

## INSON PSIXIKASIDA XOTIRANING NAMOYON BO'LISHI

Abduraimova Sabohat Olim qizi

Soatova Sarvara Otabek qizi

*Termiz davlat pedagogika instituti Filologiya fakulteti 1-kurs talabasi*

**Annotatsiya:** *Ushbu maqolada xotira haqida ko'plab ma'lumotlar, xotira haqida fikr bildirgan olimlar, xotiraning turli xil hususiyatlari, ixtiyoriy va ixtiyorsiz xotiraning ahamiyati haqida ma'lumotlar berilgan.*

**Kalit so'zlar:** *Xotira, idrok, assotsiativ, nerv to'qimasi, fikr, obraz, tasavvur, diqqat.*

Xotira-biz bilgan, sezgan, idrok qilgan narsalar shunchaki yo'q bo'lib ketmaydi, ular ma'lum bir darajada miyamizda saqlanib qolishidir. Kechirilgan tuyg'u ,fikr va qilingan barcha ish-harakatlarimiz ham esimizda saqlanib qoladi va keyinchalik yodimizga tushadi. Biz hayotimiz davomida barcha tajribalarimiz yoki bo'lmasam ko'rgan, bilgan voqea hodisalarimiz doim ham esimizga tushavermaydi, ularning ma'lum qismi esda qoladi, ba'zi qismi esa unitiladi. Bizning unitib qo'yishimiz ham xotira bilan bog'liq bo'lgan jarayon hisoblanadi. Oldin biz hayotimiz davomida idrok qilgan narsalarning esimizga tushgan obrazlarni tassavur deb ataladi. Biz ko'nglimizdan kechirgan tuyg'ular har xil mushkul va ish-harakatlari ham xotira mazmunini tashkil qiladi . To'liq qilib aytadigan bo'lsak xotira deb ongimizda aks ettirgan narsalarni mustahkamlash ,saqlab qolish va keyinchalik tiklash [esga tushirish] dan iborat bo'lgan aqliy faoliyatdir. Xotiraning ayrim jarayonlariga misol qilib : esda olib qolish , esda saqlash , esga tushirish va unitishni keltirishimiz mumkin .

Esda olib qolish –xotira faoliyatining boshlanishi hisoblanadi. Biz har doim biron bir voqeani yoki bo'lmasam narsani idrok qilishimiz , biron narsa haqida o'ylashimiz kabi hamisha biron narsa yoki hodisani esda olib qolamiz . Biz esda olib qolishni bosh bo'g'ini desak yanglishmagan bo'lamiz , chunki biz hech narsani esda olib qolib qolmasak , hech narsani esda saqlab qololmaymiz va shu kabi bizda esga tushirish va unitish jarayonlari ham bo'lmaydi. Esda olib qolishning nerv-fizologik asosi bosh miya po'stida yangi muvaqqat nerv bog'lanishlarini hosil bo'lishidan iboratdir. Esda olib qolish faol jarayon bo'lib hisoblanadi: bu faollik ikki turga bo'linadi, shu sababli ixtiyorsiz esda qoldirish usullari ajratiladi. Bir vaqtda va bir yerda birin-ketin idrok qilingan ikki yoki undan ham ortiq narsa va



hodalarning obrazlarini o'rtasida miyada hosil bo'ladigan bog'lanish assotsiativ bog'lanish yoki assotsiatsiya deb ataladi. Assotsiativ bog'lanish shunday bog'lanishki, biz biron bir narsani eshitganimizda unga bog'iq bo'lgan narsani ham eslashimiz. Biz biron bir ashulachini ko'rganimizda, xuddi shu ashulachini qo'shig'i ham yodimizga tushishi, yoki buning aksi ham bo'lishi mumkin, biz qo'shiq eshitganimizda, qo'shiq ijrochisi esimizga tushishi kabi. Mantiqan yoki ma'nosini tushinib esda olib qolish jarayonida asosiy o'rinda fikrlash jarayoni turadi. Masalan, hozirda Davlat Test markazida tuzilayotgan testlatda ham mantiqan esda olib qolishni tekshirish maqsadida fikrlaydigan testlar tekshirilmoqda. Essda qoldirilayotgan narsaning ayrim bir qismi va elementlari o'rtasidagi ma'no va logik bog'lanishlarini fikr yuritish yo'li bilan ochiladi. Turli narsalarini esda olib qolishda so'z maktabgacha tarbiya yoshidayoq hiyla katta rol o'ynaydi. Bu haqida professor L.V.Zankov tajriba o'tkazdi. Esda olib qolish o'z ichida ikki turga bo'linadi. Bular ixtiyoriy va ixtiyorsiz kabidir. Ixtiyorsiz esda qoldirish oldimizga biron bir maqsad qo'ymasdan, esga olishimiz, kerak bo'lgan materialni narsani oldin belgilanmasdan beixtiyor esda qoldirishdir. Ixtiyoriy esda qoldirish bu oldindan ko'zda tutilgan tanlangan materialni ongli ravishda kuch berib maxsus esda qoldirishdir. Biz bilamizki, ixtiyorsiz esda saqlab qolish hayotimiz va faoliyatimizda juda katta o'rin tutadi. Bunga misol qilib aytish mumkin. Biz ayrim hollarda bironda yorqin obrazlar, so'zlar ayrim kishilarning aft-basharasi, o'qilgan yoki eshitilgan jumladan bizning xotiramizda esda olib qolinadi va uzoq saqlanib turadi. Ixtiyoriy esda olib qolish eng yaxshi, samarali va puxta esda qoldirishdir. Esda olib qolishda ixtiyoriy samarali usul deyishimizga ko'plab asoslar bor. Masalan bolalarga biron bir narsani o'rgatayotganimizda bu narsaga nisbatan ularga qanchalik muhim ahamiyat kasb etishini tushuntirsak ularda ixtiyoriy esda olib qolib qolish yaxshi rivojlanadi va ularda o'sha narsaga bo'lgan qiziqish kuchayadi. Shuning uchun ham esda olib qolishda ma'lum materialni xotirada qoldirish zarur va kerak ekanini tushuntirish ahamiyatga egadir. Ilgari tug'ulgan taassurot, fikr, his tuyg'u va ish – harakatlarning jonlanib, takrorlanib tushirishga moyillik paydo qilishi va mustahkamlanishi esda saqlash deyiladi.

Bu haqida I.P.Pavlov, “Mustahkam qaror topgan yangi nerv bog'lanishlarni uzoq vaqtgacha saqlanib qoladi”, - degan fikrni takror takror uqtirib o'tgan edi. Unitish hodisasi deganda ilgari esda oli



qolingan narsalarning ongimizda butunlay yo'q bo'lishi , uni esda tutishga butunlay qarama-qarshi jarayon deb tushuniladi. Bu biz hayot tajribamizda yillar o'tishi uning o'rnini yangi bir ma'lumot egallashiga aytiladi va eski ma'lumot ma'lum bir darajada unitishdir. Har bir narsani yoki voqeani tamom yoki qisman unutish mumkin , bu degani material butunlay esdan chiqib ketadi yoki uning faqat bir qismi unitiladi . Hayotimizda shunday bir odamlar borki, ular juda biz unitishadi, bu hodisa ikki xil sabab bilan bo'lishi mumkin. Birinchisi, yosh o'tgan sari inson xotira susayadi va ular bo'layotgan voqeani tezda unutib qo'yishadi. Ikkinchisi, inson nerv to'qimalarini susayishiga sabab bo'la oladi .

Darhaqiqat , yuqorida keltirib o'tilgan fikrlardan shuni xulosa qilish joizki, xotira inson hayotida eg muhim jarayonlardan biridir. Biz xotiramizni yaxshilovchi va xotira ishlashini tezlashtiruvchi mashqlar qilib tushurishimiz kerak. I.P.Pavlov shuni aniqlaganki, inson xotirasi yomonlashgani sari uning hayotidagi tartib buzilishi yuz beradi. Biz hayotimiz o'z maromida davom etishi uchun xotiraning o'rne beqiyos ekanligini tan olishimiz kerak.

#### FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR:

1. SH.R.Baratov, L.Y.Olimov, O.R.Avezov Psixologiya nazariyasi va tarixi O'zbekiston Faylasuflar milliy jamiyati nashiryoti 2019
2. P.I.Ivanov.M.E.Zufarova Umumiy Psixologiya
3. G'oziyev E"Umumiy psixologiya" 1-kitobi Toshkent 2004
4. 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.
5. qizi Ashurova, S. F. (2023). MAKTABGACHA YOSHDAGI BOLALARNI PSIXOLOGIK VA PEDAGOGIK QO 'LLAB-QUVVATLASHDA PSIXOLOGIK XIZMATNING O 'ZIGA XOS JIHATLARI. Educational Research in Universal Sciences, 2(9), 418-421.
6. qizi Ashurova, S. F. (2023). OILADA YOSHLARNING SOG 'LOM TURMUSH TARZIGA MUNOSABAT SHAKLLANISHINING PEDAGOGIK-PSIXOLOGIK OMILLARI MUAMMO SIFATIDA. Educational Research in Universal Sciences, 2(10), 32-35.



7. 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.
8. Imonova, M. B. (2023). *Oila tinchligi–jamiyat faravonligi asosi*. Finland academic research science publisher, 1148-1151.
9. qizi Imonova, M. B. (2023). MUSIQANING INSON HISSIYOTIGA TASIRI. *Results of National Scientific Research International Journal*, 2(3), 156-161.
10. 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.
11. 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.
12. Иманова, М. Б. (2021). ШАХС ХАРАКТЕРИ АКЦЕНТУАЦИЯСИ ВА ДЕСТРУКТИВ ХУЛҚ-АТВОР. *Academic research in educational sciences*, 2(11), 1399-1403.
13. Imanov, B. (2023). NEGATIVE FACTORS AFFECTING THE QUALITY OF EDUCATION AND WAYS TO ELIMINATE THEM. *Science and innovation*, 2(B3), 355-358.
14. Имонова, М. Б. (2023). ВАЖНОСТЬ СЕСТРОВЫХ ОТНОШЕНИЙ В ЛИЧНОМ РАЗВИТИИ. FORMATION OF PSYCHOLOGY AND PEDAGOGY AS INTERDISCIPLINARY SCIENCES, 2(22), 120-123.
15. Imonova, M. B. (2023). Causes of Suicide Tendency in Adolescents. *Journal of Discoveries in Applied and Natural Science*, 1(1), 62-67.
16. Иманов, Б., & Иманова, М. Б. Қ. (2021). ДАРС ТУЗИЛМАСИ ВА УНГА ТАЙЁРГАРЛИК. *Academic research in educational sciences*, 2(5), 1158-1162.
17. Имонова, М. Б. (2023). РОЛЬ ОТНОШЕНИЯ СИБЛИНГА В ПРОБУЖДЕНИИ МОТИВОВ ОБУЧЕНИЯ ДЕТЕЙ. *Евразийский журнал социальных наук, философии и культуры*, 3(10), 101-104.
18. qizi Karimova, M. N., & Ashurova, S. F. (2023). PROFESSIONAL TA'LIMDA TAHSIL OLAYOTGAN QIZLARNI OILAVIY HAYOTGA TAYYORLASH VA ULARDA SOG 'LOM TURMUSH TARZINI SHAKLLANTIRISHNING PSIXOLOGIK ASOSLARI. *Educational Research in Universal Sciences*, 2(5), 369-373.



19. Karimova, M. (2023). QIZLARNING MUHABBAT BORASIDAGI TASAVVURLARINING OILA MUSTAHKAMLIGIGA TA’SIRI. Журнал Педагогика и психологии в современном образовании, 3(2).
20. Неъматуллаева, С. (2020). Психология детей в возрасте 5-7 лет. Студенческий вестник, (5-1), 62-63.
21. Ne’Matullayeva, S. (2022). MAKTABGACHA TA’LIM TASHKILOTLARIDA O ‘YIN TERAPIYASINI QO’LLASHGA OID QARASHLAR. Science and innovation, 1(B4), 444-449.
22. Nematullaeva, S. (2023). DEVELOPING COMMUNICATION SKILLS IN PRESCHOOL CHILDREN THROUGH GAME THERAPY. Horizon: Journal of Humanity and Artificial Intelligence, 2(4), 86-88.
23. Ne’matullayeva, S. (2022). Maktabgacha ta’lim tashkilotlarida oyin terapiyasini qo’llashda innovatsion usullar. O ‘zbekiston milliy universiteti xabarlari, 1(6).
24. Nematullaeva, S. (2023, April). The role of play therapy in a child's life. In Academic International Conference on Multi-Disciplinary Studies and Education (Vol. 1, No. 1, pp. 9-10).
25. Неъматуллаева, С. Х. (2023). Влияние Игровой Терапии В Формировании Личности Детей. Central Asian Journal of Literature, Philosophy and Culture, 4(2), 31-33.
26. Kizi, N. S. K. (2022). Use of Game Therapy in Preschool Educational Organizations.
27. Нематуллаева, С. (2023). Maktabgacha yoshdagi bolalarning shaxs sifatida kamolotida o’yin terapiyasining ahamiyati . Современные тенденции психологической службы в системе образования: теория и практика, 1(1), 43–46. извлечено от <https://inlibrary.uz/index.php/psychological-service-education/article/view/23475>
28. qizi Ne’matullayeva, S. X., & Ulug’bek qizi Abduqahhorova, M. (2023). BOLA SHAXSINING RIVOJIDA O ‘YIN TERAPIYASINI QO ‘LLASH SHART-SHAROITLARI. Educational Research in Universal Sciences, 2(9), 341-344.
29. Ne’matullayeva, S. (2022). PERSPECTIVES ON THE USE OF PLAY THERAPY IN PRESCHOOL EDUCATIONAL INSTITUTIONS. Science and Innovation, 1(4), 444-449.

