



DIQQATNING KO'CHUVCHANLIGI VA TAQSIMLANISHINI O'RGANISH

Soatova Xayriniso Xushvaqovna
Shahrisabz Davlat Pedagogika instituti
soatovahayriniso@gmail.com

Annotatsiya:

Ushbu tezisda siz diqqatning turlari, ya'ni ixtiyoriy, ixtiyorsiz va ixtiyoriydan so'nggi diqqat o'rganiladi. Diqqatning ko'chuvchanligi, Diqqatning taqsimlanishi o'rganilish darajasi tahlil etiladi.

Kalit so'zlar: Diqqat, Ixtiyoriy diqqat, ixtiyorsiz diqqat, ixtiyoriydan so'nggi diqqat, diqqat ko'chuvchanligi, diqqat taqsimlanishi.

KIRISH:

Diqqat - subyekt faoliyatning biror obyekt yoki hodisaga jalb qilinishi. U har qanday ongli faoliyat samaradorligining zarur shartidir. Bosh miya po'stlog'ining muayyan joylaridagi optimal qo'zg'alish manbalari diqqatning asosini tashkil qiladi. Shu bois ushbu mavzuni chuqur o'rganish o'quvchilar, bolalar mutaxassislar hamda turli kasb yo'nalish vakillari uchun dolzarb va amaliy ahamiyatga ega bo'lib qoladi. Diqqat deb, ongni bir nuqtaga to'plab, muayyan bir obyektga faol qaratilishiga aytamiz: biz o'z faoliyatimiz jarayonida idrok va tasavvur qiladigan har bir hodisa, o'zimizning qilgan ishlarimiz, fikrlarimiz diqqatning ob'ekti bo'la oladi.

Diqqat tushunchasiga olimlar tomonidan bir qator ta'riflar keltirilganligini ta'kidlash mumkin. P.I.Ivanov tomonidan diqqat deb – ongni bir nuqtaga to'plab muayyan bir ob'ektga aktiv qaratilishiga aytiladi. F.N.Dobrinin, N.V.Kuzmina, I.V.Straxov, M. V.Gamezo, N.F.Ganobolin va boshqalarning fikricha, diqqatning vujudga kelishi ongning bir nuqtaga to'planishi ong doirasining torayishini bildiradi, g'uyoki ong doirasi bir muncha tig'izlanadi. Ana shunday torayish va tormozlanish tufayli ong doirasi yorqinlashadi.



Diqqatga u yoki bu darajadagi faollik hosidir. Bunday faollik ongning bir nuqtaga to'planishidir. Ma'lim vaqt mobaynida diqqat qaratilgan narsaga ongning faol yo'naltirilishini saqlab turishdan iboratdir.

Odam ayrim narsalarga o'z diqqatini ongli ravishda o'zi xoxlab qaratsa, boshqa bir narsalar diqqatni bizning xoxishimizdan tashqari jalb qiladi.

Diqqat shunday muhim jarayondirki, u odamning barcha faoliyatlarida albatta ishtirok qiladi. Shuning uchun diqqatning inson xayotidagi roli benihoya kattadir. Fransuz olimi Kyuve geniallikni chidamli diqqat deb ta'riflashi, Nyutonning kashfiyot fikrni doima shu masalaga jarayoni deyishi, K.D.Ushinskiyning "diqqat ruhiy xayotimizning shunday yagona eshigidirki, ongimizga kiradigan narsalarning barchasi shu eshik orqali kiradi" degan fikrlari uning ahamiyatini bildiradi. Haqiqatdan ham diqqat eshigidan tashqarida qolgan narsa ongimizga etib bormaydi. Diqqat psixik faoliyatning yo'naltirilishi va shaxs uchun ma'lim ahamiyatga ega bo'lgan ob'ekt ustida to'planishidan iborat bilish jarayonidir. Yo'naltirish deganda psixik faoliyatning tanlovchanlik tabiati, ob'ektning ixtiyoriy va beixtiyoriy tanlash tushuniladi. Masalan: O'quvchi maktabda o'qituvchi gapirayotgan gaplarni eshitib o'tirganda mana shu eshitib o'tirish faoliyatini ongli ravishda tanlab olgan, uning diqqati ongli ravishda qo'zgalgan shu maqsadga bo'ysindirilgan bo'ladi. O'quvchining biror boshqa narsaga chalgimasdan o'quv materialining mazmuniga zehn qo'yib o'tirishida uning psixik faoliyatining yo'nalishi ifodalanadi. Odam psixik faoliyatning muayyan ob'ektga yo'naltirilishi va to'planishida ifodalanadigan diqqat quyidagi turlarga bo'linadi.

- Diqqatning aktivligiga qarab – ixtiyorsiz, ixtiyoriy va ixtiyoriydan so'nggi diqqat.
- Diqqatning ob'ektiga qarab – tashqi va ichki diqqat.
- Diqqatning faoliyat turlariga qarab – individual, guruhviy va jamoviy diqqat.

Ixtiyorsiz diqqat deb - to'satdan ta'sir qilgan biron sabab tufayli bizning hohishimizdan tashqari hosil bo'ladigan diqqatga aytiladi. Masalan, hikoya o'qish mashguloti paytida to'satdan o'chib o'tgan reaktiv samolyotning qattiq va bahaybat tovushi hammaning diqqatini beixtiyor o'ziga jalb qiladi.



Ixtiyorsiz diqqat odamninghar turli ehtiyojlari va qiziqishi bilan bevosita bogliq bo'lgan diqqatdir. Masalan ,erkin o'yin paytida zaldan eshitib qolgan bolani qiziqirtirgan musiqa ovozi uning diqqatini darhol o'ziga jalb qilib oladi. **Ixtiyoriy diqqat** deb – oldindan belgilangan bir maqsad asosida va ongli ravishda diqqatimizni ma'lum bir narsa va hodisalarga qaratishimizga aytiladi. Shuning uchun barcha faoliyat turlarida,ya'ni o'qish, o'yin [2.117] va mehnat faoliyatlarida ixtiyoriy mehnatning roli juda katta. Shuni aytish lozimki, ixtiyoriy diqqat har doim ixtiyorsiz diqqat bilan almashinib turadi.

Ixtiyoriy va ixtiyorsiz diqqatdan tashqari uning yana bir alohida turini **ixtiyoriydan so'nggi diqqatni** - ko'rsatib o'tish mumkin. Bu tushunchani psixologiyaga N .F.Dobrinin tamonidan kiritilgan.

Agar maqsadga qaratilgan faoliyatda shaxs uchun diqqatning ixtiyoriy to'planganidagi kabi faqat faoliyat natijasi emas,balki uning mazmuni va jarayoning o'zi qiziqarli va ahamiyatli bo'lsa ixtiyoriydan so'nggi diqqat deb tushunish mumkin. Masalan ,yuqori sinf o'quvchisi imtihonga tayyorlanayotib qiyin kitobni qisqacha mazmunini yozib chiqar ekan, oldiniga o'zini diqqat e'tiborli bo'lishiga, chalg'imaslikka majbur qiladi. Keyinchalik u shunday ishga qiziqib ketadiki, oqibatda uni kitobdan chalg'itish qiyin bo'ladi. Irodaviy kuch – g'ayratlar madadiga tayangan diqqat ixtiyoriydan so'nggi diqqatga aylanadi.

Diqqatning ko'chuvchanligi - odamning diqqati har doim bir narsadan ikkinchi bir narsaga , bir faoliyatdan ikkinchi faoliyatga ko'chib turadi.Diqqatning ana shunday xususiyatini diqqatning ko'chuvchanligi deb yuritiladi.Masalan, hikoya o'qib berish mashg'ulotida bolalar o'z diqqatlarini hikoya eshitishdan surat ko'rishga, undan so'ng yana eshitishga bemaol ko'chira olishlari kerak. Diqqatning ko'chuvchanligida Shulte metodidan foydalaniladi.Sinaluvchilarga ham A jadvalidan,keyin ham B jadvalidan raqamlarni ketma –ket qidirish vazifasi topshiriladi. Bundan tashqari , agar A jadvalidan raqamlarni qidirish"o'sish tartibida" – 1 dan 25 gacha bo'lsa B jadvalidan - "kamayish tartibida" - 25 dan 1 gacha raqamlarni qidiradi .Masalan: "1, 25; 2,24..." shu bilan birga, sinaluvchi tajribaning bu bosqichida,aytilgan raqamlarni jadvallarda ko'rsatishi hamda ishga sarflangan vaqtni belgilab qayd etishi kerak. Natijlarning miqdoriy tahlili har bir jadvalga sarflangan vaqtga qarab amalga oshiriladi. [3.152.]



Diqqatning taqsimlanishi - bu odamning bir vaqtning o'zida ma'lim miqdordagi turli xil ob'ektlarni diqqat markazida ushlab turish qobiliyati.

Diqqatning taqsimlash ba'zi kasblar uchun, masalan, bir vaqtning o'zida bir vaqtning o'zida bir nechta stanoklarni kuzatish kerak bo'lgan to'qimachilik ishchilari uchun professional muhim xususiyatdir. [3.153.]

Diqqatni taqsimlash o'qituvchi uchun ham juda muhim: u sinfdagi barcha o'quvchilarni o'z diqqati doirasida ushlab turishi kerak. Diqqatni taqsimlash qobiliyati faoliyatni o'zlashtirish jarayonida shakllanadi, uni mashqlar va tegishli ko'nikmalarni to'plash orqali rivojlantirish mumkin.

Shunday qilib, diqqatni taqsimlash bu ko'chuvchanlikning teskari tamonidir, buni isboti sifatida tajribada kuzatilgan bir misol keltirishimiz mumkin: uchuvchilarni samalyotda juda past (150 -100m) uchishga va shu bilan birga yerdagi kichik o'lchamdagi nishonlarni qidirishga o'rgatishga harakat qilindi. Bunday sharoitlarda uchuvchilarning harakatlarini tahlili diqqatni ikkita mustaqil murakkab faoliyatlar o'rtasida taqsimlanishning iloji yoqligini ko'rsatdi., chunki ularning har biri diqqatni maksimal jamlashni talab qilgan. Shu sababli, biz kuchli aqliy faoliyatning kombinatsiyasi qiyinchilik keltirib chiqaradi degan xulosaga kelishimiz mumkin. Diqqatning ko'chuvchanligi va taqsimlanishini o'rganish insonning psixik faoliyati samaradorligini oshirish hamda shaxsning kognitiv imkoniyatlarini rivojlantirish uchun muhim nazariy va amaliy ahamiyatga ega.

Foydalanilgan adabiyotlar

1. Umumiy Psixologiya P.I.Ivanov M.E.Zufarova Toshkent – 2023
2. Umumiy Psixologiya (darslik) F.I.Xaydarov N.I.Xalilova Toshkent – 2010.
3. Ekspremental psixologiya (darslik) M.X. Karamyan, B.B. Nurillayeva, E.V.Bondareva, M.X.Djumanioyozova, F.E. Gazieva, - Toshkent: Bookmany print, 2023.- 494 b.