

PSIXOLOGIK JEST VA MIMIKA – TANA TILIDA KECHINMALAR IFODACHISI SIFATIDA

*Farg‘ona viloyati pedagogik mahurat markazi
Tillarni o‘qitish metodikasi kafedrasida o‘qituvchisi
Nazirova Nargiza Odiljonovna*

Annotatsiya: *Ushbu maqolada psixologik jest va mimikaning badiiy psixologizmga tutgan o‘rni, tana tili orqali kechinmalarni ifodalashning nazariy va amaliy jihatlari tahlil etiladi. Noverbal belgilar – harakat, nigoh, tana pozasi, nafas, ovoz ohangi kabi unsurlar inson ruhiy holatini ochishda qanday badiiy vosita sifatida ishlatilishi Shukur Xolmirzayev hikoyalari misolida yoritiladi. Maqola psixologik tasvirda tana tilining ichki kechinmalarni tabiiy ochish, dramatismni kuchaytirish, o‘quvchini ruhiy jarayonga jalb etishdagi ahamiyatini asoslab beradi.*

Kalit so‘zlar: *Psixologik jest, mimika, tana tili, noverbal kommunikatsiya, badiiy psixologizm, psixofiziologik belgilar, ruhiy kechinma, semiyotik tahlil.*

ПСИХОЛОГИЧЕСКИЙ ЖЕСТ И МИМИКА КАК ВЫРАЗИТЕЛИ ПЕРЕЖИВАНИЙ В ЯЗЫКЕ ТЕЛА

Аннотация: В данной статье анализируется роль психологических жестов и мимики в художественном психологизме, а также теоретические и практические аспекты выражения переживаний через язык тела. На материале рассказов Шукур Холмирзаева раскрывается, каким образом невербальные знаки — движения, взгляд, поза тела, дыхание, интонация голоса — используются как художественные средства для передачи внутреннего состояния человека. В статье обоснована значимость языка тела в психологическом описании для естественного раскрытия внутренних переживаний, усиления драматизма и вовлечения читателя в эмоциональный процесс.

Ключевые слова: Психологический жест, мимика, язык тела, невербальная коммуникация, художественный психологизм, психофизиологические признаки, эмоциональное переживание, семиотический анализ.

Inson tafakkurining shakllanishi va ijtimoiy tajribaning o‘zaro almashinuvi nutq bilan chambarchas bog‘liq bo‘lsa-da, muloqotning eng qadimiy va tabiiy shakli so‘z bilan emas, balki tana harakati, yuz ifodasi, ovoz ohangi, qarash, masofa, hatto sukut orqali ham amalga oshgan. So‘z keyinchalik paydo bo‘lgan, ammo inson ongida, xulqida va his-tuyg‘ularida tana orqali ifodalash mexanizmi hech qachon yo‘qolmagan. Shu bois inson nutqidan oldingi davrda mavjud bo‘lgan muloqot unsurlari bugungi kunda ham har bir so‘zli muloqotning ichki qatlamida yashab kelmoqda. Bu hodisa fanda noverbal aloqa yoki tana orqali bildiriladigan ma’no tizimi sifatida o‘rganiladi.

Inson ruhiy holatlari o‘zgaruvchan bo‘lib, ular tana holatida ham bevosita aks etadi. Mehrabian tomonidan ilgari surilgan tamoyilga ko‘ra insonning his-tuyg‘ulari va

munosabatining katta qismi tana orqali seziladi. Shu nuqtai nazardan qaraganda, yozuvchi har bir tana ifodasini ruhiy holat bilan bog‘lab tahlil qilishi zarur. Masalan, qo‘rquv, g‘azab yoki iztirob holatlarida tananing harakati, nafas olish sur‘ati, nigoh yo‘nalishi, tana masofasi va ovoz ohangi tubdan o‘zgaradi. Bularning barchasi ruhiy holatni anglatuvchi yashirin belgilar tizimini tashkil etadi.

Tana orqali ichki ziddiyatni ifodalash usuli qadimiy adabiy an‘anaga borib taqaladi. Biroq zamonaviy adabiyotda bu usul ruhiy tahlil bilan uyg‘unlashgan holda yanada chuqurlashdi. Masalan, qahramonning lablari jilmaygandek tuyulsa ham, ko‘zida alam yashirin bo‘lishi, yoki so‘zda tinchlik bildirilsa-da, kaftning qaltirashi uning ichki bezovtaligini ochib beradi. Bu holat Mehrabian tomonidan qayd etilgan fikrni eslatadi: “Insonning so‘zi bilan tanasi ko‘pincha bir xil ma‘noni bildirmaydi, va asl his-tuyg‘u aynan tana orqali anglanadi”¹⁵ Yozuvchi ana shu tafovutdan badiiy maqsadda foydalanadi. U qahramonning ichki kechinmalarini, yashirin iztiroblarini, ikki fikr orasidagi kurashini tana ifodasi orqali ochadi. Bu usul ruhiy to‘qnashuvni tabiiy shaklda yetkazish imkonini beradi. Masalan, inson o‘zini xotirjam tutishga urinadi, ammo yelkalarining tarangligi, qo‘lning titrashi, nigohning beqarorligi uning ichida tinchlik yo‘qligini bildiradi. Badiiy asarda tana belgilarining ziddiyatli uyg‘unligi inson ruhiyatining ichki murakkabligini ko‘rsatadi. Yozuvchi qahramon tanasidagi beqaror harakatlar, nigohdagi o‘zgarishlar, har bir nafasdagi noaniqlik orqali uning ichki holatini ochib beradi. Ruhiy to‘qnashuvning bunday tasviri ko‘pincha so‘z bilan emas, balki tana orqali sezdiriladi. Goffman tomonidan ilgari surilgan “ijtimoiy sahna” tushunchasi ham bu jarayonda muhimdir. Uning fikriga ko‘ra¹⁶, inson har bir vaziyatda o‘zini boshqacha tutadi, o‘z rolini tanlaydi va uni tanasi orqali ijro etadi. Yozuvchi ana shu “sahnaviy” holatni tahlil qilib, qahramonning ichki va tashqi qiyofasi o‘rtasidagi farqni ochadi. Bu farq psixologik tahlilning markazida turadi. Tana bu yerda ikki dunyo — ichki kechinma va ijtimoiy niqob — o‘rtasidagi ko‘prikka aylanadi. Psixologik obraz yaratishda yozuvchi nafaqat harakatning o‘zini, balki uning ichki sababini ham his etadi. Tana ifodasini tasvirlash orqali u qahramonning yashirin kechinmalarini ochadi, o‘quvchini o‘sha holatni his etishga majbur qiladi.

O‘zbek adabiyotida tana tili ko‘p hollarda milliy xarakter, madaniyat va ijtimoiy qadriyatlar bilan uzviy bog‘liq holda namoyon bo‘ladi. Shukur Xolmirzayev ijodida esa tana tili nafaqat inson ruhiyatining ko‘zgusi, balki milliy tafakkurning badiiy kodlarini ochuvchi estetik belgidir.

Shukur Xolmirzayevning yana bir hikoyasi “Uh” da yozuvchi psixologizmning rangparlik, yig‘i, uh tortish, raqs kabi tana belgilarida izlaydi. Bu usul qahramonning ruhiy jarayonlarini yashirmay, balki o‘quvchi uchun bevosita “ko‘rinadigan” qilib tasvirlaydi. Masalan, juvonning ilk tasviri: “*Eshik ochilib, rangpar juvon bosh suqdi. U xonaga kira solib, divan yonidagi kursiga o‘tira qoldi.*”¹⁷ Bu rangparlik, bosh suqish, birdan o‘tirib olish tashqi belgilar sifatida qahramonning ichki bezovtaligini ko‘rsatadi. Y.Solijonov ta‘kidlaganidek, psixofiziologik holat shaxsning ichki kechinmasi bilan tashqi ko‘rinishi uyg‘un yoki

¹⁵ Mehrabian, A. (1971). *Silent Messages*. Wadsworth

¹⁶ Goffman, E. (1959). *The Presentation of Self in Everyday Life*. Anchor Books.

¹⁷ Xolmirzaev Sh.Uh:hikoya –[Elektron manba]<https://n.ziyouz.com/portal-haqida/xarita/uzbek-nasri/shukur-xolmirzayev-1940-2005/shukur-xolmirzayev-uh-hikoya> (kun ko‘rilgan: 24.11.2024)

nomutanosib tarzda birlashganda dramatik ta'sir yuzaga keladi. Bu holatda juvonning tashqi rangparligi uning ichki iztirobini sezdiradi. Yigitning "uh"lari esa hikoyaning markaziy belgilaridan biri: *"Faqat salom berardi-yu, sigaretni olgandan keyin bitta uh tortar edi."* Bu oddiy tana-harakat (nafas chiqarish) aslida ichki ruhiy bosimning ramzi. Stanislavskiy nazariyasiga ko'ra, tashqi harakat ichki tuyg'uni uyg'otadi, ichki tuyg'u esa yangi tana harakatini tug'diradi¹⁸. "Uh" shu ikki qatlamning tutash nuqtasidir: ichki alam tashqi ohista nafasda ifodalanadi. Umberto Eko nazariyasi nuqtai nazaridan bu "uh" — belgi bo'lib, u o'quvchi uchun yashirin ruhiy mazmuni ochib beradi. Shunday qilib, oddiy fonetik tovush — belgilar tizimida katta semantik yuk oladi.

Juvonning raqs sahnasi: *"Shunday o'ynabmanki, shogirdlarim o'rganish o'rniga tomosha qilishibdi. Zalda chapak. Nazarimda, bu raqsda hamma narsa bor edi: sog'inch, o'kinch, g'am, alam..."* Bu Keyt Sanders ta'kidlaganidek, qahramonning ruhiy bosimini ko'rsatishda yozuvchi tana tafsilotlaridan — titrash, nigohning qochishi, raqs kabi vositalardan foydalanadi¹⁹. Raqs bu yerda ichki monologning o'rnini bosadi, o'quvchiga qahramonning ichki dunyosini ko'z oldida "jonlantirib" beradi. Bundan tashqari, Goffmanning "dramaturgik yondashuvi"ni eslash o'rinli. Goffman inson xatti-harakatlarini "sahna" va "rol" tushunchalari orqali izohlaydi²⁰. Juvon raqs paytida go'yo tomoshabinlar oldida rol ijro etmoqda, ammo uning harakatlarida yashirin "ichki spektakl" — iztirob va sog'inch ifodalanadi. Demak bu Xolmirzayev qahramonining tana harakatlari orqali ijtimoiy niqob va ichki haqiqat ziddiyatini ham ko'rsatadi.

Shklovskiy nazariyasiga ko'ra, san'atning vazifasi — "begonalashtirish", ya'ni oddiy narsalarni noodatiy shaklda ko'rsatish. "Uh"dagi kabi oddiy nafas chiqarish, raqs, yoki qo'l qisish odatda oddiy hayotiy holatlardir. Lekin Xolmirzayev ularni dramatik belgiga aylantiradi: "uh" — sevgining iztirobiy ramzi, raqs — hislarning so'zsiz tili, quchoqlash esa — ikki baxtsiz qalbning so'nggi yaqinlashuvi. *"Meniyam yig'lagim kelyapti. Men uni quchoqlab oldim: ikki baxtsiz shunday o'tirib, ajraldik"*²¹ Bu lahza psixofiziologik dramaturgiyaning cho'qqisi bo'lib, tashqi imo-ishoralar ichki ruhiy holat bilan uyg'unlashib, obrazga kuchli ta'sirchanlik beradi. Shukur Xolmirzayevning "Uh" hikoyasida tana tilidan foydalanish uslubi shundan iboratki, u qahramonlarning ichki olamini bevosita tasvirlamay, balki imo-ishora, rangparlik, "uh" tortish, raqs, ko'z yosh, quchoqlash kabi psixofiziologik belgilar orqali ochib beradi. Bu usul yozuvchining maqsadini ham belgilaydi, o'quvchini qahramon ruhiyatiga majburan emas, balki tabiiy belgilar orqali jalb qilish, ichki kechinmalarni hayotiy va ta'sirchan ko'rsatish. Nazariy jihatdan bu uslub, Y. Solijonov ko'rsatgan psixofiziologik uyg'unlik/nomutanosiblikni, Stanislavskiy ta'kidlagan tana va ruh uyg'unligini, Eko nazariyasidagi belgi va ma'no aloqasini, Goffmanning dramaturgik yondashuvini, Shklovskiyning "begonalashtirish" tamoyilini o'zida mujassamlashtiradi. Xolmirzayev tana tilidan badiiy psixologizmning markaziy vositasi sifatida foydalanadi va uning maqsadi insonning ichki olamini oddiy, lekin kuchli dramatik belgilar orqali estetik darajada ifodalashdir.

¹⁸ Станиславский, К. . Моё творческое кредо. 1936

¹⁹ Sanders, K. (1990). *Psychophysiology and Literary Characterization*. Oxford University Press.

²⁰ Goffman, E. (1959). *The Presentation of Self in Everyday Life*. Anchor Books.

²¹ Xolmirzayev Sh.Uh:hikoya –[Elektron manba]<https://n.ziyouz.com/portal-haqida/xarita/uzbek-nasri/shukur-xolmirzayev-1940-2005/shukur-xolmirzayev-uh-hikoya> (kun ko'rilgan: 24.11.2024)

Shukur Xolmirzayevning “Odam” hikoyasida yozuvchi nutqdan ko‘ra tana harakatlariga ko‘proq urg‘u berib, psixologik chuqurlikka erishadi. Masalan, Rahimaning Shodmon bilan to‘qnash kelganda “oyog‘idan tortib yiqitishi” va “dag‘-dag‘ titrashi” nafaqat oddiy g‘azab ifodasi, balki ayolning jamiyat oldidagi sha‘nini himoya qilish harakatidir. Bu holat Umberto Eko ta’kidlaganidek, tana belgilarining shaxsiy emas, balki madaniy va ijtimoiy kodlangan ramziy xususiyatini yaqqol namoyon qiladi. Demak, Xolmirzayev tana tilidan nafaqat hissiy tasvir vositasi sifatida, balki ijtimoiy ma’no yuklovchi badiiy kod sifatida foydalanadi. Rahimaning keyingi voqealarda “narvonga chiqib olib yig‘lashi” yoki “uyga emaklab kirishi” esa uning ichki dunyosidagi iztiroblar va ijtimoiy rol o‘zgarishini ko‘rsatadi. Erving Goffmanning “sahna” nazariyasi nuqtayi nazaridan bu holat qahramonning jamiyatdagi o‘rnini yo‘qotib, bolalarcha ojizlik maskasiga qaytishini bildiradi. Adolatning “Enam yosh bola bo‘lib qopti-ku” degan gapi ham aynan shuni tasdiqlaydi. Yozuvchi shu tariqa tana belgilarini dramatik vositaga aylantirib, o‘quvchini qahramonning ichki fojeasiga olib kiradi. Hikoyada oddiy tana harakatlari ham o‘quvchiga yangicha psixologik ta’sir ko‘rsatadi. Rahimaning “chap oyog‘ini uqalashi” yoki “chevaralarini chaqirib, keyin xijolat bo‘lishi” oddiy hodisa bo‘lsa-da, Viktor Shklovskiy ta’kidlaganidek, begonalashtirish effekti orqali yangicha estetik ma’no kasb etadi. Bu tafsilotlar orqali kampirning iztiroblari, unutish va xotira orasidagi kechinmalari chuqurroq sezdiriladi. Xolmirzayev oddiy tana belgilarini poetik yangilanish mexanizmiga aylantirishda katta mahorat ko‘rsatadi. Rahimaning “dag‘-dag‘ titrashi”, “ko‘zining tinishi”, “junjikib ketishi” kabi belgilarida hech qanday so‘z ishlatilmagan, biroq o‘quvchi u orqali kampirning ichki qo‘rquvi va ruhiy notinchligini aniq his qiladi. Yozuvchi shunday qilib dialog o‘rniga tana belgilariga urg‘u berib, psixologik tasvirning tabiiyligini ta’minlaydi. Roland Bartz ruhning eng yaqin tarjimoni sifatida qaragani hikoyada Rahimaning oxirgi lahzalarda “ma’yus tikilib yig‘lashi” va “bo‘shashib ketishi” butun hayoti davomida orttirgan iztiroblari va oxirgi rozi-rizoligini so‘zsiz ifodalaydi. Bu yerda so‘zlardan ko‘ra tana belgilarining o‘zi qahramon ruhining tarjimoni sifatida xizmat qiladi. Shukur Xolmirzayevning mahorati ham aynan shunda — u tana tilini oddiy tashqi tasvir emas, balki qahramon ruhiyatining badiiy tarjimoni sifatida qo‘llaydi. Xolmirzayevning badiiy psixologizmida tana tilidan foydalanish uslubi bir nechta qatlamda namoyon bo‘ladi, u tana belgilarini ijtimoiy kod sifatida yuklaydi, dramatik rol vositasi sifatida ishlatadi, estetik begonalashtirish orqali yangilaydi (Shklovskiy), hissiy mazmuni tabiiy ochadi, va ruhning tarjimoniga aylantiradi. Shu tariqa yozuvchi tana tilini oddiy ifoda emas, balki qahramonlarning ichki kechinmalarini o‘quvchiga yetkazuvchi eng qudratli badiiy vosita darajasiga ko‘targan.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR:

1. Goffman, E. (1959). *The Presentation of Self in Everyday Life*. Anchor Books.
2. Goffman, E. (1959). *The Presentation of Self in Everyday Life*. Anchor Books.
3. Станиславский, К. . *Моё творческое кредо*. 1936
4. Sanders, K. (1990). *Psychophysiology and Literary Characterization*. Oxford University Press.
5. Goffman, E. (1959). *The Presentation of Self in Everyday Life*. Anchor Books.
6. Xolmirzaev Sh.Uh:hikoya–[Elektron manba]<https://n.ziyouz.com/portal-haqida/xarita/uzbek-nasri/shukur-xolmirzayev-1940-2005/shukur-xolmirzayev-uh-hikoya>
(kun ko‘rilgan: 24.11.2024)