Qabul qilindi: 24-noyabr 2026-yil • Ma’qullandi: 26-noyabr 2026-yil • Nashr qilindi: 28-noyabr 2026-yil

TA’LIM JARAYONIDA DIQQATNING PSIXOLOGIK AHAMIYATI

Seyilxanova Muhlisa

Chirchiq davlat pedagogika universiteti, Turizm fakulteti, Xorijiy til va adabiyot yo‘nalishi, 1kurs talabasi

Annotatsiya: Mazkur ilmiy tezisda diqqatning psixologik mohiyati, turlari va xususiyatlari hamda uning ta’lim jarayonidagi o‘rni tahlil qilingan. Diqqatning o‘quv materialini idrok etish, xotirada saqlash va tafakkur faoliyati samaradorligiga ta’siri yoritilgan. Shuningdek, zamonaviy raqamli muhitda talabalar diqqatining tarqoqlashuvi sabablari ko‘rsatilib, diqqatni rivojlantirishga qaratilgan ilmiy-amaliy tavsiyalar berilgan.

Kalit so‘zlar: diqqat, ixtiyoriy diqqat, ixtiyorsiz diqqat, diqqat xususiyatlari, o‘quv faoliyati, idrok, xotira, diqqatning tarqoqligi.

Kirish

Bugungi kunda axborot oqimining keskin ortishi, ijtimoiy tarmoqlar va raqamli qurilmalarning kundalik hayotga chuqur kirib borishi o‘quvchi va talabalarning diqqatini jamlash qobiliyatiga jiddiy ta’sir ko‘rsatmoqda. Ta’lim sifatini oshirish masalasi diqqat kabi psixik jarayonni chuqur o‘rganmasdan turib to‘liq hal etilmaydi. Chunki o‘quv materialini o‘zlashtirishning har bir bosqichi, ya’ni eshitish, ko‘rish, tushunish va eslab qolish diqqat ishtirokida amalga oshadi. Shu bois diqqatning psixologik asoslarini o‘rganish va uni ta’lim jarayonida to‘g‘ri boshqarish umumiy hamda pedagogik psixologiyaning dolzarb vazifalaridan biri hisoblanadi.

Asosiy qism

Psixologiyada diqqat – ongning muayyan obyektga yo‘nalishi va jamlanishi bo‘lib, u mustaqil psixik jarayon emas, balki boshqa barcha jarayonlarning (sezgi, idrok, xotira, tafakkur) samarali kechishini ta’minlovchi shartdir. Diqqat tufayli inson son-sanoqsiz ta’sirotlar ichidan o‘zi uchun muhimini tanlab oladi, qolganlarini esa vaqtincha chetda qoldiradi. Diqqat muammosi V. Jeyms, D. Brodbent, D. Kaneman, M. Posner kabi xorijiy

olimlar hamda S.L. Rubinshteyn va boshqa rus va o‘zbek psixologlari tomonidan atroflicha o‘rganilgan.

Diqqat uch asosiy turga bo‘linadi:

– ixtiyorsiz diqqat – oldindan maqsad qo‘yilmasdan, ta’sirotning yangiligi, kuchi yoki qiziqarliligi tufayli o‘z-o‘zidan paydo bo‘ladi;

– ixtiyoriy diqqat – ongli maqsad va irodaviy zo‘riqish bilan boshqariladi, o‘quv faoliyatida asosiy o‘rin tutadi;

– ixtiyoriylikdan keyingi diqqat – faoliyat qiziqarli bo‘lib qolgach, irodaviy zo‘riqish talab etilmaydigan, ammo maqsadli xususiyatini saqlagan diqqat.

Diqqatning asosiy xususiyatlari: barqarorlik, hajm, taqsimlanish, ko‘chuvchanlik va konsentratsiya. O‘quv jarayonida bu xususiyatlarning har biri alohida ahamiyatga ega. Masalan, barqaror diqqat talabaga ma’ruzani oxirigacha kuzatib borishga, taqsimlanish esa tinglash bilan bir vaqtda yozib borishga imkon beradi. Xorijiy tilni o‘rganishda ayniqsa diqqatning ko‘chuvchanligi muhim, chunki talaba tinglash, tushunish va javob tayyorlash o‘rtasida tez o‘ta olishi kerak.

Diqqatning ishlash mexanizmi turli nazariyalarda turlicha izohlanadi. D. Brodbentning filtr nazariyasiga ko‘ra, inson bir vaqtning o‘zida kelayotgan axborotning hammasini qayta ishlay olmaydi, shuning uchun diqqat “filtr” vazifasini bajarib, faqat tanlangan axborotni o‘tkazadi. E. Cheri o‘tkazgan tajribalarda odam shovqinli muhitda ham o‘zi uchun muhim ovozni ajrata olishi aniqlangan (“kokteyl-party” hodisasi). D. Kaneman esa diqqatni cheklangan aqliy resurs sifatida ta’riflab, bir vaqtda bir nechta murakkab ishni bajarish bu resursning tez sarflanishiga olib kelishini ko‘rsatgan. M. Posner va S. Petersen diqqat tizimini uch tarkibiy qismga ajratgan: hushyorlik (ogohlik), yo‘nalish berish va ijrochi nazorat. Bu qarashlar o‘quv jarayonini tashkil etishda muhim amaliy ahamiyatga ega.

Diqqat o‘quv faoliyati samaradorligiga bevosita ta’sir qiladi. Diqqat jamlangan holatda axborot qisqa muddatli xotiradan uzoq muddatli xotiraga o‘tadi, ya’ni yaxshiroq mustahkamlanadi. Diqqati tarqoq talaba esa materialni yuzaki idrok etadi, natijada xatolar ko‘payadi va o‘zlashtirish sifati pasayadi. Shu sababli o‘qituvchining vazifasi nafaqat bilim berish, balki o‘quvchi diqqatini jalb etish va uni saqlab turishdir.

Xorijiy til o‘rganishda diqqatning o‘rni alohida e’tiborga loyiq. Yangi so‘z va grammatik qoidalar diqqat qaratilgandagina xotirada mustahkamlanadi; tinglab tushunish mashg‘ulotlarida esa talaba nutq oqimini kuzatib borishi, ma’noni ilg‘ashi va shu bilan birga keyingi gapga tayyorlanishi lozim. Bu diqqatning taqsimlanishi va ko‘chuvchanligini talab qiladi. Shuning uchun til o‘rganuvchilarga qisqa, lekin muntazam mashqlar, bir vaqtda faqat bitta vazifaga e’tibor qaratish va xatodan qo‘rqmasdan, mazmunga jamlanib ishlash tavsiya etiladi.

Diqqat yosh xususiyatlariga ham bog‘liq. Kichik yoshdagi bolalarda ixtiyorsiz diqqat ustun bo‘lsa, yosh ulg‘aygan sari ixtiyoriy diqqat rivojlanib boradi. Talabalik davrida ixtiyoriy diqqat nisbatan barqaror bo‘ladi, biroq uning samaradorligi motivatsiya, qiziqish va psixologik holatga (masalan, stress va charchoqqa) kuchli bog‘liq bo‘lib qoladi. Shu sababli diqqatni rivojlantirish ishi faqat maktabda emas, oliy ta’limda ham izchil davom ettirilishi kerak.

Zamonaviy sharoitda talabalar diqqatiga salbiy ta’sir qiluvchi omillar sifatida quyidagilarni ko‘rsatish mumkin: smartfon va ijtimoiy tarmoqlarning doimiy chalg‘ituvchi ta’siri, bir vaqtda bir nechta ishni bajarishga (multitasking) urinish, uyqu yetishmasligi va charchoq, mashg‘ulotlarning bir xil, monoton tashkil etilishi hamda mavzuga qiziqishning pastligi. Bu omillar diqqatning barqarorligini susaytirib, o‘quv materialini chuqur tushunishga to‘sqinlik qiladi.

Diqqatni rivojlantirish va uni o‘quv jarayonida boshqarish uchun quyidagi usullar samarali hisoblanadi: darsda muammoli vaziyatlar, savol-javob, interfaol metodlar va vizual materiallardan foydalanish; mashg‘ulot davomida faoliyat turini o‘zgartirib turish; o‘quv maqsadini aniq belgilash; mustaqil ishda vaqtni qisqa bloklarga bo‘lib, tanaffuslar bilan tashkil etish; ish vaqtida telefondagi bildirishnomalarni o‘chirib qo‘yish; to‘liq uyqu, to‘g‘ri ovqatlanish va jismoniy faollikka e’tibor berish.

Xulosa

Diqqat o‘quv faoliyatining muvaffaqiyatini belgilovchi asosiy psixologik shartlardan biridir. U idrok, xotira va tafakkurning samarali ishlashini ta’minlaydi, shuning uchun diqqatni rivojlantirish ta’lim sifatini oshirishning muhim yo‘nalishi hisoblanadi. Raqamli

muhit sharoitida talabalarda diqqatni ongli boshqarish ko‘nikmalarini shakllantirish alohida ahamiyat kasb etadi. Shu maqsadda o‘qituvchilarga darslarni interfaol va xilma-xil usullarda tashkil etish, talabalarga esa vaqtni rejalashtirish, chalg‘ituvchi omillarni kamaytirish va sog‘lom turmush tarziga amal qilish tavsiya etiladi.

Foydalanilgan adabiyotlar

1. G‘oziyev E.G‘. Umumiy psixologiya: Darslik. – Toshkent: “O‘zbekiston faylasuflari milliy jamiyati” nashriyoti, 2010. – 544 b.

2. Ivanov P.I., Zufarova M.E. Umumiy psixologiya: Darslik. – Toshkent: “O‘zbekiston faylasuflari milliy jamiyati” nashriyoti, 2008. – 480 b.

3. Davletshin M.G., Do‘stmuhamedova Sh.A., Mavlonov M.M., To‘ychiyeva S.M. Yosh davrlari va pedagogik psixologiya. – Toshkent: TDPU, 2004. – 174 b.

4. Brodbent D. Perception and Communication. – London: Pergamon Press, 1958. – 338 p.

5. Cherry E.C. Some experiments on the recognition of speech, with one and with two ears // Journal of the Acoustical Society of America, 1953, Vol. 25, No. 5. – pp. 975–979.

6. James W. The Principles of Psychology. – New York: Henry Holt, 1890.

7. Kahneman D. Attention and Effort. – Englewood Cliffs, NJ: Prentice-Hall, 1973. – 246 p.

8. Posner M.I., Petersen S.E. The attention system of the human brain // Annual Review of Neuroscience, 1990, Vol. 13. – pp. 25–42.

9. Рубинштейн С.Л. Основы общей психологии. – Санкт-Петербург: Питер, 2002. – 720 с.