

**ЎЗБЕКИСТОН РЕСПУБЛИКАСИ ОЛИЙ ВА
ЎРТА МАХСУС ТАЪЛИМ ВАЗИРЛИГИ
НАМАНГАН МУХАНДИСЛИК-
ТЕХНОЛОГИЯ ИНСТИТУТИ**

“Жисмоний тарбия ва спорт” кафедраси

“Педагогика ва психология” fanidan

РЕФЕРАТ

Мавзу: Диққат ва унинг ўзига хос хусусиятлари.

Бажарди:
талабаси

3у-12 гуруҳ
Сотволдиев Б

Қабул қилди:

Муллабоева Н

Наманган – 2015 йил

Мавзу: Диққат ва унинг узига хос хусусиятлари.

Режа:

I.Кириш

II.Асосий қисм

- 1.Диққат тўғрисида тушунча
- 2.Диққатнинг физиологик механизмлари
- 3.Диққат турлари
- 4.Диққат ва онг
- 5.Билиш жараёнлари

III.Хулоса

К И Р И Ш.

Ўзбекистон Республикаси Президенти И.А. Каримов раҳбарлигида амалга оширилаётган «Кадрлар тайёрлаш миллий Дастури»нинг «сифат босқичи» барча турдаги таълим муассасалари олдига бўлажак мутахассисларнинг билимлари сифатига катта эътибор бериш вазифасини қўймоқда.

Технологик жараёнларни автоматлаштириш ва бошқариш йўналишда таълим олаётган бакалаврларга психология фанидан оладиган билимлар ҳажми Намунавий дастурда (2004 й) белгилаб берилган ва ушбу маъруза матнида режалаштирилган мавзулар бугунги ҳаётимиз ва фаолиятимизнинг энг долзарб муаммоларини ўз ичига олади.

Мазкур фанни ўрганиш даврида билим, кўникма ва малака, тушунчалар, атамалар, илғор ғоялар ва Ўзбекистонлик психолог олимлар, чет эл психологлариининг олиб борган тадқиқотлари ва улар юзасидан берилган хулосаларни таҳлил қилиш имконияти яратилади.

Диққат тўғрисида тушунча.

Идрокнинг аниқлиги ва самарадорлигига бевосита алоқадор бўлган психик жараёнлардан бири бу-диққатдир.

Диққат - шундай бир жараёнки, унинг ёрдамида онгимиз ўзимиз учун аҳамиятли бўлган нарса ва ҳодисаларга қаратилади. Яъни диққат онгнинг йўналтирилганлигини тушунтирувчи психик жараёндир. Ҳозирги пайтда реклама соҳаси ҳам Ўзбекистонда ривожланиб бормоқда. Реклама берувчилар харидорларнинг диққатини у ёки бу товарга жалб этиш учун унинг заруриятини биздаги эҳтиёжларга, бизга таниш бўлган машҳур шахслар ҳаётига, ўқиш ёки меҳнатимиз шароитига боғланиши бежиз эмас. Шу боис, диққат-индивиднинг ҳиссий, ақлий ёки ҳаракатлантирувчи фаоллиги даражасининг оширилишини тақозо этадиган тарзда онгнинг йўналтирилганлиги ва бир нарсага қаратилганлигидир. Диққат сезги, хотира, тафаккур ва ҳаракат жараёнларида намоён бўлиши мумкин. Шу сабабли диққатни бирор нарсага қаратиш объектга (идрок этиладиган буюм, хотира, тафаккур, ҳаракат тасаввурлари) боғлиқ ҳолда диққатнинг намоён бўлишини қуйидаги шакллари: сенсор (перцептив), ақлий, ҳаракатланувчи шакллари ажратиб кўрсатадилар. Ҳозирги вақтда сенсор (кўриш ва эшитиш) диққати кўпроқ ўрганилган.

Ҳосил бўлиш хусусиятига ва амал қилиш усулларига кўра диққатнинг иккита тури мавжуд:

ИХТИЁРИЙ.

ИХТИЁРСИЗ.

ИХТИЁРСИЗ ДИҚҚАТ англашилган ниятлари ва мақсадларидан мустақилоқ тарзда ҳосил бўлади ва қўллаб-қувватланади.

ИХТИЁРИЙ ДИҚҚАТ онгли равишда бошқариладиган ва тартибга солинадиган диққат- эътибордир. Диққатнинг турларидан ҳар бири (сенсор, ақлий ва хоказолар) турли даражаларда намоён бўлиши мумкин. Диққатни жалб этишнинг бир нечта универсал қоидалари мавжуд: Контраст қонуни- телевизор кўриб, бирдан бир каналнинг бошқаси билан уланиб қолиши, рангларнинг бирдан алмашилиши, хориж сафари вақтида кутилмаганда она тилида кимнингдир орқангизда туриб гаплашиши кабилар идрокни аниқлаштириш ва бунинг учун диққатни ўша нарсага қаратишга сабаб бўлади.

кайтарув қонуни- айрим ҳолат, сўз ва иборалар, сурат ва афишалар турли жойларда такрор-такрор айтилса, ўрнатилган бўлса, кўпчилиكنинг диққатини жалб қилинади. Янгилик қонуни-маълумотнинг янгилиги, шахс учун кутилма-ганда пайдо бўлиши ҳам диққатни жалб қилувчи омилдир. Рекламада ҳам «биринчи марта» деб берилган маълумот ўзгалар диққатни албатта тартади. Оммавий таъсирланиш қонуни-бутун дунёга тарқатилаётган хабар, «миш-миш», «шов-шув»лар алоҳида айрим шахсларнинг ҳам диққат

марказига тушади. Юқоридагилардан хулоса шуки, диққат-бизнинг барча онгли ҳаракатла-римиз ва англанган идрокимизнинг муҳим омилидир. Диққатнинг тузилиши турлича сифат кўринишлари билан таърифланади. Диққатнинг бу кўринишларини диққатнинг сифати ёки диққатнинг хусусиятлари деб аталади. Диққатнинг тақсимланиши, барқарорлиги, кўчиши ва кўлами шулар жумласига киради. Диққатнинг ҳар хил сифатлари бир-бирига боғлангандир.

Диққатнинг бақарорлиги - жадал диққатнинг сақлаб туриши давомийлиги билан белгиланади ва унинг замон ичидаги таърифидир. Фаолиятнинг нисбатан узок вақт мобайнида юксак унумлилиги барқарорлик кўрсатгичи ҳисобланади. Шундай қилиб, диққатнинг бақарорлиги унинг давомийлиги билан ҳам, у юз берган бутун вақт мобайнида қаратилганлиги даражаси билан ҳам белгиланади.

Диққатнинг бақарорлиги диққат қаратилган объектларнинг хусусиятларига диққати йўналтирилган шахсларнинг фаоллигига боғлиқ бўлади. Диққатни жалб қиладиган объектларнинг ўзгарувчанлиги, ҳаракатчанлиги диққатни узок вақт мобайнида жалб этишнинг муҳим шартидир. Агар объектнинг ўзи ўзгармайдиган бўлса ва агар уни турли жихатдан ўрганиб бўлмаса, у ҳолда бундай объектлар узок вақт мобайнида диққатни жалб қилиш тури ўта мушкулдир. Барча бир хиллик диққатни сусайтириб қўяди.

Объект мураккаблаша борган сари диққатнинг бақарорлиги орта боради. Мураккаб объект фаол фикрлаш фаолиятини тақозо этади. Диққатни жалб этишнинг давомийлиги ҳам ана шунга боғлиқдир. Лекин бу мураккаблик мақбул даражада бўлиши керак, акс ҳолда диққатнинг жалб этилиши кишини тез толиқтириб қўйиши ва унинг диққати сусайиб қолиши мумкин. Фаолиятга қизиқиш қанчалик кучли бўлса, кишини ўзига қанчалик кўп жалб этса, диққатнинг қаратилиши ҳам шунча узок ва жадал давом этади. Киши бажараётган ишнинг муҳимлигини, аҳамиятини англаб етган тақдирда диққат ғоят барқарор бўлиши мумкин.

Диққатнинг кўчиш субъектини бир фаолиятдан иккинчи фаолиятга, бир объектдан иккинчи объектга, бир ҳаракатдан иккинчи ҳаракатга атайлаб ўтишида намоён бўлади. Диққатнинг кўчиш ёки онгли равишдаги ҳулқ-атвор, фаолият-нинг талабларига (муайян фаолиятнинг ўзида бир объектдан, бир ҳара-катдан бошқаларига ўтиш чоғида), ёхуд ўзгариб кетаётган шарт-шароитларга мувофиқ тарзда янги фаолиятга киришиш заруриятига боғлиқ бўлади ёки дам олиш (олдинги иш кишининг чарчатиб қўйса) мақсадида амалга оширилади. Фақат объектлар ва жараёнлар ўзгариб, фаолият эса узок вақт давомида ўзгармасдан қолган ҳолларда диққатнинг бақарорлиги

доирасида унинг кўчиши юз беради. Бундай кўчиш узоқ вақт давом этадиган иш пайтида чарчашнинг олдини олади ва шу билан диққатнинг бақарорлиги оширилади, лекин бу тез-тез так-рорланавермаслиги лозим, акс ҳолда салбий оқибатларга олиб келиши мумкин. Демак, диққат — шундай психик жараёнки, унинг ёрдамида онгимиз ўзимиз учун аҳамиятли бўлган нарсалар, ҳодисалар, предметлар моҳиятига қаратилади. Яъни, диққат — онгнинг йўналганлигини тушунтирувчи психик жараёндир. Гап шундаки, бизни ўраб турган борлиқ ва ундаги ҳодиса ва предметлар дунёси шунчалик мураккаб ва турфаки, биз онгимизни бир вақтда уларнинг барчасига бирдан йўналтира олмаймиз. Диққат шунинг учун керакки, у бизга айни вақтда керак бўлган объектни шу турфанинг орасидан ажратиб, уни ўрганиш ёки танишишга имкон беради. Масалан, ўқитувчининг саволига жавоб бераётган ўқувчини тасаввурқилинг: гапираётиб, бармоқлари билан дафтарининг қирғоғини ҳадеб буклаётганлигини ўзи сезмайди. Ўқитувчининг «Дафтарни тинчқўй», деган танбеҳигина унинг диққатини ўзи амалга ошираётган ҳаракатга йўналтиради. Диққатнинг асосан икки хил тури фарқланади: ихтиёрий ва беихтиёр диққат. Агар ихтиёрий диққат шахс онганинг бевосита ўзи учун аҳамиятли объектларга атайлаб жалб этиши бўлса, (масалан, маърузани тўла тушуниш учун талабанинг уринишлари) беихтиёр диққат нарса ва ҳодисаларнинг мазмун ва моҳияти, жозибасига боғлиқ тарзда онгимизнинг маълум нарсаларга йўналганлигидир. Масалан, тижорат дўконида машҳур актёр кийиб рол ўйнаган кўйлаққизларнинг диққатини беихтиёр ўзига тортади. Бундан ташқари ихтиёрийдан сўнгги диққат тури ҳам мавжуд.

Диққатни жалб этишнинг бир нечта универсал қондалари бор. Масалан, биринчиси — контраст қонуни. Масалан, телевизор кўриб ўтириб, бирдан бир каналнинг бошқаси билан уланиб қолиши, рангларнинг бирдан алмашилиши, хориж сафари вақтида кутилмаганда она тилида кимнингдир орқангизда туриб гаплашиши кабилар идрокни аниқлаштириш ва бунинг учун диққатни ўша нарсага қаратишга сабаб бўлади ёки Тошкентнинг анъанавий қиёфасида пайдо бўлган ўта замонавий бино, масалан, Банклар ассоцияси биноси контраст эффект беради, чунки у бошқа объектлардан туб фарқ қилади. Шунинг учун ҳам диққатимиз ноанъанавий, ажралиб турадиган нарсаларга идрокимизни, онгимизни йўналтиради.

кайтарув қонуни. Сайлов олди жараёнларида номзодлар ўз фотосуратлари ёки сиёсий партиялари ҳақидаги маълумотларни ҳар бир маҳалла ва катта кўчаларга иладиларки, шу орқали кўпчиликнинг диққатини ўзларига жалб қиладилар.

Янгиликқонуни. Маълумотнинг янгилиги, шахс учун кутилмаганда пайдо бўлиши ҳам диққатни жалб етувчи кучли омил. Рекламада ҳам «Биринчи марта» деб берилган маълумот, ижгимоий жараёнлардаги янгиликларнинг ўзига хос бетақрорлиги, дўстингиз устидаги янги костюм, билдирилган янги фикр ёки ғоя албатта, ўзгалар диққатини ўзига тортмайқолмайди.

Оммавий таъсирланишқонуни. Оммавий ахборот воситалари орқали бугун дунёга таралаётган бирор хабар, ёки атайлаб одамлар ўртасида тарқатилган «миш-миш» ёки «шов-шувлар» алоҳида айрим шахсларнинг ҳам диққат марказига тушади. Қолаверса, биз ҳаммани қизиқтирган, ҳамма гапириб юрган маълумотга ишонамиз, ҳамма кийган либосга ётиборқаратиб, ўзимизда ҳам бўлишини хоҳлаймиз.

Билиш жараёнлари ва профессионал фаолият. Профессионал фаолият шахсдан жуда кўп билимларни ҳамда малакаларни талаб қилади. Нима учун у ёки бу касбни танлаганини англаб етган шахс (мотивлар муаммоси), энди ўз фаолияти вақобилиятларини бошқара билиши ва ўз устида муттасил ишлаб, малакаларини орттириб бориши шарт. Профессионал билимдонлик шу нуқтаи назардан шахс умумий маданиятининг шундай йўналишики, унга фақат касбига тааллуқли бўлган билимлардан ташқари шу билимларнинг ҳосил бўлиш йўллари ва малакаларнинг такомиллашувини таъминловчи психологик жараёнлар ва ҳолатларни билишни ҳам тақозо этади. Бу психологияда билиш жараёнлари ва уларнинг моҳиятини ва кечишини билиш демакдир.

Маълумки, одамлар бир-бирларидан кўп жиҳатлари билан фарқ қиладилар. Масалан, айримлар кўрган - кечирганларини жуда яхши есда олиб қолиб, керак вақтда аниқ есга тушира оладилар. Баъзилар кўзи билан кўрган ҳар қандай объектни майда деталларигача баён етишқобилиятига эга. Яна бирлари эшитган нарсалари хусусида аниқроқ фикрлайди, кимдир содда, равон тилга ўз хис - кечинмаларини айта олса, бошқалар - ҳар бир ҳикояга албатта, фантазия элементларини қўшишга мойил бўладилар. Демак, одамларнинг ташқи оламдан оладиган таасуротлари ва уларни онгда тартиблаштиришқобилиятлари ҳар хил бўларкан. Иккинчи томондан, шундай касб - корлар борки, у шахсдаги у ёки бу сифатларнинг мукаммаллашиб боришига имкон беради. Масалан, йирик автоматик бошқарув тизимларида ишлайдиган оператор ўз диққатини ҳар қандай майда ўзгаришларга ҳам қаратишга ўрганса, конструктор мавҳум математик ҳисоб - китобларга уста бўлиб боради. Иқтисодчи - молиячи пулнинг ҳар бир тийинидан фойда олишга ўрганса, шоир табиатан барча ҳодиса ва воқеаларни бадиий бўёқларда, ўзига хос идрок қилишга мойиллиги ошади. Демак, одамнинг ташқи олам хосса ва хусусиятларини онгида акс эттириши унинг иқтидори ўсиши ва профессионал малакалари ривожланганлигига боғлиқ тарзда

кечади. Шунинг учун ҳар онгнинг муҳим акс эттириш шакллари бўлмиш билиш жараёнлари - идрок, сезгилар, хотира, диққат, тафаккур, ирода ва ҳиссиётларнинг инсон ҳаёти ва профессионал ўсишидаги ролига тўхтаб ўтамиз.

Бу жараёнлар инсонга жуда яқин ва таниш. Чунки ҳар биримиз онгимиз борлигини, атрофдаги нарсалар ва ҳодисаларнинг айрим алоҳида ҳамда яхлит хусусиятларини биламиз. Бу нарса ва ҳодисалар бизда ҳар бир алоҳида шароитда ўзига хос ҳиссий - кечинмаларни келтириб чиқаришини ҳам биламиз. Масалан, қорнингиз очқолганда, емишга бўлган талабингизни ҳақиқатан бор ёки йўқлигини бировлардан сўрамайсиз-ку? Ёки китоб мутоалақилаётган шахс шу китобни рост билан ҳам ўзи ўқиётганлигини бошқалардан сўрамайди. Бундай ишлар ўз - ўзидан табиий жараёнлардай кечаверади. Фақат имтиҳон пайтида кеча кечаси билан мутоалақилиб, ўрганиб чиққан материални нега ҳозир домла олдида еслай олмайётганлигингиз сизни кўпроққизиқтиради ва сиз “Хотирам устида ишлашим керак” деган хулосага келасиз.

Дарҳақиқат, билиш жараёнлари ҳам маълум маънода бошқариладиган жараёнлар бўлиб, агар сиз ўз имкониятларингизни кенггайтириш ёки иқтидор даражангизни орттирмоқчи бўлсангиз, бу жараёнларга оид маълумқоидалар ва хусусиятларни билиб олишингиз керак.

Билиш жараёнлари. Инсон онги бирқарашда яхлит нарса, аслида у айрим алоҳида жараёнлардан иборат. Шунинг учун ҳам атроф - муҳитни, ўзимизни билишимизга имкон берувчи онгни ўрганиш учун уни алоҳида психик жараёнларга бўлиб ўргана бошлаганлар. Бу жараёнлар - сезгилар, идрок, хотира, диққат, тафаккур, нутқ ва бошқалардир. Бу жараёнлар шуқадар бир - бирлари билан боғлиқки, бирини иккинчисиз тасаввурқилишнинг ўзиқийин. Масалан, кўриб идрокқилиб турган нарсангизни фикрламай кўрингчи, унинг моҳиятини биласизми? Диққат билан кўрган ёки ўқиган текстингизни еслабқоласиз. Ёки бирор нарса тўғрисида фикрлаш учун бизга бир вақтда ҳам илгариги идрок образлари, ҳам еслабқолиш маҳоратимиз, ҳам ички нутқимиз, иродамиз ва диққат керак бўлади. Хаттоки, тасодифанқўлимизга кириб кетган зирапчага берган реакциямиз ҳам емосиялардан ташқари, ўша нарсанинг бу ердақандай пайдо бўлганлиги кабиратор тафаккур жараёнларини келтириб чиқаради.

Мураккаб компьютер техникаси чиққандан кейин одамнинг ўз психик жараёнлариғақизиқиши янада ортди. Енди маълумотларниқабулқилиш (анъанавий идрок деб аталувчи жараёнға ўхшаш), уларниқайта ишлаш (тафаккурға ўхшаш) ва уни сақлаш (хотира) ҳақида кўп гапирадиган бўлибқолдик. Лекин бу инсондаги табиий жонли жараёнлар аҳамияти ва тарбияси масаласини янада юқори кўтарди.

Психология соҳасида экспериментал ишларнинг муваффиқиятли амалга оширилиши аслида инсон психикаси компютердан кўра мураккаблиги ва одам англаган маълумотларидан кўпроқ нарсаларни идрокқилиб, қабулқилишини исботлади. Масалан, махсус асбоблар ёрдамида аслида одам кўрмаётган, ҳисқилмаётган жуда кучсиз сигналлар ҳам физиологик реакцияларни келтириб чиқараётганлиги қайд етилди. Масалан, шу нарса аниқланганки, одам кино кўраётганда бир секундда 24 кадрни идрокқилади ва бирор тасвир кўз ўнгида гавдаланади. Психологлар шундай экспериментқилишди: кунларнинг бирида ўзига хос тасвир намоён етилди. 24 та кадр ўрнига 25 кадр бериб, ўша 25-кадрда “Кока - кола ичинг” деган ёзув берилди. Табиий, оддий идрок бу битта кадрни илғамайди. Лекин кинотеатр буфетида ушбу ичимликни ичиш кадрдан кейин 18 фоизга ошган. Демак, аслида онг бу маълумотни қабулқилган, лекин реал англаш, ойдинлашув рўй бермаган экан.

Аналогик ҳолат хотирамизда ҳам тез - тез рўй беради. Кимнидир учратиб қоламизда, ўйланамиз: қаерда кўрган эканман? ҳеч еслолмайсиз, лекин юзи, кўзи ва бошқа сифатлари танишдай. Буни ҳам шундай изоҳлаш лозимки, одам кўрган - кечирганлари аслида мияда сақланади, биз онг соҳасига айримларинигина чиқара оламиз. Фақат, касал бўлиб ёки бирор нарсадан қаттиқ ташвишга тушаганимизда калламизга ҳар хил ўй - фикрлар келаверади. Ўшалар аслида бор нарсаларнинг беихтиёр тикланиши.

Онгдаги маълумотларнинг аслида миямиздагилардан камлигининг асосий сабаби - одам ҳарқандай маълумотни саралаб, танлаб қабулқилади, ўзи учун “аҳамиятсиз” деб баҳолаган нарсага диққат ҳамқилмайди, еслаб қолмайди ҳам. У ўз онгида барча мавжуд маълумотни ўзига хос тарзда қайта ишлайди, ўзгартиради. Шунинг учун ҳам ҳар бир инсон ўзига хос вақайтарилмасдир - индивидуалдир, дейилади. Билиш жараёнлардаги индивидуаллик сабабларини тушуниш учун енг муҳим билиш жараёнлари билан танишамиз.

Идрок ва идрокқилиш қонунлари. Психологларнинг фикрича, инсон ниманики идрокқилса, уни фигура ва фонда идрокқилади. Фигура - шундай нарсаки, уни аниқ англаш, ажратиш, кўриш, эшитиш ва туйиш мумкин. Фон эса аксинча, ноаниқроқ, умумийроқ нарса бўлиб, аниқ объектни ажратишга ёрдам беради. Масалан, гавжум бозорда кетаётган тақдирда ҳам ўз исмимизни биров айтиб чақирса, дарров ўша тарафга қараймиз. Исм - фигура бўлса, бозордаги шовқин - фон ролини ўйнайди. Бошқача қилиб айтганда, биз бирор нарсани идрокқилаётган пайтимизда уни албатта бирор фондан ажратиб оламиз. Масалан, гул бозорида айнан қип-қизил атиргул сизга ёқиб қолиб, ўшани харидқиласиз, қолган гуллар фондай онгингиз активига ўтмайди.

Шундайқилиб, идрок - бу билишимизнинг шундай шаклики, у борлиқдаги кўплаб, хилма-хил предмет ва ҳодисалар орасида бизга айтиш пайтда керак бўлган объектни хосса ва хусусиятлари билан яхлит тарзда акс этишимизни таъминлайди. Яъни, идрокнинг асосида нарсаси ва ҳодисанинг яхлитлашган образи ётадики, бу образ бошқаларидан фарқ қилади. Идрок ўзига нисбатан соддароқ бўлган сезги жараёнларидан ташкил топади. Масалан, олманинг шаклини, хидини, мазасини, рангини сезамиз, яъни алоҳида - алоҳида хоссалар онгимизда акс этади. Бу - сезгиларимиздир. Сезгилар яхлит тарзда идрок жараёнини таъминлайди. Лекин олимлар идрокни сезгиларнинг оддийгина, механик тарздаги бирлашуви, деган фикрга мутлоқ қаршилар. Чунки идрок онгли, мақсадга қаратилган мураккаб жараён бўлиб, унда шахснинг у ёки бу объектга шахсий муносабати ва идрокдаги фаоллиги асосий рол ўйнайди. Масалан, буни исботи учун кўпинча Рубин фигураси тавсия етилади. Унда иккита қора профил оқ фонда берилган. Бир қарашда айримлар бу расмларга қараб, “Бу - ваза” деб атаса, бошқалар уни бир - бирига қараб турган икки киши юзининг ён томондан кўриниши, деб таърифлаши мумкин. Шуниси характерлики, биринчи марта шу расмни кўрган одам уни яхлит идрок қилиб, нима эканлигини тушунишга ҳаракат қилади, лекин бирор фигурани кўргач, маълум вақтгача бошқасини кўрмай туради. Агар шу идрок даражаси қолса, яъни яна ниманидир кўришни хохламаса, у иккинчи фигурани кўрмаслиги ҳам мумкин. Бу биздаги идрок жараёнларининг фаоллигимизга, объектга муносабатимизга бевосита боғлиқлигини кўрсатиб турибди. Иккинчидан, идрок бизнинг кайфиятимизга ҳам боғлиқ. Ташвиш билан йўлакчадан ўтиб кетаётиб, оёғингиз тагидаги нарсаси тугул, рўпарадаги одамни ҳам кўрмай қолишингиз мумкин. Ёки санъат музейида томоша қилиб юрган икки киши бир расмда тамоман ҳар хил нарсаларни, элементларни кўриши мумкин. Яхши кайфиятда, яхши дустлар компаниясида истеъмол қилган таом сизга жуда мазалидай туюлади. Агар талаба бирор фан предметидан қарздор бўлиб қолса, очқоринга еган ширин таоми ҳам “таътимайди”, хатто нима еганини ҳам унутиб қўяди. Ёмон кайфият кўпроқ қора, нурсиз рангларни идрок қилишга мойил бўлса, яхши кўтаринки кайфият, аксинча, ҳамма нарсани енг ёқимли рангларда “кўради”. Бу яна бир бор идрокнинг оддийгина акс эттириш ёки билиш жараёни эмас, балки шахсдаги фаол установкага боғлиқ бўлган, мантиқан асосланган онгли жараён эканлигини исботлайди.

Билиш жараёни кечишнинг енг муҳим хусусияти унинг танлайдиган, юналтирилган тусдалигидан иборатдир. Теварак-атрофдаги оламнинг кўплаб таъсирлари орасида киши хаамиша ниманидир идрок этади, ниманидир фарз қилади, нима ҳақидадир фикр юритади уйлайди. Онгнинг бу хоссасини унинг диққат қаби тури билан узаро боғлиқ деб ҳисоблашади. Диққат билиш

жараёнларидан фаркли уларок, узининг алохида мазмунига эга эмас, у барча билиш жараёнларининг жушкин жихатидир. Дикқат индивиднинг хиссий, аклий ёки ҳаракатлантирувчи фаоллиги даражасининг оширилишини талаб этадиган онгнинг юналтирилганлиги ва бир нарсага каратилганлигидир.

Дикқат сезги, хотира, тафаккур ва ҳаракат жараёнларида намоён булиши мумкин. Шу сабабли дикқатни бирор нарсага каратиш объектига боглик холда куйидаги шакллари ажратиб курсатадилар: сенсор (персептив), аклий ҳаракатлантирувчи.

Ҳосил булиш ва амал килиш хусусиятларига кура эса дикқатнинг иккита асосий тури мавжуд: ихтиёрсиз ва ихтиёрий. Ихтиёрсиз дикқат кишининг англашилган ниятлари ва мақсадларидан мустасно тарзда ҳосил булади, ихтиёрий онгли равишда бошқарилаётган ва тартибга солинаётган булади. Ихтиёрий дикқат ихтиёрсиз дикқат замирида пайдо булади. Ихтиёрсиз дикқатнинг пайдо булиши психофизиологик ва психик омиллар билан белгиланади. Кузатувчиларнинг сифати, субъект учун янгилиги ихтиёрсиз дикқат пайдо булишидаги асосий шарт ҳисобланади. Ихтиёрий дикқат шахс фаолиятида намоён булади, унинг асосий вазифаси психик жараёнларнинг кечишини фаол бошқариб туришдир. Киши ихтиёрий дикқат туфайли хотирадан узи учун зарур маълумотларни фаол тарзда, танлаб ажратиб олишга, муҳим ва жиддий нарсаларни алохида ажратиб курсатишга, тугри қарорлар қабул килишга, фаолият жараёнига пайдо буладиган вазифаларни амалга оширишга лаёқатли булади.

Дикқат турлича сифат қуринишлари билан таърифланади. Дикқатнинг бу қуринишларини дикқатнинг сифати ёки дикқатнинг хусусиятлари дейилади. Дикқатнинг барқарорлиги, қучиши, тақсимланиши ва қулами шулар жумласига қиради.

Дикқатнинг барқарорлиги дикқат каратилган объектларнинг хусусиятларига ва дикқати юналтирилган шахс фаоллигига боглик. Дикқат жалб қилинадиган объектнинг узгарувчанлиги, ҳаракатчанлиги дикқатни узок вақт мобайнида жалб етишнинг муҳим шартларидир. Агар объектнинг узи узгармайдиган бўлса ва уни турли жихатдан урганиб бўлмаса, у холда бу объектга узок вақт мобайнида дикқатни жалб етиш ута мушкул, чунки бир хиллик дикқатни сусайтириб қуяди. Объектнинг мураккабланиши ва шахснинг фаоллиги дикқатнинг барқарорлигига олиб келади.

Дикқатни қучиши субъектнинг бир фаолиятдан иккинчи фаолиятга, бир объектдан иккинчи объектга, бир ҳаракатдан иккинчи ҳаракатга атайлаб утишидан намоён булади. Дикқатнинг қучирилишида индивидуал фарқлар мавжуд. Баъзи одамлар бир фаолиятни қуриб, иккинчисини бажариша олади, бошқалар учун бу анча вақт ва қуч –гайрат сарфлашга олиб келади.

Диққатнинг кулами идрок етиладиган объектларнинг хусисиятларига боглик булади. Идрок етилаётган материални мазмунига кура гурухларга ажратиш, системага солиш диққат кулами кенгайишга кура гурухларга ажратиш, системага солиш диққат кулами кенгайиша олиб келади.

Диққатнинг салбий жихати ҳам мавжуд. Бу паришонхотирликдир. Паришонхотирлик диққатни узок вақт давомида жадал бир нарсага каратишга лаёкацизликда, диққатнинг тез-тез ва осон булиниб туришида намоён булади. Бундан иш, укиш фаолияти сусайиши келиб чиқади. Шунингдек диққатнинг хаддан ташкари ҳаракатчанлиги ва аксинча ҳаракацизлиги ҳам кузатилади.

Талабалар уз таълим фаолиятларида диққатларини тарбиялаб боришлари керак, бу уз навбатида укув самарадорлигига олиб келади.

Таянч сўзлар:

Диққат, ихтиёрий диққат, ихтиёрсиз диққат, паришонхотирлик.

Адабиётлар рўйхати:

1. Давлецхин М.Г, Тўйчиева М. Умумий психология –Т., 2002.
2. Каримова В. Психология. Ўқувқўлланма. –Т., А.қодирий номидаги халқ мероси нашриёти. 2002.
3. Каримова В., Акрамова Ф. Психология. Маърузалар матни. –Т., 2002.
4. Немов Р.С. Психология. В 2-х кн. –Кн. 1. –М., 2004.
5. Психология. Учебник. Под. Ред. А.Крилова. –М., 1998.
6. . ғозиев Е. Психология. –Т., 1994.