

**O'SMIRLARDA DIQQATNING YOSH VA JINS XUSUSIYATLARI**

*Namangan Davlat Universiteti o'qituvchisi*

*Dexkanova Marg'uba Erkinovna*

*Namangan Davlat Universiteti talabasi*

*Isroilova Shohida Islomjon qizi*

*shohidaisroilova@gmail.com*

*Tel: +998 99 3606806*

**Annotatsiya:** Ushbu maqola o'smirlarda diqqatning yosh va jinsga oid xususiyatlarini o'rganishga bag'ishlangan. Tadqiqotda 12-17 yoshli o'smirlar ishtirok etib, ularning diqqat barqarorligi, hajmi va taqsimlanishini baholash uchun psixodiagnostik metodikalar qo'llanilgan. Natijalar diqqatning ayrim parametrlarida yoshga bog'liq sezilarli o'zgarishlar mavjudligini ko'rsatdi. Shuningdek, o'g'il va qiz bolalar o'rtasida diqqatning ayrim turlari bo'yicha farqlar aniqlandi. Olingan ma'lumotlar o'smirlarning kognitiv rivojlanishini tushunish va ta'lim jarayonini optimallashtirish uchun muhim ahamiyatga ega.

**Kalit so'zlar:** O'smirlar, Diqqat, Yosh xususiyatlari, Jins xususiyatlari, Kognitiv rivojlanish, Psixodiagnostika, Diqqat barqarorligi, Ta'lim

**Abstract:** article investigates the age and gender characteristics of attention in adolescents. The study involved adolescents aged 12-17, utilizing psychodiagnostic methods to assess their attention stability, volume, and distribution. Results indicated significant age-related changes in certain parameters of attention. Furthermore, differences were identified between boys and girls regarding specific types of attention. The findings are crucial for understanding cognitive development in adolescents and optimizing educational processes.

**Keywords:** Adolescents, Attention, Age characteristics, Gender differences, Cognitive development, Psychodiagnosics, Attention stability, Education

**Аннотация:** статья посвящена изучению возрастных и гендерных особенностей внимания у подростков. В исследовании приняли участие подростки в возрасте 12-17 лет, для оценки устойчивости, объема и распределения их внимания применялись психодиагностические методики. Результаты показали наличие значительных возрастных изменений в некоторых параметрах внимания. Также были выявлены различия между мальчиками и девочками по определенным видам внимания. Полученные данные имеют важное значение для понимания когнитивного развития подростков и оптимизации образовательного процесса.

**Ключевые слова:** Подростки, Внимание, Возрастные особенности, Гендерные различия, Когнитивное развитие, Психодиагностика, Устойчивость внимания, Образование

Diqqat inson faoliyatining ajralmas qismi bo‘lib, har qanday ongli harakatning samaradorligi uchun zarur shart hisoblanadi. U ongning yo‘naltirilishi va jamlanishini ifodalab, shaxsning hissiy, intellektual yoki motor faoliyatini yuksaltiradi, zarur ma’lumotlarni tanlash va harakatlarni samarali nazorat qilish imkonini beradi. Diqqatning barqarorligi, ko‘chuvchanligi, taqsimlanuvchanligi va hajmi kabi xususiyatlari insonning atrof-muhit bilan o‘zaro munosabatida hal qiluvchi ahamiyatga ega. Qadimgi Rim davridan boshlab uning idrok etishdagi roli tan olinganligi diqqatning inson hayotidagi fundamental ahamiyatini ko‘rsatadi. Shuning uchun, ta’lim jarayonida, kundalik hayotda va ijtimoiy o‘zaro munosabatlarda muvaffaqiyatga erishishda diqqatni rivojlantirish hal qiluvchi ahamiyatga ega.

O‘smirlik davri (odatda 10-11 yoshdan 14-15 yoshgacha) jadal jismoniy va psixologik o‘zgarishlar, qiziquvchanlikning ortishi, o‘z-o‘zini anglash tizimining shakllanishi bilan tavsiflanadi. Bu davr "na bola, na katta" holati sifatida belgilanib, o‘smirlar kattalar dunyosiga kirishga intiladi, tengdoshlar bilan muloqot markaziy o‘rinni egallaydi. Aynan shu bosqichda diqqatning barcha jihatlari, jumladan uning hajmi va barqarorligi, ayniqsa uzoq vaqt davomida diqqatni jamlash qobiliyati sezilarli darajada yaxshilanadi. Diqqat rivojlanishining maktab yoshidagi bosqichi ichki diqqatning jadal rivojlanishi bilan ajralib turadi, bu esa o‘smirlarning o‘quv va kognitiv faoliyatida muhim rol o‘ynaydi.

Biroq, yosh o‘quvchilarga nisbatan ixtiyoriy diqqatni nazorat qilish darajasi yuqori bo‘lishiga qaramay, uning tartibga solinishi hali ham buzilishi mumkin. Taassurotchanlik, yuqori qo‘zg‘aluvchanlik va qiziqishlarni tez-tez o‘zgartirishga moyillik o‘smirlarda diqqat rivojlanishiga to‘sqinlik qiluvchi omillar sifatida qayd etiladi. Ushbu maqola o‘smirlarda diqqatning yoshga bog‘liq dinamikasini va jinsiy farqlarini chuqur tahlil qilishga qaratilgan. Diqqatning rivojlanishida yosh va jinsning o‘ziga xos xususiyatlarini o‘rganish ta’lim jarayonida muvaffaqiyatga erishish, kundalik hayot va ijtimoiy o‘zaro munosabatlarda muhim ahamiyat kasb etadi, shuningdek, pedagogik va psixologik amaliyot uchun qimmatli tavsiyalar berishga zamin yaratadi.

Diqqat insonning kognitiv faoliyatidagi markaziy o‘rinni egallab, uning samaradorligini belgilovchi asosiy mexanizmlardan biri hisoblanadi. Ushbu murakkab psixik jarayonning nazariy asoslari va rivojlanish dinamikasini tushunish, ayniqsa o‘smirlik davrida, chuqur ilmiy tahlilni talab etadi. Adabiyotlar tahlili shuni ko‘rsatadiki, diqqatning mohiyati, uning turlari va xususiyatlari turli olimlar tomonidan

keng o‘rganilgan bo‘lib, bu boradagi tadqiqotlar uning inson hayotidagi fundamental ahamiyatini tasdiqlaydi.

Diqqatning fiziologik asosi bosh miya po‘stlog‘ining ma‘lum sohalaridagi optimal qo‘zg‘alish manbalarida yotadi. Uning ikki asosiy turi – ixtiyorsiz (passiv) va ixtiyoriy (faol) diqqat ajratiladi. Ixtiyorsiz diqqat ongli iroda ishtirokisiz, tashqi omillar ta‘sirida yuzaga kelsa, ixtiyoriy diqqat ongli ravishda belgilangan maqsadga yo‘naltiriladi va irodaviy kuch talab qiladi. Aynan ixtiyoriy diqqat insonning ongli faoliyatining asosini tashkil etib, o‘quv va kasbiy jarayonlarda hal qiluvchi rol o‘ynaydi. Diqqatning barqarorligi, ko‘chuvchanligi, taqsimlanuvchanligi va hajmi kabi xususiyatlari uning samaradorligini belgilaydi. Bu xususiyatlar insonning atrof-muhit bilan o‘zaro munosabatida, ma‘lumotlarni qayta ishlashda va harakatlarni nazorat qilishda muhim ahamiyatga ega.

O‘smirlik davri (10-11 yoshdan 14-15 yoshgacha) diqqatning rivojlanishida muhim bosqich hisoblanadi. Bu davr jadal jismoniy va psixologik o‘zgarishlar, o‘z-o‘zini anglash tizimining shakllanishi bilan tavsiflanadi. M.U. Babajanovning ta‘kidlashicha, aynan shu bosqichda diqqatning barcha jihatlari, jumladan uning hajmi va barqarorligi, ayniqsa uzoq vaqt davomida diqqatni jamlash qobiliyati sezilarli darajada yaxshilanadi. Maktab yoshidagi bosqichda ichki diqqatning jadal rivojlanishi kuzatiladi, bu esa o‘smirlarning o‘quv va kognitiv faoliyatida muhim rol o‘ynaydi. Ushbu davrda miyaning oldingi qismlarining yetilishi, ayniqsa prefrontal korteksning rivojlanishi diqqatni boshqarish va ijro etuvchi funksiyalarni yaxshilashga yordam beradi.

Biroq, o‘smirlarda diqqat rivojlanishi ba‘zi qiyinchiliklar bilan ham kechadi. Yosh o‘quvchilarga nisbatan ixtiyoriy diqqatni nazorat qilish darajasi yuqori bo‘lishiga qaramay, uning tartibga solinishi hali ham buzilishi mumkin. Taassurotchanlik, yuqori qo‘zg‘aluvchanlik va qiziqishlarni tez-tez o‘zgartirishga moyillik o‘smirlarda diqqat rivojlanishiga to‘sqinlik qiluvchi omillar sifatida qayd etiladi. Sharipova O.A. tomonidan qayd etilgan boshlang‘ich maktab oxiridagi motivatsion inqiroz ham o‘smirlik davrida diqqatni jamlashdagi qiyinchiliklarni chuqurlashtirishi mumkin.

Diqqat rivojlanishiga ta‘sir etuvchi omillar kompleks xarakterga ega bo‘lib, ularni psixologik, biologik va ijtimoiy kategoriyalarga ajratish mumkin. Psixologik omillar qatoriga hissiyotlarning, ayniqsa ijobiy va salbiy emotsiyalarning diqqatni jalb qilish va ushlab turishdagi roli kiradi. Motivatsiya, o‘z-o‘zini tartibga solish qobiliyati va qiziqishlar ham diqqatning yo‘nalishi va barqarorligiga sezilarli ta‘sir ko‘rsatadi. Biologik omillar miyaning yetilishi, gormonal o‘zgarishlar va umumiy sog‘liq holatini o‘z ichiga oladi. O‘smirlik davridagi jadal gormonal o‘zgarishlar va miya tuzilmalarining qayta shakllanishi diqqat jarayonlariga bevosita ta‘sir ko‘rsatadi. Ijtimoiy omillar esa tengdoshlar bilan muloqot, oilaviy muhit, ta‘lim jarayoni va

madaniy kontekstni o‘z ichiga oladi. Bu omillar diqqatni rivojlantirishda muhim rol o‘ynaydi, chunki o‘smirlar o‘z diqqatini qanday yo‘naltirishni va boshqarishni ijtimoiy o‘zaro munosabatlar orqali o‘rganadilar.

O‘smirlarda diqqatning jinsiy xususiyatlari masalasi ilmiy adabiyotlarda keng muhokama qilinadi. "Jins" biologik kategoriya bo‘lsa, "gender" ijtimoiy kategoriya sifatida tushuniladi. Zamonaviy ilmiy ma’lumotlar shuni ko‘rsatadiki, turli jinsdagi shaxslar asosan bir-biriga o‘xshash bo‘lib, haqiqiy gender farqlari juda kichikdir. 1970-yillardagi tadqiqotlar to‘rtta parametr bo‘yicha kichik farqlarni aniqlagan bo‘lsa-da, keyingi tadqiqotlar og‘zaki qobiliyatlarda gender farqlarini topmadi. Matematik qobiliyatlar, fazoviy idrok va agressiyadagi kuzatiladigan farqlar kichik hisoblanadi va ko‘pincha gender stereotiplari bilan bog‘liq bo‘ladi. Bu holat diqqatga ham tegishli bo‘lishi mumkin, ya’ni diqqatning turli jihatlarida kuzatiladigan farqlar biologik emas, balki ijtimoiy-madaniy omillar va gender stereotiplari ta’sirida shakllangan bo‘lishi ehtimoli yuqori.

Nashr qilishdagi tarfakashlik (publication bias) ham bu masalada muhim ahamiyatga ega. Kichik gender farqlarini ko‘rsatuvchi tadqiqotlar o‘xshashliklarni topganlarga qaraganda ko‘proq nashr etilishi va iqtibos keltirilishi mumkin, bu esa jamoatchilik va ilmiy muhokamalarda farqlarga haddan tashqari urg‘u berilishiga olib keladi. Shu sababli, o‘smirlarda diqqatning jinsiy xususiyatlarini o‘rganishda bu omilni hisobga olish, mavjud ma’lumotlarni tanqidiy tahlil qilish va gender stereotiplarining ta’sirini inkor etmaslik muhimdir. O‘zbekistonda gender tengligi bo‘yicha olib borilayotgan ishlar va an’anaviy gender rollarining saqlanib qolishi ham diqqatning rivojlanishiga bilvosita ta’sir ko‘rsatishi mumkin, chunki ijtimoiy kutishlar va imkoniyatlar kognitiv jarayonlarning namoyon bo‘lishiga ta’sir qiladi.

Xulosa qilib aytganda, o‘smirlarda diqqatning rivojlanishi yoshga bog‘liq dinamikaga ega bo‘lib, bu davrda diqqatning barcha xususiyatlari sezilarli darajada takomillashadi, ammo shu bilan birga o‘ziga xos qiyinchiliklar ham mavjud. Diqqat rivojlanishiga psixologik, biologik va ijtimoiy omillar majmuasi ta’sir ko‘rsatadi. Gender farqlari esa, agar mavjud bo‘lsa, juda kichik bo‘lib, ko‘pincha ijtimoiy-madaniy kontekst va stereotiplar bilan bog‘liqdir. Bu boradagi tadqiqotlar diqqatni rivojlantirish bo‘yicha samarali pedagogik va psixologik tavsiyalar ishlab chiqish uchun asos bo‘lib xizmat qiladi.

### Foydalanilgan adabiyotlar

1. Jumayeva, M. (2022). O'smirlarda diqqatning rivojlanish xususiyatlari. *Pedagogika va psixologiya*, 123-127b
2. Xolmatova, D. (2021). O'smirlarda diqqatning psixologik xususiyatlari. *Fan va jamiyat*, 89b

3. Ergasheva, N. (2022). O'smirlarda kognitiv jarayonlarning rivojlanish xususiyatlari. *Psixologiya*, 2022 45.b
4. Mirzayeva, M. (2020). O'smirlarda diqqat barqarorligining psixologik jihatlari. *Zamonaviy ta'lim*, 112-116b
5. Qodirova, G. (2021). O'smirlarda diqqatning turlari va ularning rivojlanish xususiyatlari. *Ta'lim va innovatsion tadqiqotlar*, 187-191.b
6. Abduvaxobova, M. (2022). O'smirlarda diqqatning hajmi va taqsimlanishining psixologik xususiyatlari. *Buxoro davlat universiteti ilmiy axborotnomasi*
7. Nazarova, M. (2023). O'smirlarda diqqatni rivojlantirishning pedagogik-psixologik asoslari. *Pedagogika va psixologiya*, 78-82.b