E-ISSN : 2181-4341
https://wordlyknowledge.uz
IMPACT FACTOR(SJIF) : 3,934

XOTIRA HAQIDAGI QARASHLAR VA XOTIRANI RIVOJLANTIRISH YO‘LLARI

Xudoynazarov SH.A.
O‘zMU magistranti

Annotatsiya: Maqolada inson xotirasini qanday yo‘llar bilan, yaxshilash kerakliligi va qanday yo‘llar bilan, rivojlantirish haqida qisqacha ma’lumot berishga harakat qilamiz. Komil inson bo‘lib shakillanishda insonga diniy va dunyoviy bilimlar kerak bo‘ladi, bunday ko‘plab bilimlarni olish uchun yaxshi xotira egasi bo‘lmog‘ingiz shartdir.

Kalit so‘zlar: Xotira, tafakkur,diqqat,xis-tulg‘u, ixtiyoriy va ixtiyorsiz xotira.

Аннотация: В статье мы постараемся дать краткую информацию о том, как улучшить память человека и как ее развить. Для того, чтобы стать совершенным человеком, человеку нужны религиозные и мировые знания, а чтобы получить столько знаний, надо иметь хорошую память.

Ключевые слова: Память, мышление, внимание, характер, произвольная и непроизвольная память.

Annotation: In the article we will try to give brief information on how to improve a person's memory and how to develop it. In order to become a perfect person, a person needs religious and world knowledge, and in order to receive so much knowledge, one must have a good memory.

Keywords: Memory, thinking, attention, character, arbitrary and involuntary memory.

Kirish Shaxisning taraqqiyoti , rivojlanishi , yuksak pog‘analarni zabt etishi uning xotirasi bilan bevosita bog‘liq desam mubolag‘a bo‘lmaydi . Sechenev aytganidek xotirasiz inson: “abadiy go‘daklik holatida” qolgan bo‘lar edi – degan fikirlari hamda S.I. Rubinshteynning: “Xotirasiz daqiqa mavjudodlari bo‘lar edik” bu fikirlar shundan dalolat beradiki inson xotirasi bo‘lmas ekan kecha tug‘ulgan chaqoloqdan hech-qanday farqi qolmasdi.

Asosiy qism Xotira - idrok etilgan narsa va hodisalarni yoki o‘tmish tajribalarni esda qoldirish va zarur bo‘lganda tiklashdan iborat psixik jarayon. Xotira eng yaxshi damlarni esda qoldiradi. U nerv sistemasi xususiyatlaridan biri bo‘lib, tashqi olam voqealari va organizm reaksiyalari haqidagi axborotni uzoq saqlash hamda uni ong faoliyatida va xulq, xatti harakat doirasida takror chiqarish qobiliyatida namoyon bo‘ladi. Xotira individning o‘z tajribasida esda olib qolishi, esda saqlashi va keyinchalik uni yana esga tushirishi xotira deb ataladi.

Xotira haqidagi dastlabki ilmiy qarashlar Sharq mutafakkirlari va yunon faylasuflari (Aristotel va boshqalar) da uchraydi. Xususan, Forobiy xotiraga bilishdagi aqliy jarayonning tarkibiy qismi sifatida qarab, Xotirani faqat insonga emas, hayvonga ham xos xususiyat ekanini alohida ta’kidlagan.

Bog‘cha yoshidagi bolalar xotiraning ahamiyati katta o‘rin egallaydi, o‘zlarining faoliyatlari uchun qandaydir ahamiyatga ega bo‘lgan, ularda kuchli taassurot qoldirgan va ularni qiziqtirgan narsalarni beixtiyor eslarida olib qolaveradilar. Ular biror narsani eslarida olib qolishni o‘z oldilariga maqsad qilib qo‘ymaydilar va hali maqsad qo‘yishni uddasidan ham chiqa olmaydilar. Xotira atrofdagi voqelikni aks ettirish darajalaridan biri sifatida umumiy jarayonlar to‘plamidir va o‘tgan tajribalarni saqlashdir.

Xotira odatda eslash deb tushiniladi, inson shaxsiy faoliyatda hayot sharoitini saqlab qolish va keyinchalik takrorlash bu xotiradir. Ushbu aqliy jarayonni milloddan avvalgi IV asrda Aristotel o‘rganishni boshlagan. Psixologiya, pedagogika, kibirnetika, tibbiyot, neyrofizalogiya va biokimyo kabi fanlar orqali xotira shaxs rivojlanishining yaxlitligini taminlashini bilishimiz

mumkin bo‘ladi.[1]I.M.Sechenov takidlaganidek inson hayotini xotira jarayonisiz tasavvur qilib bo‘lmaydi. Har qanday aqliy elementlarni hatto xato bo‘lsa ham har bir elementlarni keyingilari bilan “biriktirish” uchun xotira ushlab turadi.

Bunday “birlashish” xotirasiz rivojlanishi mumkin emas:

Barcha aqliy jarayonlarning eng muhum xususiyati – bu xotira. Xotira inson shaxsining yaxlitligini taminlaydi, xotirasiz inson yangi tug‘ulgan chaqoloq kabidir.

E.S.Rapasevich takidlaganidek “xotira ruhiy hayot birligining zaruriy shartidir, inson uning shaxsiyat birligidir”[2]. Xotira orqali odam bilimlarni to‘playdi va undan kerakli vaqtda poydalanadi, har qanday mahoratni qobiliyatni shaxs xotirasida mustahkamlanmasdan tasavvur etib bo‘lmaydi, harakat usullari , ularning yo‘nalishlari xotira ishtirokisiz amalga oshmaydi.

Psixologiyada xotiraning quyidagi asosiy turlari ajiralib turadi:

Yodlash

saqlash

unutish

reproduktsiya (tan olish tiklash)

R.S.Nemov bu jarayonlarni avtonom emas aqliy qobiliyatlar ular faoliyatda shakillanadi va u tomonidan belgilanadi[3]. S.L.Rubinshteyn yodlash haqida shunday deydi:“muayyan materiallarni yodash bilan hayot jarayonida individual tajriba to‘plash bu ong ostida paydo bo‘ladigan tasvirlar va taasurotlarni birlashtirish voqealik predmetlar va hodisalarning sezish jarayononiga tasir etishi ham bevosita xotiraga bog‘liqdir”.

S.L.Rubinshteynning fikricha yodlash jarayonida assotsiativ, sematik va strukturaviy bog‘lanishlar muhum ro‘l o‘ynaydi “eslash – bu ko‘piroq yoki kamroq ongli fiksatsiya maqsadida hozirgi vaqtda erishilgan bilimlarni kelajakda amaliy yoki nazariy faoliyatda qo‘llashdir” eslash xuddi olingan bilimlarni amaliy yoki nazariy faoliyatda foydalanish uchun chiqarib olish va hozirgi zamonda foydalanishdir Bu bog‘lanishlarda materialning roli asosan namoyon bo‘ladi, ammo yodlash nafaqat materialning Obyektiv bog‘lanishlariga balki shaxsning u bilan munosabatiga ham bog‘liq. Yodlash – bu xotirada mahkamlash va saqlash jarayoni , voqelik predmetlari va hodisalaridan olingan tassurotlardir.

Xotira quyidagicha bo‘lishi mumkin :

Beixtiyor: bunday holda davom etgan xotirada oldindan belgilangan maqsadni eslab qolish va ixtiyoriy harakatlarimizning davom etishi;

Eslash uchun maxsus maqsad va biroz harakat qilinadi va bu maqsadga erishiladi, belgilarni beixtiyor yod olish uchun majburiy maqsadning yo‘qligi bilan tavsiflanadi.

Xususystilari bilan ajralib turadigan obyektlarni esga olinishi osonniroq va beixtiyor bo‘lishi aniqlangan va majburiy yodlashga nisbatan ko‘p harakat qilmasdan davom etadi. Insonning qiziqishlari, muayyan his - tuyg‘ulari bilan bog‘liq bo‘lgan narsalar, tajribalar beixtiyor yod olishning davomiyligiga sezilarli tasir ko‘rsatadi. O‘z xoxishi bilan yodlash – bu bilan tavsiflangan yodlashdir, ongili ravishda maqsad qo‘yish , muayyan materiyallarni eslab qolish uchun aniq reja tuzadi va boshqa hiyla usullardan foydalanadi maqsadga erishish uchun inson ixtiyoriy harakat qiladi va samarali xotiraga ega bo‘ladi.

Mexanik yodlash: material va narsalarning orasidagi aloqalarni tushunmgan holda yodlashdir. V.A. Krutetskiyning takidlashicha[4] bolalar odatda mexanik yo‘l bilan yodlaydi, bollar odatda o‘quv materiyallarini tushunmaydi yoki uni tushunishni istashmiydi. Ma‘noli (mantiqiy) yodlashning xarakter xususiysti shundaki, shaxsda yodlashga bo‘lgan qiziqishning

[1] Развитие памяти дошкольников Екатеринбург 2020
[2] Развитие памяти дошкольников Екатеринбург 2020

[3] Развитие памяти дошкольников Екатеринбург 2020 6 б

[4] Развитие памяти дошкольников Екатеринбург 2020 7-б

yuqorililigi xotirada mustahkamlangan materialning mohiyati semantikasining ochilishi uning qisimlari o‘rtasidagi mavjud bo‘lgan mantiqiy aloqalar mazmunini tushunishga asoslanadi, yodlash va ko‘paytrish, orasida doimiy aloqalar o‘rnatiladi, bu esda qolarli narsalar va hodisalar “ushlab turish” deyiladi .

E.S.Rapatsevich “ushlab turish xotirada o‘rganilgan , yani miyyadagi iz va bog‘lanishlarning saqlanishidir” - deydi. Materialning xotirada saqlanishi uning faoliyatidagi ishtirokiga bog‘liq, chunki, har qanday vaqtda insonning xatti – harakati butun tajribasi bilan belgilanadi. Unitish- g‘oyib bo‘lish, xotirada so‘nish jarayoni va inkor qilish bir xil jarayonning turli xususiyatlarini ifodalaydi.

Bog‘cha yoshidagi bolalarda emotsional xotira yaxshi bo‘lsa ham, lekin xotiraning bu turi bolalarga nisbatan katta odamlarda kuchliroq bo‘ladi. Katta odamlar kuchli emotsional ta’sir qilgan bazi narsa va hodisalarni hech vaqt eslaridan chiqarmaydilar. Bog‘cha yoshidagi bolalar esa kuchli emotsional tasir qilgan narsalarni ham bazan eslaridan chiqarib qo‘yishlari mumkin. Bolalar xotirasini o‘stirishda tarbiyachi va ota-onalarning nutqi ham nihoyatda katta rol o‘ynaydi. Bola bilan gaplashilganda nutq sodda, talaffuz aniq va tushunarli bo‘lishi kerak.

Bu haqda mashhur rus pedagoglaridan K.D.Ushinskiyning quyidagi gaplari juda ham o‘rinlidir[5]. “Bolaning esida biror narsaning mahkam o‘rnashib qolishini xohlovchi pedagog, bola sezgi organlarining mumkin qadar ko‘prog‘ini ko‘zi, qulog‘i, tovush organi, muskul sezgisi va hatto, agar iloji bo‘lsa, hidlash va tam bilish organlarini esda tutib qolish jarayonida qatnashtirishga harakat qilishi kerak’’. Demak bola xotirasi ustida qancha ko‘p va puxta ishlansa bolaning maktab ta’limini o‘zlashtirishi ham shunchalik oson kechadi.

Xotiraning ilk psixologik nazariyalaridan biri XVII asrda yuzaga kelgan[6], birinchi bo‘lib XVIII-XIX asrlarda Angliya va Germaniyada ishlab chiqilgan assotsiativ nazariya hisoblanadi. Ushbu nazariya asosida assotsiatsiya – G.Ebbingauz, G.Myuller, A.Pilseker va boshqalar tomonidan ishlab chiqilgan psixikaning alohida noyob hodisalari o‘rtasidagi aloqa tushunchasi yotadi.

Bu nazariyaga asosan xotira o‘xshashligi, vaqt va fazoviy yaqinligi bo‘yicha barqaror bo‘lgan qisqa va uzoq muddatli assotsiatsiyalarning murakkab tizimi sifatida tushuniladi. Ushbu nazariyaga binoan, ko‘plab qonunlar, xususan, G.Ebbingauzning unutish qonuni kashf etilgan. Dastlabki soat davomida qabul qilingan ma’lumotning 60% gacha bo‘lgan qismi unutiladi, olti kundan so‘ng esa birinchi marta yodlab olingan matnning 20% dan kamroq qismi saqlanib qoladi. Vaqt o‘tishi bilan assotsiativ nazariya bir qator hal etilishi zarur bo‘lgan muammolar bilan to‘qnashdi, ulardan asosiysi inson xotirasining tanlab o‘tkazish xususiyatini tushuntirib berish edi.[1] XIX asrning oxirida assotsiativ nazariya geshtalt nazariyasi bilan almashindi. Bu nazariya uchun boshlang‘ ilk tushuncha va shu bilan birga, asosida xotiraning noyob hodisalarini tushuntirib berish mumkin bo‘lgan bosh tamoyil sifatida birlamchi elementlarning assotsiatsiyasi emas, balki, ularning dastlabki, yaxlit tashkiloti – gelshteyn namoyon bo‘ldi.

Aynan, gelshteyning shakllanish qonunlari ushbu nazariya vakillari (V.Vundt, .B.Titchener va boshqalar)ning fikriga ko‘ra, xotirani belgilab beradi. Bu nazariya tarafdorlarining asosiy fikri shundan iboratki, esda olib qolish va eslashda ma‘lumot, odatda, assotsiativ asosda tarkib topgan elementlarning tasodifiy to‘plami emas, balki, yaxlit tuzilma sifatida namoyon bo‘ladi. Keyinchalik gelshteyn nazariyasi ham qator qiyinchiliklar, xususan, inson xotirasining filogenez va ontogenezda shakllanishi va rivojlanishining murakkab muammosi bilan to‘qnash keldi. Gap shundaki, odamdagi xotira jarayonlarini ajratuvchi motivatsion holatlar va geshtaltlarning o‘zlari ham tarafdorlari tomonidan oldindan belgilangan va rivojlanmaydigan hosilalar sifatida qabul qilingan edi. Bu bilan xotira genezisi haqidagi masala ustidagi baxslar o‘z nihoyasiga yetdi.[2]

[5] MAKTABGACHA YOSHDAGI BOLALAR PSIXOLOGIYASI «Faylasuflar» nashriyoti Toshkent – 2011
[6] https://fayllar.org/pars_docs/refs/118/117396/117396.pdf

E-ISSN : 2181-4341
https://wordlyknowledge.uz
IMPACT FACTOR(SJIF) : 3,934

Bixevorizm va psixoanaliz vakillari ham xotira genezisi haqida qoniqarli javob topa olmadilar. (D.Uotson, E.Torndayk). Lekin bixeviorizmchilar insondagi ongli faoliyat va shaxs xususiyatlarining yordamga bog‘liqligini chetlab o‘tdilar.

Xotira hodisalarining shaxsga bog‘liqligi Z.Freyd tomonidan ko‘rsatib o‘tilgan edi[7]. Uning fikriga ko‘ra, insonning ong osti mayllariga imkon bermaydigan barcha narsalar xotiradan siqib chiqariladi, va, aksincha, uning uchun yoqimli bo‘lganlar saqlanib qoladi. Bu bog‘ liqlik tajribada o‘z tasdig‘ini topmadi. SHu bilan birga, Z.Freyd va izdoshlarining xizmatlari inson xotirasini o‘rganishda esda saqlash va unutish xotira jarayonlaridagi ijobiy va salbiy emotsiyalar, motivlar va ehtiyojlarning ahamiyatinin aniqlashdan iborat bo‘ldi.

Hozirgi zamon psixologiyasida asosiy tushuncha o‘rnida shaxs faoliyatini uning barcha psixik jarayonlari, shuningdek, xotira jarayonlarining shakllanishini bog‘lovchi omil sifatida o‘rganadigan nazariya tan olinmoqda. Bu konsepsiyaga asosan, esda olib qolish, saqlash va eslash jarayonlarining kechishi ma’lumotning obekt faoliyatida tutgan o‘rniga qarab belgilanadi. P.Janening ishlari sabab bo‘ldi. U birinchilardan bo‘lib, xotirani materialni esda olib qolish, qayta ishlash va saqlashga yo‘naltirilgan harakatlar tizimi sifatida ta’rifladi.

Jahon psixologiyasida bu konsepsiya L.S. Vigotskiy tomonidan ishlab chiqilgan inson oliy psixik vazifalari kelib chiqishining madaniy-tarixiy nazariyasida rivojlantirildi. So‘ngra u A.N.Leontev, A.R.Luriya, P.I. Zinchenko, A.A. Smirnov va boshqalar kabi mashhur psixologlar tomonidan ishlab chiqildi.

S.L.Rubinshteynning fikriga ko‘ra, esda olib qolish amalga oshirilayotgan faoliyatning borishi xususiyatiga bog‘liq bo‘ladi. Bundan tashqari, uning fikricha, ixtiyoriy va ixtiyorsiz esda olib qolishning yuqori samaradorligi haqida bir ma’noli xulosa chiqarish mumkin emas. P.I.Zinchenko, A.A.Smirnovlarning olib borgan tadqiqotlari ma’lum sharoitlarda ixtiyorsiz esda olib qolishning ixtiyoriy esda olib qolishdan samaraliroq bo‘lishini isbotladi Esda olib qolish nerv tizimining, miyaning egiluvchan, ya’ni o‘zgaruvchanlik, qo‘zg‘atuvchilar tasirida o‘zida go‘yo bir iz tarzida qoldirish, saqlash imkoniyati tufayli yuzaga keladi.

Miya egiluvchanligi va tinch pasayishi natijasida xotira samarasini susayishiga, ba’zi paytda odamning toliqishi sabab bo‘ladi. Dam olgandan so‘ng yana tiklanadi. Odatda miya egiluvchanligi yosh o‘tishi bilan susayadi. Masalan: keksa kishilar gaplaridan adashib ketadi. Ilgari gapirgan gaplari esidan chiqib yana o‘sha gapni gapiradalar. Muvaqqat nerv aloqalari assotsatsiyalarini hosil qiluvchi fiziologik mexanizmdir. Shu o‘rinda ta‘kidlash joizki, ayrim darsliklarda xotira turlari turlicha klassifikasiya qilinadi. Jumladan, A.V.Petrovskiy tahriri ostida chiqqan "Umumiy psixologiya" darsligida quyidagi klassifikasiya uchraydi:

Faoliyatda ko‘proq sezilib turadigan psixik faollikning xususiyatiga qarab: harakat, emosional, obrazli va so‘z mantiq xotira.

Faoliyatning maqsadlariga ko‘ra: ixtiyorsiz va ixtiyoriy xotira.

Materialni qancha vaqt esda olib qolish va esda saqlash muddatiga ko‘ra: qisqa muddatli, uzoq muddatli va operativ xotira.

M.G.Davletshin tahriri ostida chiqqan Umumiy psixologiya o‘quv qo‘llanmasida quyidagi xotira klassifikasiyasi qayd qilinadi:

Psixik faolligiga ko‘ra: ixtiyoriy va ixtiyorsiz xotira.

Faoliyat maqsadiga ko‘ra: harakat, emosional, obraz va so‘z-mantiq xotirasi.

Muddatiga ko‘ra: uzoq muddatli, qisqa muddatli va operativ xotira.

E.G‘.G‘oziev tahriri ostida chiqqan "Umumiy psixologiya" o‘quv qo‘llanmasida xotira turlari quyidagicha klassifikasiya qilingan.

1. Ruhiy faoliyatning faolligiga ko‘ra:

[7] https://fayllar.org/pars_docs/refs/118/117396/117396.pdf

E-ISSN : 2181-4341
https://wordlyknowledge.uz
IMPACT FACTOR(SJIF) : 3,934

a) harakat yoki motor harakat xotirasi; b) obrazli xotira; v) his-tuyg‘u yoki hissiyot xotirasi; g) so‘z-mantiq xotira.

2. Ruhiy faoliyatning maqsadiga binoan:

a) ixtiyorsiz; b) ixtiyoriy; v) mexanik.

3. Ruhiy faoliyatning davomiyligiga ko‘ra:

a) qisqa muddatli xotira; b) uzoq muddatli xotira; v) operativ (tezkor) xotira.

4. Ruhiy faoliyat qo‘zqatuvchisining sifatiga ko‘ra:

a) musiqiy; b) eshitish xotirasi;

5. Ruhiy faoliyatning inson yo‘nalishiga qarab:

a) fenomenal; b) kasbiy.

Foydalanilgan manbalar ro'yxati:

1. Abramova, G. S. Rivojlanish psixologiyasi: universitet talabalari uchun darslik - M.: Akademiya, 2001. - 672 b.

2. Yu.I.Aleksandrov, D. G. Shevchenko.,. Psixologiya asoslari: universitetlar uchun darslik - M .: INFA-M, 1997. - 367 b.

3. L.A.Venger, V.S.Muxina, .Gamezo, M. V. Yosh va pedagogik psixologiya: pedagogika universitetlarining barcha mutaxassisliklari talabalari uchun darslik. . - M.: Ma'rifat, 2008. - 345 b.

4.A. G.Aseev,. Rivojlanish psixologiyasi: o'quv qo'llanma / A. G. Aseev. - Irkutsk: DEVELOPMENT-INFORM, 2009. - 356 p

5 S.X. JALILOVA, N.A. G ‘AYIBOVA UMUMIY PSIXODIAGNOSTIKA TOSHKENT 2018 –yil

6. Sadriddinovna, T. G. (2023). KELAJAK KADRLARINI SHAKLLANTIRISHDA ELEKTRON TARBIYA RESURSLARINING AHAMIYATI. IQRO JURNALI, 2(1), 750-753.

7. Akbarjonovich, M. A. (2023). MIGRATSIYA JARAYONINING TAHLILI VA MUAMMOLI JIHATLARI. IQRO JURNALI, 2(1), 628-631.

8. Turdimuradovich, U. B. (2023). ZAMONAVIY PEDAGOGIKANING TARIXIY RIVOJLANISH BOSQICHLARI. IQRO JURNALI, 2(1), 793-795

WORDLY KNOWLEDGE