

# ЭМОЦИЯ ЖӘНЕ СЕЗІМ

---

# ЖОСПАР:

---



1. Сезім жөнінде түсінік;
2. Сезімнің түрлері;
3. Сезімнің пайда болу себептері;
4. Сезімнің негізгі ерекшеліктері;
5. Сезімнің қызметі;
6. Эмоция;
7. Эмоцияның түрлері;
8. Эмоция мен сезім арасындағы айырмашылықтар;
9. Қорытынды;


# Сезім жөнінде түсінік



- ▣ *Сезім - бұл адамның қоршаған болмыс заттары және құбылыстарымен қатынас жасауынан туындаған әрқилы формада көрініс беретін толғаныс, күйзелістері. Адам сезімі тіршілік үшін керекті де пайдалы қасиет. Толғаныссыз өмір - өшкен өмір. Ұлы ғұлама Ә. Науаи "Сезімсіз адам - кесек, махаббатсыз адам – есек", - деген екен. Көп сезімдерге адамның өзі күштар. Егер сол сезімдер қандай да себептермен болмай қалса, адам "эмоциялық ашырқауға" келіп, оның орнын толтыру үшін ән-күй тыңдайды, әсерлі фильмдер көріп не қым-қиғаш оқиғалы кітаптар оқиды.*



# Сезімнің түрлері



*Субъектив толғаныстарға байланысты сезімдер 2 топқа бөлінеді:*

тіршілік қажеттіліктерді қанағаттандырып, рахатқа бөлеуші ұнамды сезімдер

тіршілік қажеттіліктердің орындалмауынан қанағаттанбау кейпіне түсіретін жағымсыз сезімдер

*Орындалып жатқан адам қажеттіліктерінің  
денгейіне орай сезімдер*

қарапайым

күрделі

қарапайым

ашу

уайым

қызғаныш

күрделі

моральдік

Эстетикалық

отан  
сүйгіштік

# Жоғары деңгейдегі сезімдер

*Жоғары деңгейдегі сезімдер тек адамға ғана тән:*

*Ақыл-ой сезімі* адамның таным әрекетімен байланысты. Сезімнің бұл түрі - балалардың оқып білім алуға, ересектердің өз қызметіне, шығармашылық пен өнерге деген көңіл-күй қатынасы. Адамның шындықты тануға деген ақыл-ой сезімі ең алдыментанданудан басталады.

*Эстетикалық сезім* - объектив шындықты бейнелеп, оның әсемдігі мен сұлулығын, жарасымдылығы мен сенім-ділігін қабылдап, оған әсерленудегі көңіл-күй. Әсемдікті қабылдап, оған сүйсіну, ләззаттанып, рухани күшін арттыру сезімі - адамның өмір тіршілігінде біртіндеп қалыптасатын жағдай. Әсемдікті қабылдау туа пайда болмайды.

*Адамгершілік-моральдық сезімдер* қоғам талабына орай адамның өз мінезінің лайық не лайық еместігін сезінген көңіл-күйін білдіреді. Адамгершілік сезімі моральдық сезім деп те айтылады. "Мораль" - "морале" деген француз сөзі. Мағынасы - адамгершілік. Адамгершілік сезім қоғамның тарихи дамуына байланысты.

# Сезімнің пайда болу себептері

---

*Сезімнің негізгі пайда болу себептеріне мыналар жатады:*

1. адамның объектіге қатынасын айқындайтын **қажеттіліктер**;
2. адамның осы нысанның тиісті қасиеттерін түсініп, оны санада **бейнелеу қабілеті**.

Объектив және субъектив жағдайлардың өзара байланысынан адамның қоршаған дүниеге саналы баға беруімен қатар жеке эмоционал көз-қарасының себептері ашылады. Сезімдердің өзіндік ерекшелігі олардың **қарама-қарсылықты** сипатынан көрінеді



# Сезімнің негізгі ерекшеліктері

- ✓ Сезімдердің өзіндік ерекшелігі олардың **қарама-қарсылықты** сипатынан көрінеді. Мұндай сипат қарапайым әсерленуге де (рахаттану-қысылу), сондай-ақ күрделі толғаныстарға да (ұнату-жеккөру, қуаныш-мұң, көңілді-қайғылы т.б.) тән.
- ✓ Сезімдерге ғана тән аса маңызды сипат - олардың **бірігімді (интегралды)** келуі. Сезім бүкіл денені билеп, адам кейпін ерекше әсерге бөлейді. Барша дене қызметтерінің басын бір сәтте біріктірумен сезім өздігінен организмге пайдалы не зиян әсердің хабаршы қызметін атқарады. Сезімдік сигнал әсер орны мен дененің жауап әрекеті айқындалмай жатып та санаға жетуі мүмкін.
- ✓ Сезімдердің және бір маңызды ерекшелігі - олардың **денедегі тіршілік әрекеттермен** тікелей байланыста болуы. Сезім ықпалынан адамның ішкі тән қызметі өзгеріске түседі: қан айналымы, дем алыс, ас қорыту, ішкі және сыртқы секреция бездері. Шектен тыс ұзақ уақыт және қарқынды болған көңіл-күй толғаныстары организмді сырқатқа шалдықтырады: қорқыныш - жүрек ауруларына соқтырып, ашу - бауырды, жабырқау мен мұң - асқазанды бұзады

# Сезімнің қызметтері



бейнелеу қызметі

ниеттеу немесе  
ынталандыру

қуаттау, қолдау  
қызметі

ауысу қызметі

икемдесу қызметі

коммуникативтік

*Адам сезімдері ұзаққа созылған  
филогенетикалық даму тарихына  
байланысты  
көптеген ерекше сипаттағы мынадай  
қызметтерді атқаратын болды:*

# Эмоция



*Эмоция (фр. emotion, лат. emoveo – толғану) – адам мен жануарлардың сыртқы және ішкі тітіркендіргіштер әсеріне реакциясы; қоршаған ортамен қарым-қатынас негізінде пайда болатын көңіл-күй.*

Эмоция организмнің әр түрлі қажетсінулерге қанағаттануына (ұнамды эмоция) немесе қанағаттанбауына (ұнамсыз эмоция) байланысты. Адамның жоғары әлеуметтік қажетсінулері негізінде пайда болатын тұрақты эмоция. Эмоция жоғары түрі адамның іс-әрекетінің өнімді болуына мүмкіндік туғызады. Оларға қуаныш, сүйіспеншілік және т.б. эмоциялар жатады. Жағымсыз эмоция адамның іс-әрекетіне азды-көпті зиян келтіреді. Оларға қорқыныш, қайғы, абыржу, үмітсіздену, үрейлену және т.с.с. эмоциялар жатады.



# ЭМОЦИЯ



ІС-ӘРЕКЕТКЕ ЫҚПАЛ ЖАСАУ ТҮРҒЫСЫНАН

СТЕНИКАЛЫҚ

*Жауапкершілік  
Жолдастық  
Достық  
Айбаттылық*

АСТЕНИКАЛЫ  
Қ

*Уайым  
Енжарлық  
Көңілсіздік*

*Эмоция тудыратын стрестің пайда болу ағымында биологиялық танымдықтың 3 буыны болатыны белгілі болды:*

□ Күйзеліс тудыратын бағалар; күйзелістің анық қаталдығы, онша үлкен мөлшерде болмағанымен проблема оны өз еліне, біліміне және түсінігіне қарай бағалануында;

□ Оқиғаның өзіне немесе оның бағасына деген физиологиялық-биохимиялық және биологиялық жауабы. Адренологиялық-биохимиялық әсер етеді;

□ Алдағы уақытта күйзелісті болдырмайтын, оның неше түрлі себептерін жоюға арналған іс-әрекет (мінез-құлық)

# ЭМОЦИЯ МЕН СЕЗІМ АРАСЫНДАҒЫ АЙЫРМАШЫЛЫҚТАР

## ЭМОЦИЯЛАР

1. Эмоция адамның түрлі органикалық қажеттеріне туып отыратын қысқа ситуациялы көңіл күйі адам қуанғаннан, қамыққаннан көзіне жас алса не болмаса бір нәрсеге мәз болса, мұндай жағдайдың ұзаққа созылмайтыны белгілі.

2. Эмоция мәнерлі қозғалыстардан көбірек байқалады. Мұнда адам өзін тек организм тұрғысынан көре алады.

3. Эмоциялардың қызметін лимби жүйесі мен гипоталамус бөлігі басқарып отырады.

4. Эмоциялар жануарларда да кездеседі. Жануарлар эмоциясы биологиялық сипаттағы

## СЕЗІМДЕР

1. Сезімдер – адамдардың бір-бірімен қарым-қатынас жасау қажетінен туатын және біртіндеп дамып отыратын бір сыдырғы тұрақты процесс.

2. Сезімдерде мәнерлі қозғалыстар жөнді байқалмайды. Тұрақты, терең әсерлі сезім жеке адам психологиясының басты белгілерінің бірі.

3. Сезім ми қабығының жұмысынан, атап айтқанда динамикалық стереотиптердің әркез жасалып өзгеріп отыруынан жақсы көрінеді.

4. Адамдардың эмоциялары мен сезімдері қоғамдық-тарихи сипатта болып отырады

# Қорытынды

Сезімдерде мәнерлі қозғалыстар жөнді байқалмайды, тұрақты терең әсерлі сезім адам психологиясындағы басты белгілердің бірі, ал эмоция болса мәнерлі қозғалыстарға бай келеді, мұнда адам өзін тек организм тұрғысынан көрсете алады. Жоғары сезімдердің қалыптасуына, адамның өскен ортасы, отбасы, ұжымы елеулі әсер етеді, өсіресе халқымыз айтқандай "Сөз сүйектен өтеді ..." т.б. мәтелдері сезімді тәрбиелеу қажет екеніне дәлел болады. Осы тұрғыдан алғанда, сезім ми қабығының жұмысынан, ондағы динамикалық стереотип жасалып отыратындығынан тәуелді. Ал, эмоцияға келсек, мұның физиологиялық негізі ретикулярлық формацияның лимби жүйесінің, сондай-ақ, ондағы гипоталамус бөлігінің (дененің зат алмасуы, температурасын реттестіретін жүйке) орталығымен ұштастырамыз. Мәселен, осы жүйке қызметінің орталықтарына зақым келсе, адам тойғанын білмейтін, немесе шөлі қанбайтын жағдайға ұшырайды. Бұл жерде де сезімдер мен эмоцияның бір-бірінен айырмашылығы байқалады. Адамның сезімдері ылғи да қоғамдық-тарихи сипатта болады. Мәселен, адамның адамгершілік сезімдері қоғамдағы өзгелерге байланысты өзгеріп отыратыны белгілі. Сезім — адамның өзіне, өзге адамдарға, айналасындағы заттар мен құбылыстарға көңіл-күйінің қатынасын білдіретін және оларды бейнелейтін психикалық үрдіс. Сезімінің психикалық үрдіс екендігін білдіретін тағы бір ерекшелігі — оның адам көңіл-күйіне байланысты әрбір үрдіске белгілі бір түрде рең беріп тұратындығы.. Сезім мен эмоцияның адам іс-әрекеті мен көңіл-күйіне ұнамды әсер етуі *стеникалық* — күшті сезім тудырса, ал ұнамсыз не теріс әсер етуі *астеникалық* — әлсіз, жағымсыз сезім тудырады. Адам сезімінің қайнар бұлағы — бізді қоршаған болмыс, объективтік шындық.