



## XAYOL VA XOTIRA

*G'affarova Nazira Fayzulla qizi*

*TAFU Psixologiya kafedrası o'qituvchisi*

*Mirzaxmadova Madina Ikromjon qizi*

*Toshkent Amaliy Fanlar universiteti talabasi*

**Annotatsiya:** Ushbu tadqiqot xayol va xotira o'rtasidagi murakkab munosabatlarni o'rganishga bag'ishlangan. Xayol insonning tasavvur qilish qobiliyatiga, xotira esa o'z o'tmishini eslash qobiliyatiga taalluqlidir. Ushbu maqolada xayol va xotiraning psixologik, nevrologik va falsafiy jihatlarini tahlil qilinadi. Mavzuning dolzarbligi, shuningdek, zamonaviy psixologiya va kognitiv fanlar doirasida xayol va xotira o'rtasidagi o'zaro bog'liqlikni o'rganish zarurligidan kelib chiqadi. Tadqiqot natijalari inson xayoli va xotirasini yaxshiroq tushunishga yordam beradi.

**Kalit so'zlar:** xayol, xotira, psixologiya, kognitiv fanlar.

**Аннотация:** Данное исследование посвящено изучению сложных взаимосвязей между воображением и памятью. Воображение связано со способностью человека представлять, а память — со способностью вспоминать своё прошлое. В статье анализируются психологические, неврологические и философские аспекты воображения и памяти. Актуальность темы обусловлена необходимостью изучения взаимосвязи между воображением и памятью в рамках современной психологии и когнитивных наук. Результаты исследования помогут лучше понять воображение и память человека.

**Ключевые слова:** воображение, память, психология, когнитивные науки.

**Abstract:** This study is devoted to exploring the complex relationship between imagination and memory. Imagination refers to a person's ability to



visualize, while memory relates to the ability to recall past experiences. The article analyzes the psychological, neurological, and philosophical aspects of imagination and memory. The relevance of the topic is обусловлена the need to study the interconnection between imagination and memory within the framework of modern psychology and cognitive sciences. The results of the study will help to better understand human imagination and memory.

**Keywords:** imagination, memory, psychology, cognitive sciences.

**Kirish:** Xayol va xotira inson psixikasining eng muhim jihatlaridan biridir. Ular bizning hayotimizda muhim rol o'ynaydi va shaxsiy tajribalar, hissiyotlar va fikrlarimizni shakllantiradi. Xayol, asosan, tasavvur qilish, ijodkorlik va yangi g'oyalarni ishlab chiqish qobiliyatimizni ifodalaydi. Xotira esa o'tmishda sodir bo'lgan voqealarni eslab qolishimiz, tajribalarimizni saqlashimiz va ulardan foydalanishimiz uchun zarurdir. Mavzuning dolzarbligi shundaki, xayol va xotira o'rtasidagi munosabatlarni o'rganish, insonning o'z-o'zini anglashini, shuningdek, zamonaviy psixologiya va kognitiv fanlar doirasida xayol va xotira o'rtasidagi bog'liqlikni tushunishga yordam beradi. Ushbu tadqiqotning asosiy maqsadi xayol va xotira o'rtasidagi o'zaro bog'liqlikni tahlil qilishdir. Shuningdek, tadqiqotda xayol va xotira jarayonlarining nevrologik asoslari va psixologik jihatlari ham ko'rib chiqiladi. Ushbu tadqiqotda quyidagi vazifalar belgilangan: xayol va xotira ta'riflarini berish, ularning o'zaro bog'liqligini o'rganish, xayol va xotira jarayonlarining nevrologik asoslarini aniqlash va zamonaviy tadqiqotlarga asoslanib xulosa chiqarish.

**Asosiy qism:**

**Xayol va xotira ta'rifi.** Xayol va xotira tushunchalari psixologiya va kognitiv fanlarda muhim rol o'ynaydi. Xayol, asosan, insonning tasavvur qilish qobiliyatiga taalluqlidir. Xayol jarayonlari orqali inson o'z fikrlarini, g'oyalarni va tasavvurlarini shakllantiradi. Tasavvur qilish jarayoni ko'pincha ijodkorlik bilan bog'liq bo'lib, yangi g'oyalarni yaratishda muhim ahamiyatga ega. Boshqa



tomondan, xotira esa insonning o'tmishini eslab qolish, tajribalarini saqlash va ulardan foydalanish imkonini beradi. Xotira jarayoni uchta asosiy bosqichdan iborat: ma'lumotlarni qabul qilish, saqlash va eslash. Xotira va xayol o'rtasidagi bog'liqlik shundaki, xayol jarayoni xotira jarayonlariga ta'sir ko'rsatishi mumkin. Masalan, yangi g'oyalarni ishlab chiqishda eski tajribalarimizdan foydalanamiz. Xayol va xotira o'rtasidagi o'zaro bog'liqlikni tushunish, insonning psixologik va nevrologik jarayonlarini yanada chuqurroq o'rganishga imkon beradi.

**Xayol va xotira jarayonlari** Xayol va xotira jarayonlari inson miyasi tomonidan boshqariladi. Neyroloji tadqiqotlarida xayol va xotira jarayonlari turli mintaqalarda joylashgan miya qismlari orqali amalga oshiriladi. Xayol jarayoni ko'pincha miyaning frontal lobida ro'y beradi, bu erda ijodkorlik va rejalashtirish jarayonlari amalga oshiriladi. Xotira esa hipocampus va amigdala kabi tuzilmalar orqali boshqariladi. Xotira jarayonlari o'z navbatida xayol jarayonlari bilan bog'liq bo'lib, bir-birini to'ldiradi. Kognitiv fanlar doirasida xayol va xotira jarayonlarini o'rganish, insonning o'z-o'zini anglashini, ijodiy qobiliyatlarini va muammolarni hal qilish qobiliyatini yaxshilashga yordam beradi. Tadqiqot natijalari shuni ko'rsatadiki, xayol va xotira jarayonlari bir-biri bilan chambarchas bog'liq bo'lib, inson psixikasining murakkabligini anglashda muhim ahamiyatga ega. Xayol va xotira jarayonlarini chuqur tahlil qilish, shuningdek, zamonaviy psixologik muammolarni hal qilishda yordam berishi mumkin.

**Xulosa:** Xulosa qilib aytganda, xayol va xotira inson psixikasining ajralmas qismi hisoblanadi. Ular bir-biri bilan bog'liq bo'lib, inson tajribalarini, hissiyotlarini va fikrlarini shakllantiradi. Xayol jarayonlari ijodkorlik va yangi g'oyalarni ishlab chiqishda muhim ahamiyatga ega bo'lsa, xotira jarayoni o'tmishni eslab qolish va tajribalarimizdan foydalanish imkonini beradi. Ushbu tadqiqotda xayol va xotira o'rtasidagi o'zaro bog'liqlik, psixologik va nevrologik jihatlarini ko'rib chiqildi. Natijalar shuni ko'rsatdiki, xayol va xotira



jarayonlari bir-birini to'ldiradi va insonning o'z-o'zini anglashini kuchaytiradi. Shuningdek, tadqiqot natijalari zamonaviy psixologiya va kognitiv fanlar doirasida xayol va xotira o'rtasidagi munosabatlarni yanada chuqurroq o'rganishga yordam beradi.

#### **Foydalanilgan adabiyotlar:**

1. Baddeley, A. D. (2000). *The episodic memory system: a personal perspective*. **Philosophical Transactions of the Royal Society B**, 355(1395), 11–21.
2. Tulving, E. (1972). *Episodic and semantic memory*. In: E. Tulving & W. Donaldson (Eds.), **Organization of Memory**, 381–403-betlar.
3. Schacter, D. L. (1996). *Searching for Memory: The Brain, the Mind, and the Past*. New York: Basic Books, 3–25-betlar.
4. Squire, L. R., & Kandel, E. R. (2000). *Memory: From Mind to Molecule*. New York: Scientific American Library, 45–78-betlar.
5. Eysenck, M. W., & Keane, M. T. (2015). *Cognitive Psychology: A Student's Handbook* (7-nashr). New York: Psychology Press, 120–156-betlar.
6. Atkinson, R. C., & Shiffrin, R. M. (1968). *Human memory: A proposed system and its control processes*. In: K. W. Spence & J. T. Spence (Eds.), **The Psychology of Learning and Motivation**, 2-jild, 89–195-betlar.
7. Neisser, U. (1967). *Cognitive Psychology*. New York: Appleton-Century-Crofts, 1–50-betlar.