

SEVGI VA INSON MIYASINING BIOKIMYOVIY ALOQADORLIGI

Axmedov Baxtiyor Tursunovich

Termiz davlat pedagogika instituti katta o'qituvchisi

Annotatsiya: Aytish kerakki, sevgi insonning eng murakkab tuyg'ularidan biri bo'lib, uni biron bir ilmiy model yordamida tushuntirish imkonsizligini tushunish qiyin emas. Sababi, insonlar o'rtasida sodir bo'luvchi sevgi munosabatlari faqatgina hissiy – emotsional hodisa natijasi bo'lib qolmasdan balki, inson miyasi va uning faoliyati bilan bog'liq holda talqin etilishi mumkinligi to'g'risidagi ta'limotlarning ortib borishini ham bugunning haqiqatiga aylanib bormoqda.

Kalit so'zlar: murakkab tuyg'ular, sevgi, jozibadorlik, mafkura, azob-uqubat, biokimyoviy jarayon, genetik omillar,

Аннотация: Надо сказать, что любовь – одно из самых сложных человеческих чувств, и нетрудно понять, что ее невозможно объяснить с помощью какой-либо научной модели. Причина в том, что возрастает число учений о том, что любовные отношения между людьми являются не только результатом эмоционально-эмоционального явления, но и могут быть истолкованы в связи с человеческим мозгом и его деятельностью.

Ключевые слова: сложные эмоции, любовь, влечение, идеология, страдание, биохимический процесс, генетические факторы,

Abstract: It must be said that love is one of the most complex human feelings, and it is not difficult to understand that it is impossible to explain it using any scientific model. The reason is that the increasing number of doctrines that love relationships between people are not only the result of an emotional-emotional phenomenon, but can also be interpreted in connection with the human brain and its activity. is turning

Keywords: complex emotions, love, attraction, ideology, suffering, biochemical process, genetic factors,

Insoniyatning ko'plab buyuk ajdodlari insonlararo sevgining mazmun va mohiyatini tushunishga va tushintirishga harakat qilib keladilar. Faylasuflar, psixologlar, diniy mutafakkirlar va adabiyot namoyondalari faoliyatining barcha ijodiy soha vakillari bu masalaga oydinlik kiritishga harakat qilib kelishadi. Biroq, shunday bo'lishiga qaramasdan, hali ham sevgi borasida hamma uchun maqbul bo'lgan yagona ta'rif va qat'iy munosabat mavjud emas

Mavjud bo'lgan ob'ektiv tadqiqotlar orqali biz insonning o'sha qismining shunchalik baxt keltirishi va shunchalik azob-uqubatlarga olib kelishi mumkin

bo'lgan ba'zi jihatlarini ko'rishimiz mumkin. Zamonaviy tadqiqotchilar insoniyat miyasida muhabbat tuyg'usi bilan bog'liq bo'lgan biokimyoviy jarayonlar haqidagi yangi ma'lumotlarni sarhisob qilar ekan, ushbu masalada yangicha yondoshuvlarning paydo bo'lishiga zamin xozirlamoqda. Shu nuqtai nazardan, sevgi genetik omillarning o'zaro ta'siriga, gormonal ta'sirlarga va o'tgan yillarda to'plangan psixologik tajribaga asoslangan holda, iz qoldirish yoki iz qoldirishning murakkab jarayoni sifatida qaraladi. Natijada, potentsial sherikning shaxsni o'ziga jalb qiladigan xususiyatlarini ko'rsatadigan ong ostidagi ichki belgilar tizimi paydo bo'ladi. Ushbu ichki yo'nalish matritsasi sevgi xaritasi deb nomlanadi.

Turli xil biokimyoviy stimullar boshqa odamga romantik munosabatni faollashtirishi mumkin. Masalan, feromonlar bu hid boshqa odamlarni jalb qilishi yoki xatti-harakatlariga ta'sir qilishi mumkin bo'lgan biokimyoviy moddalardir. Yaqin tortishish hidlari yoki feromonlar ushbu jarayonga sezilarli ta'sir ko'rsatishi mumkinligi to'g'risida doimiy ravishda yangi dalillar paydo bo'ladi.

Erkakning terida mavjud bo'lgan kimyoviy androstenol ayollarni o'ziga jalb qiladigan o'tkir mushk hidini chiqaradi. Erkaklar ushbu moddani nafas olish paytida o'tkazilgan nazorat tajribalari natijasida, kopulinlar erkakning ko'z oldida ayolning yaqin jozibadorligini oshirishi aniqlandi. Bundan tashqari, erkak ovulyatsiya paytida ayolning hidiga ko'proq ijobiy ta'sir ko'rsatishi aniqlandi. Ushbu reaksiya erkaklar qonida testosteron darajasi ko'tarilishida namoyon bo'ladi.

Endorfinlar - bu tabiiy trankvilizator va og'riqni yengillashtiruvchi vosita bo'lib ishlaydigan miya sekretsiyalarining hosilalari, oksitotsin esa jismoniy yaqinlik va yaqin qoniqish paytlarida miya tomonidan chiqariladigan moddadir.

Oshiqlik yoki muhabbat bosqichiga mos keladigan tortishish bosqichida feniletamin va ehtimol dopamin va noradrenalin miyaga ta'sirchan ta'sir ko'rsatadi. Ushbu moddalar amfetaminlar, stimulyatorlar deb ataladigan narsalar bilan bir qatorda, ular ostida yuqori ruh va eyforiya holatlari mavjuddir.

Jozibadorlik jarayoni odamni o'ziga jalb qiladi va hayajonlantiradi. Biroq, sevimli mashg'ulot abadiy davom eta olmaydi, shu jumladan biokimyoviy tabiat sabablari bilan. Oxir oqibat, organizm ushbu moddalarga toqat bilan javob berishni boshlaydi va ularning ta'siri kamroq seziladi. Ba'zilar ba'zida sevgida mast bo'lishni xohlaydigan "sevgi eyforiyasini sevuvchilar" ga aylanishadi. Shuning uchun, ular eski sevimli mashg'ulotlari aniqligini yo'qotganda, yangi sherik bilan tanishishga shoshilishadi.

Sevgi bosqichidan tashqarida davom etadigan munosabatlar qo'shilish davriga kiradi. Sevgining ushbu bosqichida, sevgan odam bilan yolg'iz qolish miyada endorfin ishlab chiqarishni rag'batlantiradi.

Inson tanasidagi mavjud endorfin tabiiy og'riq qoldiruvchi vositadir, bu sizni xavfsiz, xotirjam va tinch his qiladi. Quchoqlash, teginish va jismoniy yaqinlik orgazm va yaqin qoniqish kabi tajribalarning og'irligi bilan bog'liq bo'lgan oksitotsin moddasini chiqaradi.

Achchiqlanish bosqichida ko'ngilni ko'taradigan bir nechta kuchli kimyoviy moddalar chiqariladi.

➤ Dofamin miya salomatligi uchun maxsus voqeylik sifatida, kognitiv funktsiyalarni yaxshilash, shuningdek, yoshlarda dofamin darajasini saqlab qolishga yordam beradi va o'z o'rnida sizga farovonlik tuyg'usini beradi,

➤ Feniletilamin qo'zg'alishni kuchaytiradi,

➤ Serotonin hissiy barqarorlik hissini yaratadi,

➤ Norepinefrin esa sizga har qanday maqsadga erishishingiz mumkin degan taassurotni qoldiradi.

Don Xuan sindromi bu lazzatli gormon kokteylisiz qilolmaydigan va bu holatda abadiy qolishni istaydigan odamlarga xosdir. Ammo orzu qilish bosqichi - bu o'rtacha 3 oydan 12 oygacha davom etadigan vaqtinchalik holat hisoblanadi. Ehtirosning o'zi juda zaif poydevordir. Eng muhimi, oilaviy munosabatlar o'rnatilishi kerak bo'lgan ishonch, tushunish, umumiy qadriyatlar. Faqatgina muhabbatga tushib qolish uzoq muddatli munosabatlarning sababi bo'lishi mumkin emas. Yana bir narsa muhimroq - hayot va siz birgalikda erishmoqchi bo'lgan narsalar haqida bir xil fikrlarga egasizmi? Nikoh to'g'risida qaror qabul qilishdan oldin, ehtirosli jozibadan tashqari sizni nima birlashtirishi haqida o'ylab ko'ring.

Xulosa o'rnida shuni aytish kerakki, o'zaro munosabatlarni dinamik va barqaror qilish uchun birgalikda ishlashga bo'lgan samimiy tayyorlikka asoslangan samarali muloqot usullari orqali sevgi va yaqin aloqaning chalkashliklarini oldini olish mumkin. Tadqiqot natijalariga ko'ra, respondentlarning yarmidan ko'pi va ayollarning uchdan bir qismi sherikning yaqin aloqadan olgan zavqini ular uchun o'zlarining yaqin qoniqishlaridan ko'ra muhimroq deb hisoblashadi.

Uzoq muddatli har qanday munosabatlarning, ayniqsa, yaqin aloqalarni o'z ichiga olgan bu kabi munosabatlarning shakllanishi sheriklardan ma'lum kuch va mas'uliyatni talab qiladi. Yaqin munosabatlar odatda chuqur va kuchli tuyg'ular bilan bog'liq bo'ladi. Ijobiy yaqin aloqalar faqat to'shakdagi aloqalar

bilan chegaralanib qolmasdan, o'zaro aloqa jarayonining rivojlanishi va o'zaro javob berishni istash natijasida asta-sekin rivojlanib boradi.

Adabiyotlar:

1. Шоумаров Ф.Б., Шоумаров Ш.Б. *Муҳаббат ва оила*.— Тошкент, Ибн Сино», 1994. -120с.
2. Акрамова Ф.А. *Юқори синф ўқувчиларида сеvgи-муҳаббат ҳислари намоён бўлишининг ижтимоий ва этнопсихологик хусусиятлари*. Дис.п.ф.н., Т.: 1997, 184 б. Дис.п.ф.н., Т.: 1997, 184 б.
3. Akhmedov, B. (2022). Psychological characteristics of feelings of love. *Web of Scientist: International Scientific Research Journal*, 3(6), 1467-1470.
4. Ахмедов, Бахтиёр Турсунович. “Влияние среды на формирование социальных стереотипов в семейных отношениях”. *Проблемы современной науки и образования 1 (146) (2020)*.
5. Ахмедов, Б. Т. (2018). *Игра система внедрения инновационных учебных программ. Гуманитарный трактат, (29), 17-19.*
6. Akhmedov, B. T. (2021). The Family as the Basic Unit of Society. *International Journal of Multicultural and Multireligious Understanding*, 8(12), 201-204.
7. Akhmedov, B. (2022). МУҲАББАТ ҲИСЛАРИ БОСҚИЧЛАРИНИНГ ГЕНДР ХУСУСИЯТЛАРИ. *Журнал Педагогика и психологии в современном образовании, 2(6)*.
8. Ахмедов, Б. Т. (2021). СОҒЛОМ ТУРМУШ ТАРЗИ ОИЛА ФАРОВОНЛИГИНИНГ МУҲИМ ОМИЛИ СИФАТИДА: DOI: <https://doi.org/10.53885/edinres.2021.27.84.079> Ахмедов Бахтиёр Турсунович, Термиз давлат университети Педагогика институти “Психология” кафедраси катта ўқитувчиси. *Образование и инновационные исследования международный научно-методический журнал, (1-Махсус сон), 32-38.*
9. Ахмедов, Б. Т. (2022). МУҲАББАТ ҲИСЛАРИ БОСҚИЧЛАРИНИНГ ЖИНСГА БОҒЛИҚ ХУСУСИЯТЛАРИ. *O'ZBEKISTONDA FANLARARO INNOVATSIYALAR VA ILMIY TADQIQOTLAR JURNALI, 1(10), 87-92.*
10. Akhmedov, B. (2023). TALABA YOSHLARNING OILAVIY MUNOSABATLAR TO'G'RISIDAGI TASAVVURLARINING OILA MUSTAHKAMLIGIGA TA'SIRI. *Talqin va tadqiqotlar, 1(37)*.
11. Akhmedov, B. (2023). SHARQ ALLOMALARINING QARASHLARIDA SEVGI-MUHABBAT TUSHUNCHALARIGA UNOSABATLAR. *Interpretation and researches, 1(22)*.
12. Amirova N. THE ATTITUDE TO MOTIVE AND MOTIVATION IN WORLD PSYCHOLOGY //Emergent: Journal of Educational Discoveries and Lifelong Learning (EJEDL). – 2022. – Т. 3. – №. 11. – С. 149-152.
13. Amirova, N. U. (2023). PEDAGOGIK FAOLIYATDA KASBIY MOTIVATSIYANING PSIXOLOGIK SHART-SHAROITLARI. *Educational Research in Universal Sciences, 2(1 SPECIAL), 212-215*

14. Amirova,N.(2023). O'QITUVCHI FAOLIYATIDA MOTIV VA MOTIVATSIYANING AHAMIYATI Журнал Педагогики и психологии в современном образовании, 3 (3), 60-66.

<https://cyberleninka.ru/article/n/psihologicheskie-aspekty-lyubvi-i-braka>

15.Axmedov, B. (2024). PSIXOLOGIK XIZMAT KO'RSATISH MAKTAB FAOLIYATINING MUHIM VAZIFASI SIFATIDA. Журнал Педагогики и психологии в современном образовании, 117-122. извлечено от

<https://ppmedu.jdpu.uz/index.php/ppmedu/article/view/9831>

