# TA'LIM JARAYONIDA DIQQATNING PSIXOLOGIK AHAMIYATI VA UNI RIVOJLANTIRISH OMILLARI

**Rahmatova Rayhona**
Chirchiq davlat pedagogika universiteti San'atshunoslik, TSMG 26-1-guruh talabasi

**D.E. Abduqodirova**
Ilmiy rahbar: CHDPU Psixologiya kafedrasi o'qituvchisi
abduqadirovadilobarbonu@gmail.com
DOI:https://doi.org/10.5281/zenodo.24454419

**Annotatsiya:** Ushbu maqolada ta'lim jarayonida diqqatning psixologik ahamiyati, uning o'quv faoliyatidagi o'rni va diqqatni rivojlantirishga ta'sir etuvchi omillar tahlil qilinadi. Diqqatning asosiy xususiyatlari, jumladan, barqarorligi, ko'lami, taqsimlanishi, ko'chishi va jamlanishining o'quvchilarning bilimlarni o'zlashtirish jarayoniga ta'siri yoritiladi.

**Kalit so'zlar:** diqqat, ta'lim jarayoni, psixologik jarayon, diqqat barqarorligi, diqqat ko'lami, motivatsiya, idrok, xotira, tafakkur, o'quv faoliyati.

**Kirish**

Ta'lim jarayoni insonning aqliy, ruhiy va intellektual rivojlanishida muhim ahamiyatga ega. O'quvchining bilimlarni o'zlashtirishi, ma'lumotlarni eslab qolishi, tahlil qilishi va amaliyotda qo'llay olishi bir qator psixik jarayonlarning faoliyatiga bog'liq. Ushbu jarayonlar orasida diqqat alohida o'rin egallaydi. Chunki inson bir vaqtning o'zida atrof-muhitdagi barcha hodisa va ma'lumotlarni bir xil darajada qabul qila olmaydi. U o'z faoliyati uchun muhim bo'lgan obyekt va hodisalarga e'tiborini yo'naltiradi.

Diqqat inson ongining muayyan obyektga yo'naltirilishi va unda jamlanishidan iborat psixologik jarayondir. Ta'lim jarayonida diqqat o'quvchining dars mazmunini tushunishi, o'qituvchi tomonidan berilayotgan axborotni qabul qilishi va topshiriqlarni to'g'ri bajarishida muhim vosita hisoblanadi. Agar o'quvchining diqqati yetarli darajada shakllanmagan bo'lsa, u dars davomida chalg'ishi, ma'lumotlarni to'liq o'zlashtira olmasligi va o'quv topshiriqlarini bajarishda qiyinchiliklarga duch kelishi mumkin.

Shu sababli ta'lim jarayonida nafaqat bilim berish, balki o'quvchilarning diqqatini rivojlantirish, uni boshqarish va barqarorlashtirishga ham alohida e'tibor qaratish zarur.

**Asosiy qism**

Diqqat psixologiyada bilish jarayonlarining samarali kechishini ta'minlovchi muhim omillardan biri sifatida o'rganiladi. U mustaqil bilim manbai bo'lmasa-da, idrok, xotira, tafakkur va tasavvur kabi psixik jarayonlarning faoliyatini tartibga soladi. Masalan, o'quvchi dars davomida o'qituvchining tushuntirishlariga diqqatini qaratsa, yangi ma'lumotlarni yaxshiroq anglaydi va ularni xotirasida saqlab qolish imkoniyati ortadi.

Psixologiyada diqqatning ixtiyorsiz, ixtiyoriy va ixtiyoriydan keyingi turlari farqlanadi. Ixtiyorsiz diqqat insonning maxsus maqsad qo'ymasdan, muayyan hodisa yoki ta'sirga beixtiyor e'tibor qaratishidir. Masalan, dars vaqtida kutilmagan tovush yoki yorqin tasvir o'quvchining e'tiborini o'ziga jalb qilishi mumkin. Ixtiyoriy diqqat esa insonning ongli ravishda o'z oldiga maqsad qo'yib, diqqatini muayyan



© Ushbu material Creative Commons Attribution 4.0 International (CC BY 4.0) litsenziyasi asosida tarqatiladi.

faoliyatga yo'naltirishidir. O'quvchining murakkab masalani yechishga yoki matnni tushunib o'qishga harakat qilishi bunga misol bo'ladi. Ixtiyoriydan keyingi diqqat esa dastlab ongli kuch sarflash orqali boshlangan faoliyatning keyinchalik qiziqish va ichki ehtiyoj asosida davom etishida namoyon bo'ladi.

Ta'lim jarayonida diqqatning bir nechta muhim xususiyatlari mavjud. Diqqatning barqarorligi o'quvchining muayyan faoliyatga uzoqroq vaqt davomida e'tiborini saqlab turish qobiliyatidir. Bu xususiyat ayniqsa, murakkab mavzularni o'rganish, mustaqil topshiriqlarni bajarish va kitob mutolaasi jarayonida muhim ahamiyat kasb etadi.

Diqqatning ko'lami insonning bir vaqtning o'zida qamrab olishi mumkin bo'lgan obyektlar miqdorini ifodalaydi. Masalan, o'quvchi doskadagi yozuv, o'qituvchining tushuntirishi va darslikdagi ma'lumotlarni o'zaro bog'lab idrok etishga harakat qiladi. Diqqatning taqsimlanishi esa bir vaqtning o'zida ikki yoki undan ortiq faoliyatni nazorat qilish imkoniyatidir. Diqqatning ko'chishi insonning bir faoliyatdan ikkinchi faoliyatga ongli ravishda o'tishida ko'rinadi. Diqqatning jamlanishi esa ongning muayyan obyekt yoki faoliyatga kuchli darajada yo'naltirilishidir.

Yuqoridagi xususiyatlar ta'lim samaradorligiga bevosita ta'sir ko'rsatadi. Ayniqsa, o'quvchining yosh xususiyatlari, individual qobiliyatlari va psixologik holati diqqatning rivojlanish darajasini belgilovchi omillar hisoblanadi.

Diqqatni rivojlantirishda motivatsiya va qiziqishning o'rni ham katta. O'quvchi o'rganayotgan mavzusining ahamiyatini tushunsa va unga qiziqish bildirsa, diqqatini faoliyatga yo'naltirishi osonlashadi. Aksincha, bir xil usulda olib boriladigan, mazmunan qiziqish uyg'otmaydigan mashg'ulotlar o'quvchining tez chalg'ishiga sabab bo'lishi mumkin. Shu bois o'qituvchi dars jarayonida turli pedagogik metodlardan foydalanishi, savol-javob, muammoli vaziyatlar, amaliy mashqlar va ijodiy topshiriqlarni qo'llashi maqsadga muvofiq.

Diqqatni rivojlantirishga ta'sir etuvchi yana bir muhim omil psixologik muhitdir. O'quvchi o'zini erkin va xavfsiz his qiladigan, xato qilishdan qo'rqmaydigan ta'lim muhitida faolroq ishtirok etadi. O'qituvchining samimiy munosabati, rag'batlantirishi va individual yondashuvi o'quvchilarning darsga bo'lgan qiziqishini oshiradi. Haddan tashqari bosim, qo'rqitish va doimiy tanqid esa diqqatning susayishiga olib kelishi mumkin.

Hozirgi axborot texnologiyalari rivojlangan davrda yoshlarning diqqatini boshqarish masalasi yanada dolzarb bo'lib bormoqda. Mobil telefonlar, ijtimoiy tarmoqlar, turli bildirishnomalar va ko'ngilochar axborotlar o'quvchilarning e'tiborini tez-tez boshqa tomonga yo'naltiradi. Natijada uzoq vaqt davomida bir faoliyatga diqqatni jamlash qiyinlashishi mumkin. Shu sababli o'quvchilarda axborotdan ongli foydalanish, vaqtni to'g'ri taqsimlash va mustaqil ishlash ko'nikmalarini shakllantirish muhimdir.

Ta'lim jarayonida diqqatni rivojlantirish uchun quyidagi mashq va usullardan foydalanish mumkin:

- **Kuzatuvchanlik mashqlari:** o'quvchilarga rasmlar, predmetlar yoki matnlardagi farqlarni aniqlash topshirig'ini berish.
- **Xotira va diqqat mashqlari:** ma'lum vaqt davomida ko'rsatilgan predmetlarni eslab qolish va qayta sanab berish.
- **Matn bilan ishlash:** matndan muayyan so'z, jumla yoki ma'lumotlarni topish.
- **Mantiqiy topshiriqlar:** boshqotirma, ketma-ketlik va muammoli vaziyatlarni yechish.
- **Eshitish diqqatini rivojlantirish:** o'qituvchi o'qib bergan matndan asosiy ma'lumotlarni ajratib olish.
- **Tanaffus va dam olish:** uzoq davom etadigan aqliy faoliyat orasida qisqa tanaffuslar tashkil etish.



© Ushbu material Creative Commons Attribution 4.0 International (CC BY 4.0) litsenziyasi asosida tarqatiladi.

Ushbu mashqlar o‘quvchilarning diqqatini faollashtirish, kuzatuvchanligini oshirish va o‘quv faoliyatini samarali tashkil etishga yordam beradi. Biroq mashqlarni tanlashda o‘quvchilarning yoshi, individual imkoniyatlari va tayyorgarlik darajasini hisobga olish lozim.

**Xulosa**

Xulosa qilib aytganda, diqqat ta’lim jarayonining samaradorligini ta’minlovchi muhim psixologik jarayonlardan biridir. O‘quvchining bilimlarni o‘zlashtirishi, ma’lumotlarni eslab qolishi, fikrlashi va mustaqil faoliyat yuritishida diqqatning o‘rni beqiyosdir. Diqqatning barqarorligi, ko‘lami, taqsimlanishi, ko‘chishi va jamlanishi o‘quv faoliyatining sifatiga ta’sir ko‘rsatadi.

Diqqatni rivojlantirish faqat o‘quvchining shaxsiy harakati bilan cheklanmaydi. Bu jarayonda o‘qituvchining pedagogik mahorati, ta’lim metodlari, rag‘batlantirish, psixologik muhit va oiladagi tarbiya ham muhim ahamiyatga ega. Shuning uchun ta’lim muassasalarida diqqatni rivojlantiruvchi mashqlarni muntazam qo‘llash, o‘quvchilarning qiziqishlarini hisobga olish va ularning individual xususiyatlariga mos yondashish zarur. Natijada o‘quvchilarda mustaqil fikrlash, bilim olishga intilish va o‘z faoliyatini ongli boshqarish ko‘nikmalari shakllanadi.

**Foydalanilgan adabiyotlar**

1. G‘oziyev, E. G‘. (2010). Umumiy psixologiya. Toshkent.
2. Rubinstein, S. L. (2002). Osnovy obshchey psikhologii. Piter.
3. Nemov, R. S. (2003). Psikhologiya: Kniga 1. Obshchiye osnovy psikhologii. Vlados.
4. Vygotsky, L. S. (1978). Mind in Society: The Development of Higher Psychological Processes. Harvard University Press.
5. James, W. (1890). The Principles of Psychology. Henry Holt and Company.
6. Eysenck, M. W., & Keane, M. T. (2015). Cognitive Psychology: A Student's Handbook. Psychology Press.



© Ushbu material Creative Commons Attribution 4.0 International (CC BY 4.0) litsenziyasi asosida tarqatiladi.