



DIQQATNING PSIXIK JARAYONLARGA AHAMIYATI

Ro'ziboyeva Nozanin

Ravshanova O'g'ilshod

Termiz davlat pedagogika instituti 1-kurs talabasi

Annotatsiya: Ushbu maqolada biz diqqatning bilish jarayonidagi ahamiyati, fiziologik asoslari va uning turlari, vazifa haqida ma'lumotga ega bo'lamiz.

Kalit so'zlar: diqqat, orentirofka, pareshonxotirlik, perifreik, yo'nalganlik, yo'nalganlik, ixtiyoriy diqqat, ixtiyorsiz diqqat, yo'nalganlik.

Аннотация: В этой статье мы узнаем о значении внимания в процессе познания, его физиологических основах и видах, а также задаче.

Ключевые слова: внимание, отвлечение, отвлечение, периферическое, ориентация, направленность, произвольное внимание, непроизвольное внимание, ориентировка.

Abstract: In this article, we will learn about the importance of attention in the process of cognition, its physiological bases and its types, and the task.

Key words: attention, distraction, distraction, periphreic, orientation, orientation, voluntary attention, involuntary attention, orientation.

Psixologiya fani o'rgangan bilish jarayonlarida biz ko'rishimiz mumkin bo'ladiki nervning faoliyatini va ongning ahamiyatini. Shulardan diqqatning ahamiyati ham juda kata hisoblanadi. Bazi bir olimlar asarlarida diqqatni alohida psixik jarayon deb kiritilgan bo'lsa, boshqa ayrim olimlar asarlarida esa diqqatni mustaqil hodisa sifatida o'rganish mumkin emas deb qarashgan. Diqqatni xaligacha ruxshunoslar oxirigacha o'rganib chiqishmagan va bu noyob hodisa haqida xaligacha yagona fikrga ega emas. Bundan tashqari diqqat malum iroda kuchlarining ifodalanishi, iroda va insonning faoliyati bilan bog'liq. Diqqat hodisasi "toza" ko'rinishdan uchramasligidan bizga diqqatni tushunish murakkabdir. Diqqat o'zining bilish mazmuniga ega emas, u faqat boshqa bilish jarayonlari faoliyatiga xizmat ko'rsatadi. Shuning uchun diqqatni bilish jarayonlarining o'sish xususiyatlarini xarakterlovchi holat, psixofiziologik jarayon sifatida o'rganish zarur.

Psixologiya fanida diqqatga har xil ta'rif beriladi. Uni yoritishda psixologlar turli nazariyalarga asoslanib yondashadilar. Diqqat – ongni bir nuqtaga to'plab, muayyan bir obyektga aktiv qaratilishi aytiladi. (P.I.Ivanov) Ivanovning fikricha biz faoliyatimiz jarayonida idrok va tasavvur qiladigan har bir narsa, hodisa, o'zimiz qilgan ishimiz, o'y va fikrlarimiz diqqatning obyekti bo'la oladi.

D.E.Brodentning fikricha, diqqat – axboratni, aynan, kirib kelishda, ya'ni periferiyada tanlab o'tkazuvchi filtr.

Fransuz olimi Kyuyve geniallikni chidamli diqqat deb ta'riflaydi.

K.D.Ushinskiy "diqqat" ruhiy holatimizning shunday yagona eshigidirki ongimizga kiradigan narsalarning barchasi shu eshik orqali kiradi" - deb ta'kidlaydi.



Diqqat boshqa psixik jarayonlar qatori ma'lum fiziologik hodisalar bilan bo'g'liq bo'ladi. Diqqatning nerv-fiziologik asosi oriyentirovka va tekshirish refleksidir. Reflekslarni o'rgangan rus akademiki Ivan Pavlov diqqatning nerv-fiziologik asosini tashkil qiladigan tekshirish refleksini " Bu nima gap " refleksi deb atagan. Diqqat ma'lum nerv markazlarining qo'zg'alish va miyadagi boshqa nerv markazlarining tormozlanishi bilan bog'liq bo'ladi.

Odam ayrim narsalarga o'z diqqatini ongli ravishda o'zi xohlab qaratsa, boshqa bir narsalar diqqatini beixtiyor ya'ni bizning hoxshimizdan tashqari jalb qiladi. Odam psixik faoliyatining muayyan ob'ektga yo'naltirilishi va to'planishida ifodalanadigan diqqat quyidagi turlarga bo'linadi:

Diqqatning aktivligiga qarab: ixtiyoriy, ixtiyorsiz, ixtiyoriydan so'ng diqqat.

Diqqatning ob'ektiga qarab: tashqi va ichki diqqat

Diqqatning faoliyat turlariga qarab: individual, guruhviy va jamoaviy.

Diqqat, uni mustaqil psixik hodisa sifatida xarakterlovchi qator xususiyatlarga ega. Diqqatning asosiy xususiyatlari: diqqatning kuchi va barqarorligi, diqqatning ko'lam, diqqatning bo'lunuvchanligi va diqqatning ko'chuvchanligidan iborat. Diqqatni ma'lum muddat biror narsaga muttasil, ya'ni uzluksiz tarzda qaratib odam ishlay ham olmaydi, o'qiy ham olmaydi va hatto uxlay ham olmaydi.

Diqqat xususiyatlarini o'rganishda parishonxotirlik haqida masala muhim ahamiyat kasb etadi. Parishonxotirlik ikki turlicha hodisaga aytiladi. Birinchisi, bu ishga haddan tashqari berilib ketishdan atrofi va atrofidaqlariga e'tibor bermasligiga aytiladi. Parishonxotirlikning bu turi u yoki bu faoliyatda kuchli jamlanganlik natijasida yuzaga kelganligi sababli soxta parishonxotirlik deb ataladi. Ikkinchisi esa bu umuman diqqatini bir ob'ektga jamlay olmasligi tez-tez chalg'ib turushiga aytiladi va bu parishonxotirlik haqiqiy parishonxotirlik deb ataladi.

Diqqatning rivojlanishi dunyoga kelishimiz ilk oyidanoq boshlanadi. Bolada avval ixtiyorsiz diqqat namoyon bo'la boshlaydi. Yosh bolalar uch oylikidan boshlab hayotiga uzvisiz bog'liq ob'ektlariga qiziqqa boshlaydi. 5-7 oylikida uzoq vaqt qandaydir jismni kuzatishi, ushlab ko'rishi, og'ziga solishi mumkin. Bu oylikdagi bolalarda yorqin va yaltiroq narsalarga qiziqishi orta boshlaydi, diqqatini ko'proq rang barang narsalar tortadi. Bu ixtiyorsiz diqqat to'la rivojlanganligidan dalolat beradi.

Xulosa:

Demak, diqqatimizning bir fokusga qaratilishi bu – biz uchun eng kerakli jihat ekan. O'zi kerakli barcha ishimiz diqqat orqali amalga oshadi. Shunday ekan, barcha psixik jarayonlar ichida diqqat ustuvorlik qiladi. Biz kelajakda yetuk kadr bo'lib , yetishimiz uchun albatta, hozir olayotgan barcha ilmni diqqat bilan, fokusimizni bir nuqtaga qaratib quloq solishimiz kerak. Aytishadiki, qachonki bo'laman desang zo'r, uning uchun diqqatli bo'l deb. Shundan bilishimiz mumkinki diqqatli inson hech xatolikka yo'l qo'ymaydi.

REFERENCES:

1. P.I.Ivanov.M.E.Zufarova Umumiy Psixologiya



2. G'oziyev E "Umumiy psixologiya" 1-kitobi Toshkent 2004
3. Ashurova, S. F., & qizi Karimova, M. N. (2023). OILADA O 'SMIRLARNING SOG'LOM TURMUSH TARZI VA OILAVIY HAYOT HAQIDAGI TASAVVURLARI SHAKLLANISHINING PEDAGOGIK-PSIXOLOGIK OMILLARI. Educational Research in Universal Sciences, 2(5), 363-368.
4. qizi Imonova, MB (2023). MUSIQANING INSON HISSIYOTIGA TASIRI. National Scientific Research International Journal natijalari , 2 (3), 156-161.
5. Иманов, Б., & Имонова, М. (2021). Развитие творческих способностей учеников при выполнении проблемных экспериментов по физике с помощью инновационных технологий. Общество и инновации, 2(2), 222-227.
6. Imonova, M. B. (2023). Oila tinchligi-jamiyat faravonligi asosi. Finland academic research science publisher, 1148-1151.
7. Имонова, М. (2023). Musiqiy tarbiya-qudratli quroldir yohud musiqiy tarbiyaning shaxs shakllanishiga tasiri. Современные тенденции психологической службы в системе образования: теория и практика, 1(1), 35-37.
8. Имонова , М., & Тожиева , Д. (2023). Роль сиблинговых отношений в когнитивном развитии детей . Традиции и инновации в исследовании и преподавании языков, 1(1), 447-453.
9. Имонова, М., & Таджиева, Д. (2023). Boshlangich sinf oquvchilarida milliy tarbiyani pedagogik va psixologik rivojlanishi qonuniyatlari. Современные тенденции психологической службы в системе образования: теория и практика, 1(1), 74-76.
10. Иманова, М. Б. (2021). ШАХС ХАРАКТЕРИ АКЦЕНТУАЦИЯСИ ВА ДЕСТРУКТИВ ХУЛҚ-АТВОР. Academic research in educational sciences, 2(11), 1399-1403.
11. Imanov, B. (2023). NEGATIVE FACTORS AFFECTING THE QUALITY OF EDUCATION AND WAYS TO ELIMINATE THEM. Science and innovation, 2(B3), 355-358.
12. Имонова, М. Б. (2023). ВАЖНОСТЬ СЕСТРОВЫХ ОТНОШЕНИЙ В ЛИЧНОМ РАЗВИТИИ. FORMATION OF PSYCHOLOGY AND PEDAGOGY AS INTERDISCIPLINARY SCIENCES, 2(22), 120-123.
13. Imonova, M. B. (2023). Causes of Suicide Tendency in Adolescents. Journal of Discoveries in Applied and Natural Science, 1(1), 62-67.
14. Иманов, Б., & Иманова, М. Б. Қ. (2021). ДАРС ТУЗИЛМАСИ ВА УНГА ТАЙЁРГАРЛИК. Academic research in educational sciences, 2(5), 1158-1162.
15. Имонова, М. Б. (2023). РОЛЬ ОТНОШЕНИЯ СИБЛИНГА В ПРОБУЖДЕНИИ МОТИВОВ ОБУЧЕНИЯ ДЕТЕЙ. Евразийский журнал социальных наук, философии и культуры, 3(10), 101-104.
16. Imanov, B. B. (2023). O'QUVCHILARNING TABIATDA SODIR BO'LAYOTGAN FIZIK JARAYONLARNI ANGLAB ETISHDA TAJRIBALARNING O'RN. Interpretation and researches, 2(1).



17. Imanov, B. (2023). NEGATIVE FACTORS AFFECTING THE QUALITY OF EDUCATION AND WAYS TO ELIMINATE THEM. *Science and innovation*, 2(B3), 355-358.
18. Imanov, B. B. (2021). Competences in the quality of education and their organization. *ASIAN JOURNAL OF MULTIDIMENSIONAL RESEARCH*, 10(5), 419-424.
19. Imanov, B. B. (2021). Lesson and its analysis as factor of increasing the quality of education. *European scholar Journal*. Available online at www.scolarzest.com, 1.
20. Summers, D., Kushzhanov, N., Almurzayeva, B., Yesengulova, M., Abdirakhmanova, Y., Safarov, R., & Imanov, B. MORAL DILEMMAS IN DIGITAL & FOREIGN WORLD. *BULLETIN OF NATIONAL ACADEMY OF SCIENCES OF THE REPUBLIC OF KAZAKHSTAN* ISSN 1991-3494 Volume 2, Number 372 (2018), 68-74.
21. Berdievich, IB, & Nazinovich, SDND (2021). Dars va uning tahlili ta'lim sifatini oshirish omili sifatida. *Yevropa olimlari jurnali* , 2 (1), 42-45.
22. Mahmudov, YG, & Imanov, BB (2021). Dars sifati ko'rsatkichlari. *Osiyo ko'p o'lchovli tadqiqot jurnali* , 10 (10), 653-656.
23. Каримова, М. (2023). O'zbek oilalarida qizlarni oilaviy hayot haqidagi tasavvurlarining ijtimoiy-psixologik jihatlari. *Современные тенденции психологической службы в системе образования: теория и практика*, 1(1), 37-40.
24. Каримова, М. (2023). O'zbek oilalarida qizlarni oilaviy hayot haqidagi tasavvurlarining ijtimoiy-psixologik jihatlari. *Современные тенденции психологической службы в системе образования: теория и практика*, 1(1), 37-40.
25. Ne'Matullayeva, S. (2022). МАКТАБГАЧА ТА'ЛИМ ТАШКИЛОТЛАРИДА О 'YIN ТЕРАПИЯСИНИ ҚО'ЛЛАШГА ОИД ҚАРАШЛАР. *Science and innovation*, 1(B4), 444-449.
26. Nematullaeva, S. (2023). DEVELOPING COMMUNICATION SKILLS IN PRESCHOOL CHILDREN THROUGH GAME THERAPY. *Horizon: Journal of Humanity and Artificial Intelligence*, 2(4), 86-88.
27. Норбошева, М. А. (2023). КЛАССИФИКАЦИЯ МОТИВОВ УЧЕНИЯ. *Educational Research in Universal Sciences*, 2(5), 255-258.
28. НОРБОШЕВА, М. А. (2020). Отражение Национальных Ценностей В Национальных Играх. *ECLSS Online 2020b*, 312.