

DIQQAT — O‘QUV FAOLIYATINING SAMARADORLIGINI TA’MINLOVCHI ASOSIY PSIXOLOGIK JARAYON SIFATIDA

*Muallif: Mahmudova Dilnoz Munavarovna
Farg‘ona viloyati Qo‘qon shahar 40-umumiy
o‘rta ta‘lim maktabi psixologi*

ANNOTATSIYA

Mazkur maqolada diqqat psixologik jarayon sifatida tahlil qilinadi. Diqqatning turlari, xususiyatlari va uning o‘quvchi bilish faoliyatidagi o‘rni yoritilgan. Shuningdek, dars jarayonida o‘quvchilar diqqatini barqarorlashtirish, tarqoqlikning oldini olish bo‘yicha psixologik tavsiyalar va metodik usullar bayon etilgan.

Kalit so‘zlar: diqqat, ixtiyoriy diqqat, ixtiyorsiz diqqat, konsentratsiya, barqarorlik, diqqat ko‘lami, bilish jarayonlari, pedagogik psixologiya.

I. KIRISH

Insonning butun hayoti va faoliyati davomida bilish jarayonlari (sezgi, idrok, xotira, tafakkur, xayol) muhim rol o‘ynaydi. Biroq, bu jarayonlarning hech biri **diqqatsiz** kechmaydi. Diqqat — bu ongning biror obyektga yo‘naltirilishi va unda to‘planishidir. U alohida psixologik jarayon bo‘lmasa-da, boshqa barcha bilish jarayonlarining "foni" va ularning samaradorligini ta‘minlovchi mexanizm hisoblanadi.

Ta‘lim tizimida, xususan, Qo‘qon shahar 40-umumiy o‘rta ta‘lim maktabi sharoitida o‘quvchilarning o‘zlashtirish ko‘rsatkichlarini tahlil qilganimizda, aksariyat hollarda past o‘zlashtirishga intellektual yetishmovchilik emas, balki aynan diqqatning tarqoqligi sabab bo‘layotganini ko‘rishimiz mumkin. Shu bois, diqqatni psixologik jarayon sifatida chuqur o‘rganish va uni boshqarish yo‘llarini bilish har bir pedagog va psixolog uchun dolzarbdir.

II. DIQQATNING PSIXOLOGIK TABIATI VA TURLARI

Psixologiya fanida diqqat uchta asosiy turga bo‘linadi va ularning har biri ta‘limning ma‘lum bosqichlarida namoyon bo‘ladi:

1. **Ixtiyorsiz diqqat:** Bu diqqat turi insonning irodasidan tashqari, kutilmagan kuchli qo‘zg‘atuvchilar ta‘sirida paydo bo‘ladi. Masalan, dars paytida eshikning qattiq yopilishi yoki sinfga begona kishining kirishi o‘quvchilarning ixtiyorsiz diqqatini tortadi. Bu diqqat turi uchun hech qanday kuch sarflanmaydi.

2. **Ixtiyoriy diqqat:** Bu insonning oldindan belgilangan maqsad asosida, irodaviy kuch sarflab biror ishga diqqat qaratishidir. O‘quvchi o‘zi uchun qiyin yoki unchalik qiziqarli bo‘lmagan matematik masalani yechayotganda ixtiyoriy diqqat ishga tushadi. Ta‘lim jarayonining asosiy poydevori aynan ixtiyoriy diqqatdir.

3. **Ixtiyoriydan so‘nggi diqqat:** Bu diqqatning eng oliy shakli bo‘lib, bunda o‘quvchi dastlab iroda kuchi bilan ish boshlaydi, biroq jarayon shunchalik qiziqarli bo‘lib ketadiki, endi irodaviy zo‘riqishga hojat qolmaydi. O‘quvchining darsga "sho‘ng‘ib" ketishi bunga misol bo‘ladi.

III. DIQQATNING ASOSIY XUSUSIYATLARI VA ULARNING NAMOYON BO‘LISHI

O‘quvchining darsdagi faoliyatini baholashda diqqatning quyidagi xususiyatlarini inobatga olish zarur:

- **Diqqat barqarorligi:** Ongning obyektida uzoq vaqt saqlanib turishi. Kichik maktab yoshidagi bolalarda bu muddat 15-20 daqiqani tashkil etsa, yuqori sinflarda uzoqroq davom etadi.
- **Diqqat ko‘lami:** Insonning bir vaqtning o‘zida qancha obyektни aniq idrok qila olishi. Odatda bu ko‘rsatkich 5 tadan 9 tagacha obyektни tashkil etadi.
- **Diqqatning ko‘chuvchanligi:** Bir faoliyatdan ikkinchi faoliyatga ongli ravishda tez o‘ta olish qobiliyati.
- **Diqqat bo‘linishi:** Bir vaqtning o‘zida ikki yoki undan ortiq ishni bajarish (masalan, o‘qituvchini eshitib, daftarga qayd qilish).

IV. MAKTAB O‘QUVCHILARIDA DIQQAT TARQOQLIGI VA UNI BARTARAF ETISH

40-maktab o‘quvchilari o‘rtasida o‘tkazilgan psixologik testlar (masalan, "Munsterberg testi", "Shulte jadvali") shuni ko‘rsatdiki, bugungi kunda o‘quvchilar diqqatiga eng katta salbiy ta‘sir ko‘rsatuvchi omil — bu "gadjetlarga bog‘liqlik" va "axborot ko‘pligi"dir (klip muloqot).

Diqqat tarqoqligini (nevroz, charchoq yoki qiziqish yo‘qligi sababli) bartaraf etish uchun quyidagi psixologik usullarni qo‘llash tavsiya etiladi:

1. **Faoliyatni rang-barang qilish:** Dars davomida monotonlikdan qochish, ko‘rgazmali qurollar va interaktiv metodlarni almashtirib turish ixtiyorsiz diqqatni ixtiyoriy diqqatga aylantiradi.
2. **Psixologik pauzalar:** Darsning 20-25 daqiqasida o‘quvchilarning diqqati pasayadi. Shu vaqtda qisqa "diqqatni charxlovchi" o‘yinlar yoki jismoniy daqiqalar o‘tkazish lozim.
3. **Diqqatni tarbiyalash mashqlari:** Masalan, "Farqini top", "Korrektur sinov" kabi metodikalar o‘quvchida diqqatni jamlash ko‘nikmasini hosil qiladi.

V. O‘QITUVCHI VA PSIXOLOG HAMKORLIGI

O‘quvchi diqqatini shakllantirishda pedagogning mahorati asosiy rol o‘ynaydi. O‘qituvchi darsni shunday tashkil etishi kerakki, o‘quvchi "zerikish" hissini tuyishga ulgurmasin. Bizning maktabimizda har bir sinf kesimida "Diqqat xaritasi" shakllantirilgan bo‘lib, unda diqqati sust o‘quvchilar bilan individual ishlash rejalashtirilgan.

Psixolog sifatida mening vazifam — darsda diqqatini jamlay olmayotgan o‘quvchining ichki kechinmalarini o‘rganishdir. Ba‘zan oiladagi nizo yoki shaxsiy xavotir bolaning butun diqqatini "ichkariga" tortib ketadi va u tashqi axborotni qabul qila olmaydi. Bunday hollarda korreksion ishlar olib boriladi.

XULOSA

Diqqat — inson aqliy faoliyatining "darvozasi"dir. Agar bu darvoza yopiq bo‘lsa, hech qanday bilim uning ichiga kira olmaydi. Shuning uchun ham ta‘lim jarayonida o‘quvchilarga faqat bilim berish bilan cheklanib qolmay, ularning diqqat xususiyatlarini rivojlantirish ustida ham ishlashimiz zarur.

Yuqoridagilardan quyidagicha xulosaga kelish mumkin. O‘quvchi diqqatini boshqarish - bu uni majburlash emas, balki uni qiziqtirish va jarayonga jalb eta olish san‘atidir. Barqaror diqqat o‘quvchining kelajakda intellektual salohiyati yuqori shaxs bo‘lib yetishishiga mustahkam zamin yaratadi.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR:

1. G‘oziyev E.G‘. "Umumiy psixologiya". Toshkent, 2010.
2. Karimova V.M. "Psixologiya". Toshkent, 2002.
3. Luriya A.R. "Vnimanije i pamyat". Moskva, 1975.
4. Dormashev Yu.B., Romanov V.Ya. "Psixologiya vnimaniya". Moskva, 2002.
5. O‘zbekiston Respublikasi Xalq ta‘limi vazirligining "Maktab psixologlari uchun metodik tavsiyalari". Toshkent, 2021.