

DIQQAT JARAYONLARINI EKSPERIMENTAL O'RGANISHNING PSIXOLOGIK ASOSLARI

Nigora Yo'ldasheva Sodiqjon qizi

ALFRAGANUS UNIVERSITETI Psixologiya

(faoliyat turlari bo'yicha) yo'nalishi 2-bosqich talabasi

O'qituvchi:

Nargiza Ahmadjonova

Alfraganus Universiteti Pedagogika kafedrası o'qituvchisi

Annotatsiya: Ushbu maqolada diqqat psixologik tahlil qilinib, uni eksperimental o'rganish usullari hamda natijalari yoritib berilgan. Shuningdek diqqat haqida ma'lumotlar uni baholashda ishlatiladigan metodlar tahlil qilingan.

Kalit so'zlar: Diqqat, Ixtiyoriy diqqat, Ixtiyorsiz diqqat, Eksperimental psixologiya, Shul'te jadvali, Munsterberg testi, Daniel Kahneman, Harold Pashler.

Insonni faoliyatida diqqatni o'rni benihoya katta hisoblanadi. Sababi xotira, nutq, idrok, tafakkur kabi psixik jarayonlarining barchasi diqqat bilan chambarchas bog'liq. Diqqat borasida eksperimentlar o'tkazish uning yanada rivojlantirish yangi strategiyalarni ishlab chiqishga katta yo'l ochadi.

Diqqat - bu ongni ma'lum obyektga yo'naltira olish va uni barqaror ushlab turish jarayonidir. Diqqatni quyidagi turlari mavjud:

Ixtiyoriy diqqat - ongli boshqariladi.

Ixtiyorsiz diqqat - ongdan tashqari holatda yuzaga keladi.

Ixtiyoriydan keyingi diqqat - insonni qiziqishi natijasida yuzaga keladi. Masalan: bir kitobni o'qish uchun avval ixtiyoriy diqqatdan foydalangan holda boshlaymiz, agar u kitob o'ziga qiziqтира olsa berilib o'qishni boshlaymiz, atrof muhitni eshitmaymiz natijada ixtiyoriydan keyingi diqqat yuzaga keladi.

Diqqat inson faoliyati samaradorligini oshirishda katta rol o'ynaydi.

Psixologik amaliyotlarda diqqat xususiyatlarini aniqlash orqali shaxsni ta'limga va hayotga yondashuvi qandayligi, uning mehnatga layoqati qay darajada ekanligi hattoki stressga qay darajada bardoshlilik borasida xulosa chiqarish mumkin.

Eksperimental psixologiyada diqqatni o'rganish metodlariga misol qilib quyidagilarni keltirish mumkin.

Shul'te jadvallari. Bunda raqamlarni ketma - ket topish asosida diqqatni tezligini aniqlash mumkin.

Tashqi chalg'ituvchi eksperiment bunda diqqat barqarorligini tekshirish uchun chalg'ituvchi omillar bilan hamohang holda topshiriqlar beriladi.

Munsterberg testi - chalkash harflar ichidan so'z topish orqali diqqatni baholash mumkin.

Yana qo'shimcha tarzda **reaksiya vaqti o'lchovidan** ham foydalanish mumkin. Bunda tashqi stimullarga javob tezligini baholaydi.

Shu kabi turli xildagi metodlar yordamida diqqat xususiyatlarini aniqlab va uning o'zgaruvchanligi tahlil qilinadi.

Diqqatni ixtiyoriy boshqara olish darajasi yuqori bo'lgan insonlarda topshiriqlarni bajarish vaqti qisqa bo'ladi hamda ularda xatolar qilish kam bo'ladi.

Diqqatni turli sohalarda eksperimental o'rgansa bo'ladi.

Ta'limdan tashqari ishlab chiqarish sohasida diqqatni yaxshilash ish samaradorligini oshirishi mumkin va bundan tashqari tibbiyot hamda harbiy yo'nalishlarda ham muhim ahamiyatga ega.

Diqqat borasida bir qancha olimlar eksperimentlar o'tkazishgan.

Masalan:

Daniel Kahneman (1934) - fikricha " Insonning diqqat resurslari cheklangan bo'lib ularni bir nechta vazifalar o'rtasida taqsimlash mumkin" bo'ladi.

Kahneman bir vaqtning o'zida bir nechta topshiriq bajarish qiyinligini isbotlagan.

Harold Pashler (1956) - diqqatning bo'linishi muayyan cheklovlarga ega ekanligini isbotlagan.

Pashler ishtirokchilarga 2xil topshiriq berib, ularning bajara olish qobiliyatini o'rgangan. Natijalar shuni ko'rsatdiki, diqqatning bo'linishi samaradorlikni pasaytirib yubordi.

Shunday qilib diqqatni eksperimental psixologiya nuqtai nazaridan o'rganish ko'plab olimlar tomonidan o'rganilib, turli nazariyalar ilgari surilgan.

Xulosa qilib aytganda diqqat kognitiv jarayonlarni boshqarishda muhim ahamiyatga ega.

Eksperimental psixologiyada diqqatni o'rganish bo'yicha olib borilgan tadqiqotlar insonni qobiliyatlarini aniqlash va ularni tahlil qilish imkonini beradi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati

1. Xaydarov F., Xalilova N. Umumiy psixologiya. – Toshkent: Fan, 2012.
2. G'oziyev E. Umumiy psixologiya. – Toshkent: O'zbekiston milliy ensiklopediyasi, 2008.
3. Axmedov M. Psixologiya asoslari. – Toshkent: O'qituvchi, 2005.

4. Nemov R.S. Psixologiya: Umumiy asoslar va eksperimental tadqiqotlar. – Moskva: VLADOS, 2003.
5. Xaydarov F. Diqqat jarayonlari va ularning xotira bilan bog‘liqligi // O‘zbekiston psixologiya jurnali, 2018,
6. Pashler, H. The Psychology of Attention. – Cambridge: MIT Press, 1998
7. Kahneman, D. Attention and Effort. – New Jersey: Prentice-Hall, 1973
8. Ziyonet – O‘zbekiston ta’lim portali – Diqqat va bilish jarayonlari bo‘yicha ilmiy maqolalar.
9. Google Scholar – Diqqat jarayonlarini o‘rganish bo‘yicha zamonaviy tadqiqotlar.