

БӨЛІМ: ПСИХОЛОГИЯ

«Стимул-реакция» қағидасы

ЖАРИЯЛАНДЫ
27.11.2022СІЛТЕМЕ
<https://bilimger.kz/127077/>

Біз адаммен сөйлесе бастағанда, біз оны тани бастаймыз. Басымызда оның бейнесі қалыптасады, оған деген көзқарас қалыптасады. Оның бет-әлпеті, фигурасы, жүрісі, көрнекі дауысы, сөйлеу қарқыны, сөйлеу тәсілі, хош иісі, қол алысу. Мұның бәріне бізде «стимул-реакция» байламдары қалыптасады, мұнда жоғарыда сипатталған барлық қасиеттер стимул болып табылады және оған деген көзқарас реакция болып табылады.

Өмірден қарапайым мысал:

Бірде мен жақсы досымның туған күнінде бірнеше жыл бойы көрмеген ескі досыммен кездескен кезім болды. Ол екеуміз бірге оқыдық. Осы бірнеше жыл ішінде мен көп өзгердім. Бірақ досымның басында Мен туралы «бұрынғы» түсінік болды. Ол менімен «бұрынғыдай» әрекет етуге тырысты-ақымақ болып әзілдеді, маған енді қызық емес нәрселер туралы айтты. Мен көптен бері «басқаша» екендігін түсіндіруге тырыстым, бірақ бұл жігіт «жаңа» мені шынымен көргісі келмеді. Ол менімен емес, бірнеше жыл бұрын өзіне тартқан суретпен сөйлесті. Бір сәтте мен одан шаршадым. Мен оған өте қатал мінез-құлықпен «бұрынғы» үлгіні бұздым. Осыдан кейін жаңағы досым жарты сағатқа транс-қа кетті (жағдайды түсене алмады). Бірақ осыдан кейін оның мінез-құлқы мен маған деген көзқарасы тез

өзгерді.

Некедегі көптеген проблемалар дәл сол себепті туындайды. Адамдар бір-бірін «кәмпит-букет» кезеңінде таниды, көбінесе шындыққа сәйкес келмейтін бейнені қалыптастырады және осымен тоқтап, бәрін білдім деп шешеді. Содан кейін олар үйленеді, үйренеді және жұбайы олардың өзгеріп жатқанын көруден бас тартып, боялған түрде өмір сүруді жалғастырады. Содан кейін кенеттен біреуінің көзі ашылады, содан кейін проблемалар мен шағымдар басталады.

Мысал:

Ата-Ана-Бала:

Стимул: реферат 4-ші сабаққа, яғни бүгін дайындалуы керек деп қанша рет айту керек.

Реакция: мен ауырдым, ұмытып кеттім

Стимул: жарайды, келесі сабақтарда айтарсың

Реакция: мен келесі сабаққа міндетті түрде дайындықпен барамын

Мысал:

Сыртта адаммен танысу жақсы емес, өйткені жақсы адамдар мұны істемейді (анам айтты). Егер мен жаман болсам (тәртіпсіз), онда олар мені жақсы көрмейді (анам бала кезімде ұрысады).

Ал егер анам сүймесе, не болады?

Мен өзімді жаман сезінемін.

Жаман, бұл қалай?

Кеудедегі жағымсыз сезім.

Көшеде танысу = жаман болу (әдепті болмау) = анам ұнатпайды = кеудедегі жағымсыз сезімдер

Мен көшеде таныспаймын = Мен жақсымын = мені жақсы көреді = денеде жағымды сезім.

Сонымен, адам танысуы үшін біз «көшеде танысу» мен «кеудедегі жағымсыз сезімдер» арасындағы байланысты үзуіміз керек. Ең дұрысы, біз адамға «көшеде танысу» = «денедегі жағымды сезімдер» жаңа тізбегін құруға көмектесуге тырысамыз. Бұл психологтың міндеттерінің бірі.

Сондықтан «жаман болу» = «Анама ұнамайды» арасындағы тізбекті үзген дұрыс. Бұл жағдайда «Мен не істесем де, анам мені бәрібір жақсы көреді» деген сенім қалыптасуы керек. Сонда адам өз таңдауында еркін болады. Кейбір адамдар үшін бұл өмір бойы өзгеруі мүмкін, өйткені олар үнемі басқа адамдардың шарттарын орындауға және жақсы болуға тырысады.

Қорытынды:

Адам автоматты «стимул-реакция» байламдарын қалыптастыру, үйрену қабілетіне ие және оны өте тез жасайды. Бұл қабілет жақсы бейімделуге мүмкіндік береді. Реакциялар адамдардың заттарға, адамдарға, идеяларға, өзіне, шын мәнінде, әлемдегі барлық нәрсеге қатынасын қалыптастырады. Тәжірибеден алатын шешімдер, қорытындылар, жауап беру ережелері, көзқарастар (бір сөзбен айтқанда, реакциялар) біздің сенімдеріміз және өмірімізді реттейді. Сенімдер (қатынастар, реакциялар) тәжірибе нәтижесінде қалыптасады. Олар бірден күшті эмоционалды тәжірибе нәтижесінде пайда болуы мүмкін (басып шығару) немесе бірнеше қайталау нәтижесінде.

Психологтардың адамдардың іс-әрекетін бақылауы мінез-құлық сипаттамаларының жиынтығы (дауыс интонациясы, сөйлеу қарқыны, жест-ишаралар, мимика, ауызекі сөздік және т.б.) әртүрлі жағдайларда өзгертінін көрсетті: мысалы, әріптестермен, жетекшімен, жұбайымен, баламен және т. б. өзара әрекеттесу жағдайында адамның мінез-құлқының сипаттамалары айтарлықтай өзгеше болады.

ҚМ АА Куәлік нөмірі: **KZ45VPY00102718** — ҚР Мәдениет және Ақпарат министрлігі

© 2026 **Bilimger.kz** Ақпараттық-танымдық білім порталы. Барлық мазмұн авторлық құқықпен қорғалған.