

## O'QUVCHILARDA DIQQAT BUZILISHINING PSIXOLOGIK SABABLARI

*Qayumova Nargiza Turdaliyevna*

*Chortoq tumanidagi 5- sonli ayrim fanlar chuqurlashtirib  
o'qitiladigan maktab amaliyotchi psixologi*

### ANNOTATSIYA

Mazkur maqolada o'quvchilarda diqqat buzilishining psixologik sabablari, uning ta'lim jarayoniga ta'siri hamda bunday holatlarni kamaytirish yo'llari yoritiladi. Shuningdek, oila, maktab va psixologik muhitning diqqat rivojlanishidagi o'rni tahlil qilinadi.

**Kalit so'zlar:** diqqat, psixologiya, o'quvchi, bilish jarayoni, chalg'ish, emotsional holat, motivatsiya, ta'lim.

### KIRISH

Diqqat insonning bilish jarayonlaridan biri bo'lib, u o'quvchilarning o'qish samaradorligida muhim rol o'ynaydi. Diqqat buzilishi esa o'quvchilarda darsga e'tibor qaratishning qiyinlashishi, tez chalg'ish va topshiriqlarni bajarishda sustkashlik bilan namoyon bo'ladi.

Psixologik jihatdan diqqat buzilishining bir qator sabablari mavjud. Ulardan biri emotsional beqarorlik bo'lib, o'quvchining ichki xavotiri, stress yoki qo'rquv holatlari diqqatni jamlashga to'sqinlik qiladi.

Yana bir muhim sabab — motivatsiyaning pastligi. O'quvchi darsga qiziqmasa, uning diqqatini uzoq vaqt bir joyga jamlash qiyin bo'ladi. Oilaviy muhit ham diqqat rivojlanishiga katta ta'sir ko'rsatadi. Oiladagi nizolar, e'tiborsizlik yoki haddan tashqari bosim bolaning ruhiy holatini buzib, diqqatni susaytiradi.

Raqamli texnologiyalardan ortiqcha foydalanish ham diqqat buzilishiga sabab bo'lishi mumkin. Tez almashuvchi axborotlar miya faoliyatini charchatadi va uzoq konsentratsiyani qiyinlashtiradi. Maktabdagi pedagogik yondashuv ham muhim omildir. Qiziqarsiz darslar, bir xil metodlar va salbiy muhit o'quvchilarda chalg'ish holatini kuchaytiradi.

Shuningdek, uyqu yetishmasligi, charchoq va sog'lom turmush tarziga rioya qilmaslik ham diqqatni pasaytiradi. Diqqat buzilishini kamaytirishda psixologik mashg'ulotlar, treninglar va maxsus mashqlar samarali hisoblanadi. Bu mashqlar o'quvchilarda diqqatni jamlash va uni boshqarish ko'nikmalarini rivojlantiradi.

O'quvchilarda diqqat buzilishi ko'plab psixologik va ijtimoiy omillar bilan bog'liq bo'lib, uni bartaraf etishda oila, maktab va psixolog hamkorligi muhim ahamiyatga ega.

O'quvchi yoshlarning zamonaviy bilimlar olishini ta'minlash uchun butun pedagogik jarayonning negizi hisoblangan o'qituvchi-pedagog o'quvchilarning shaxsiy individual xususiyatlarini e'tiborga olgan holda hozirgi davr talablari darajasida tashkil etishi kerak bo'ladi. O'quvchilarning individual xususiyatlarini shakllantirishda ta'lim-tarbiya jarayoninig butun murakkabliklari, muammolari pedagogning mehnati mazmunida o'z aksini topadi. Muvaffaqiyatli o'qishning muhim omillaridan biri diqqatni to'planishidir. Darsda o'qituvchi tinglay olmaydigan o'quvchining diqqati tarqoq, doimiy ravishda u dasrga e'tiborsiz bo'lsa, kelayotgan axborotni u qisman, sifatsiz qabul qiladi yoki butunlay qabul qilmaydi. O'qituvchilar ko'pinga mashg'ulot paytida o'z o'quvchilariga e'tiborliroq bo'lishlarini talab qilib: «diqqat qiling», «iltimos quloq soling», «bu yoqqa qarang» kabi iboralar bilan murojaat qiladilar. Ammo afsuski, bunday iboralar ta'siri uzoqqa bormaydi.

Bolalardagi diqqat buzilishi turli shakllarda namoyon bo'lishi mumkin.

- O'ngida tush ko'rish (bola hayolan boshqa qayerdadir bo'ladi, uni chaqirilganda u cho'chib qo'rqib ketadi).

- Harakatning giperfaolliigi (bola bir daqiqa ham jim o'tira olmaydi, serharakat bo'ladi).

- Verbal giperfaollik (bola to'xtamay gapiradi).

- Tez gapirish va xorish (avvaliga fikrni normal holatda jamlanadi, ammo uzoq vaqtga cho'zilmaydi, odatda bunday bolalarning diktantlari yoki yozma ishlari oxirida xatolari ko'payib ketadi).

- Diqqatning yengil ko'rinishidagi bo'linishi (qiyinchiliklar yuzaga kelgan holatda bola tirishqoqlikni to'xtatadi va oldiga qo'ygan maqsadga erishishga intilmaydi).

Bu belgilarning har biri bolada diqqat yetishmovchiligidan dalolat beradi.

Diqqatni jamlash bo'yicha individual xususiyatlarni turlicha aniqlash mumkin. Eng avvalo, bir xil yoshdagi o'quvchilarni diqqatini to'plash darajasiga ko'ra, ajratish mumkin, ya'ni ularning mashg'ulotlardagi o'zlarini namoyon qilishlariga qarab, «yaxshi», «o'rta», «zaif» guruhlarga ajratish mumkin. Ammo bu aniq natija beradi deyish to'g'ri emas, chunki bolaning diqqat qilish holati topshiriqning turiga bog'liq. O'qituvchining fikricha, diqqat qilish qobiliyati yetarli rivojlanmagan o'quvi bir darsda e'tiborliroq, boshqasida esa bee'tibor bo'lishi mumkin. Ehtimol, u darsdan tashqari mashg'ulotlarda o'zini yanada e'tiborli va faol bo'lib namoyon etishi mumkin. Bunday

o'quvchilar o'zlari yoqtirmagan o'qituvchining darslarida umuman e'tiborsiz bo'lishi mumkin, yoqtirgan o'quvchilarining darslarida faol ishtirok etishga harakat qiladilar [4].

Diqqat bo'linishi turli odamlarda turli bo'lishi mumkin. Kuzatishlarga ko'ra, inson biror ish bilan shug'ulanganda, har qanday tashqi ta'sirlardan qat'iy nazar diqqati bo'linmaydi. Ammo boshqa bir kishining oddiygina harakati yoki tovushidan diqqati bo'linadi. Bu xususiyat bola tug'ilganidan mavjud bo'lib, uzoq vaqt mobaynida o'zgarmaydi. Bu inson temperamentiga bog'liq, ammo bu xususiyat tug'ma bo'li, hech qanday ta'sirga bo'ysunmaydi, deb o'ylash noto'g'ri. Aksincha, tarbiya, o'z-o'zini tarbiyalash orqali, maqsad sari intilishlar yordamida, sistemali mashg'ulotlar va foydali odatlarni ishlab chiqish yordamida bu xususiyat asta-sekin xohlagan yo'nalishda qayta qurilishi va o'zgartirilishi mumkin

Tarbiyachi pedagoglar, ota-onalar bolalarni o'z-o'zini nazorat qila olish va mutsamil faoliyat qila olishga o'rgatishlari lozim va muvaffaqiyatlari uchun ularni rag'batlantirib turishlari lozim. Bolalar diqqat beqarorligidan tushkunlikka tushib qolmasligi lozim.

Diqqat o'quv faoliyati muvaffaqiyatining ta'minlanishini muhim shartidir. Ta'lim jarayonida diqqat takomillashib, ixtiyoriy yo'naltiriladigan, uyushgan, tarbiga solingan, boshqariladigan bo'lib boradi.

Diqqatsizlikning oddiy sabablari – fanga nisbatan qiziqishning yo'qligi, materialni bayon qilishning quruq va noaniqligi, o'quvchilarning charchaganligidir. O'quvchilar diqqatini qo'zg'atishning asosiy vositalari – xilma xil usullarni qo'llagan holda mashg'ulotlarni dinamik tarzda olib borish, o'quvchilar faolligini oshirish, bayon qilishning jonliligi, o'quvchilarning bir faoliyat turidan ikkinchisiga o'tishi, diqqatni chalg'ituvchi qo'zg'atuvchilarga barham berishdan iborat. Albatta diqqatni faqat uni chalg'ituvchilarga barham berish yo'li bilangina emas, balki ularga qarshi tura bilish qobiliyatini tarkib toptirish, ularni chalg'ituvchi ta'siriga qarshi ko'rashish yo'li bilan tarbiyalamoq kerak, aks holda noziklashgan, injiq diqqatni mutlaqo qulay sharoitlardagina ishlash odati vujudga keladi.

### **XULOSA**

Diqqatning xarakteriga o'quv ishlarining sur'ati juda katta ta'sir ko'rsatadi. Sekin sur'at diqqatni tarqatib yuboradi, o'quvchilarning faolligini pasaytiradi. Jadal sur'at ham noqulaydir; ko'pchilik o'quvchilar o'qituvchining fikriga diqqat qilib ulgurmaydilar, charchaydilar, orqada qoladilar, buning oqibatida diqqat ham susayib, tarqoq holda bo'ladi. Muayyan sinf uchun optimal ish sur'ati o'qituvchi tomonidan belgilanadi. O'qituvchi o'quvchilarning diqqatini jalb etishga harakat qilganda shu narsani nazarda tutish kerakki, ba'zi hollarda

o'quvchilar o'z diqqatlarini oshirib, diqqat qilib, diqqat bilan qarab o'tirsalar ham, lekin, ularning fikri boshqa narsa bilan band bo'lishi mumkin. Shuning uchun o'qituvchi diqqatning tashqi ifodasigagina e'tibor berib qolmasdan, faoliyat jarayonida aktiv idrok qilish bilan bog'liq bo'lgan haqiqiy diqqat berilishiga erishmog'i lozim.

**FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR RO'YXATI:**

1. I.A.Karimov "Barkamol avlod orzusi" Toshkent-1997
2. I.A.Karimov "O'zbekiston mustaqillikka erishish ostonasida"
3. E.G'oziyev "Psixologiya" Toshkent - 1994
4. A. Rahmonov, Yo Jumanazarov "Yosh va pedagogik psixologiya" Namangan-2007
5. V.Karimova. "Psixologiya" Toshkent – 2002