабот ба худ идорақунии рафтор, идора қардани ҳолатҳои эмотсионалии худ пайдо мешавад. Дар баробари ин воситаи беҳтарини ислоҳқунии муносибати ҳуби калонсолон ба кудакон аз тарафи волидайн донишҷӯи олами ботинии кудакони худ проблемаҳо ва ҳиссиётҳои у маҳорати гузоштан тавонистани худ дар ҷои кудак ба шумор меравад.

Дар рафти суҳбат калонсолон ҳолатҳои эмотсионалии худро бо кудак нишон медиханд. Хурсанд, гамгин, қаноатманд,

норози, ҳолатҳои аз сар гузаронидаи кудакро тавассути саволҳои бахотир оварда яққоя таҳлил намуда эмотсия ифода намоянд:

Амали назорати ро ба курак ёд диранд ва нақшаи фаъолияти уро якчоя муракъаб созанд. Ба монанди ба ин бозича чи гуна амалхоро иро кардан мумкин аст.

Бояд кайд кард, ки дар ифодаи ҳолатҳои эмотсионалии куракони хурдсол эмотсияи манфии калонсолон ва шахсони уро ихота карда таъсири манфи мерасонанд, масалан норозигии мондашавии модар дар, киёфаи у ифода мешавад. Гар чанде, ки курак ба мазмуни суханони норозии модар сарфаҳм наравад ҳам вале овози бошидат нигоҳи газаболуди уро мебинаду мешунавад, ки он баъзан боиси гирияи вай мегардад.

Заминаи ба кадри имкон ташаккули хусусиятҳои анатоми, физиологӣ ва баъзи психологӣ гуракро майян мекунад. Намудҳои фаъолияти илми олии асаб хусусиятҳои сохт ва узувҳои ҳисси ҳар як гурак бо хусусиятҳои модарзоди фарқ мекунад.

Ба назар бояд гирифт, ки ин ё он хусусият психологӣ курак аз хусусиятҳои табиат метавонад вобаста бошад.

Аммо дар баъзи куракон мизод зиёд бошад, дар дигаркӯбилӣ пештар аст ва дар сеюм қош нест. Дар ташаккули психологӣ курак фарқияти шахси дида мешавад. Ин фарқият пеш аз ҳама бо мизоч ташаккули психологӣ дахл дорад.

Кураконе, ки дар он намуди санат тарбия ёфтаанд, гузариши як давраи инкишофӣ бо дигарон нишондодҳои гуногун медиҳад. Ҳисси куракон пеш мегузаранд қисми дигарашон инкишофи психикашон ақиб меонад.

Ин татқиқотҳо ошкор кардан, ки вайроншавӣ солими психики дар кураки ду чихати муҳими тавсифдиҳандаро дорад аст.

Якум танҳо онҳо вайроншавӣҳои сифатиро аз пратсеси мукарарии таракӣи психики пешниҳод мекунанд: Аксари зуҳуротҳои онҳоро ҳамчун аксуламал ба вазъиятҳои маҳсус дида баромадан мумкин аст. Ҳамин тариқ куракон аксар вақт дар як вазъияти мушкилотҳои ҷиддиро аз сар мегузаронанд, аммо дар вазъияти дигар, ба ҳуби аз уҳдаи қор мебароянд масалан, дар онҳо вайроншавӣ рафтор дар мактаб мушоҳида мешавад. Аммо дар ҳона бошад рафторҳои дуруст мекунанд ё баракс.

Дар аксарияти куракон дар ин ё он давра дар зерӣ таъсири вазъиятҳои муайяни вайроншавӣҳои соҳаи эмотсионали ё рафтор зоҳир мешавад мисол, ба вучуд омадани тарсҳои бебабаб вайроншавӣи ҳоб.

Инкишофи шахсияти гурак аз бисёр шароитҳо иборат аст. Ба фаҳмише, ки онҳо аз чи иборат аст мисле, ки зерӣ таъсири шароитҳо шахсияти

нотакрор ташаккул меёбат ба шураббӣ имконият медиҳад, ки гудак чи хел муносибат кунад бо у дар ҳолати бо мушкилиҳо ру ба ру шудан ба у ёри расонад. Чи хеле, ки маълум астсарчашмаи индивидуали ин аст: хусусиятҳои модарзодӣ муҳите, ки дар он гудак интишоф меёбат инчунин шавки ҳуди гудак. Сарчашмаи индивидуали хусусияти гуногуни шахсиро муаян мекунад, ки бо ташакули акли гудак ҳолати психологии у инчунин хусусиятҳои худшиносии онҳоро иникос мекунад. Хамаи ин шахсияти нотакрор ташкил мекунад.

Хусусияти модарзод ҳамаи ин ирсияти, ки вақте таваллуд пайдо мешавад ва таъсири муҳити дохили батни муайян мешавад. Кудакӣ навозд аз ҳамдигар ба аксуламалҳои худ ба муҳити атроф фарқ мекунад.

Қисми онҳо зухуроти ҳаёти, ки табиат додааст истифода ёфтаанд. Онҳо дод мезананд талаб мекунанд. Предмети, ки бо қавӣ дасташон мерасад дар ҳол саҳт медоранд. Онҳо ҷунон саҳт медоранд, ки дар ҷуб ё ангушт кашол мешаванд. Дар ҷунин навоздҳо рафрепсҳои шартӣ тез ҳосил мешаванд. Дар дигарашон рафрепсҳои модарзодӣ суст мебошад. Ҷунин гудакон суст мешаванд ба зур гира мекунанд, онҳо предметро дар қавӣ даст дошта наметавонанд.

Баъзе навоздан ҳососияти бинои предметро эҳсос мекунанд, баъзе дигарашон ба воситаи памс пуши пушт ғайлона эҳсос мекунанд. Баъзе хусусиятҳои табиӣ аз руи ирсият муаян мешавад, баъзе дигарашон дар натиҷаи ин ё он шароити ташакули давраи дохили батни пайдо мешаванд.

Ҳар он гудак ба хусусиятҳои ҳоси худ ба Дуне меоянд, ки модарзодӣ ва ташаккули дохили батни муаян мешавад.

Муҳит хусусиятҳои табиӣ, ки бо ирсият мегузарад заминӣ ин ё он қобилият мебошад.

Таъсири зидро назар ба хусусиятҳои модарзодӣ бо ғайлоияти психики кудак ташаккули қобилияти онҳо хусусиятҳои ташаккули шахсияти онҳо шароити ҳаёт тарбия ва омӯзиш таъсир мерасонанд.

Шароити зиндагии кудакони ҳозира замон гуногун аст. Кудаке дар оилаи хуб шахри қалон, ки тамоми шароитҳоро дорад зиндагии мекунад. Ва бо муҳаббати падару модари босавод, дустони хуб, бобову биби машқ мекунад. Дар натиҷаи ин кудак қобилияти дарқ қуниаш нағз инкишоф меёбад. Ба ҷунин муносибати оилави кудак хуб инкишоф меёбад. Лекин танҳо оилаи худро медонад ва дигар одамоне чихел зиндагии мекунад намедонад.

Кудаконе, ки бе оила дар шароити ҳонаи кудакон зиндагии мекунанд гар ҷанде, ки у речай хуби хоб, хуруқхури омӯзиш ва истироҳатро итоат мекунад ва уро мурабии меҳрубону таҷрибадор тарбия мекунад лекин ба

у мухаббат намерасад. Дархол он хислати нагз шароити хаёти кудакон вариантҳои худро дорад.

То синни 15 солаги кудак бо калонсолон бози мекунад. Калонсолон тарзи бо бозичаҳо амал карданро ба кудакон медиханд. Минбаъд вай ба бозичаҳо ва ё ашӯҳо бози карда маҳорат ва малакаҳои аз худ куниро мустақилона иҷро мекунад, ки ин ба инкишофи психикаи кудак таъсири мусбӣ мерасонад. Кудак бозичаҳои пештараашро дида хурсанд мешавад ва ба хотир меорад, ки бо онҳо ҷи гуна амалхоро иҷро кардан мумкин аст.

Дар охири соли дуҷуми хаёти кудак бо ҳамсолони худ бози карданро ёд мегирад. Дар рафти бозичаҳои якҷоя кудакон тарзи бо ҳамдигар муносибат карданро меомӯзанд. Бозичаҳо ба ҳаракат дароварда ҳисси қаноъатмандиро ифода мекунад.

Дар соли сеҷуми хаёт ба ташаккули ҳолатҳои эмотсионали кудак тамошоӣ расмҳои манзаравӣ, ҳайвонот, парандаҳо, шунидани афсонаӣ, ҳикояҳо, аз ёд кардани шеър, хондани суруд, тамошоӣ театр.

Филмҳои тасвири ва ғайраҳо аҳамияти калон дорад. Накши идҳо, дилхушиҳо, сайру ғашт дар табиат, табиат саёҳат ба боғи ҳайвонот, ҷойҳои таърихи осорхонаҳои кишваршиносии дар истифодашавӣ ҳолатҳои эмотсионали кудакон синни барвақти бачагӣ ва томақтабӣ калон аст.

Калонсолон дар вақти бо кудак муносибати эмотсионалиро ба вучуд оваранд хоҳиш ва талаботҳои онҳоро ба назар гирифтанишон зарур аст, масалан агар кудак гурусна бошад ё ҳоб кардан хоҳад, уро бо бози маҷбур кардан лозим нест.

Дар ташаккули шахсияти кудак ифодашавӣ ҳолатҳои эмотсионали накши муҳим мебошад. Падару модарон муносибати эмотсионалиро ба вучуд оварда истода бояд ба талаботҳои зеринро риоя намояд.

Меҳру мухаббати худро тавасути эмотсияи мусбӣ табақсум ҳаяҷон руҳбаландӣ хонда ифода менамояд.