



XOTIRANING PSIXALOGIK TASNIFI

Tojiboyeva Nodiraxon Tursunaliyevna

Andijon davlat pedagogika insitituti
“Pedagogika psixalogiya” kafedrası o’qituvchisi

Alisherova Zulfiya Tolibjanovna

Andijon davlat pedagogika instituti umumiy
psixalogiya fani o’qituvchisi

Sodiqova Vazira Oybek qizi

Toxirova Moxinur Nozimjon qizi

Andijon davlat pedagogika instituti Amaliy
matematika yo’nalishi 1-bosqich talabalari

Annotatsiya: Ushbu maqola xotira tushunchasining ahamiyatini va uning inson hayotidagi o'rnini tushuntiradi. Xotira nafaqat o'zimizni anglash, balki kelajakni qurishda ham muhim rol o'ynaydi. O'tmishdagi voqealar va tajribalar bizni shakllantiradi, o'zgarishga undaydi va qarorlar qabul qilishda yo'riqnoma bo'lib xizmat qiladi. Maqolada xotiraning ijobiy va salbiy ta'sirlari, shuningdek, uning jamiyat va madaniyatdagi o'rne ko'rsatilgan. Xotira vaqt va zamon o'rtasidagi ko'prik sifatida, har bir inson va jamiyatning o'zligini saqlashda va rivojlanishda muhimdir.

Kalit so'zlar. Xotira, . David Mitchell, hissiyot, Atkinson va Shifrin, Doktor Penfild “orqa eshik”, Psixologlar, reflekslar, Akademik, professional, qobiliyat, Aralash xotira.

Kirish. “Agar sen oldingi xotiralaringni eslash qobiliyatini yo’qotsang sen uchun hayot tugaydi” James Mc.Gaugx.



Xotira bu – doimiy va o'zgaruvchan hamda saqlangan ma'lumotlarni o'rganishdir. Xotira ustidagi izlanishlar uni qanday ishlashini tushunishimizga yordam beradi. David Mitchellning tadqiqotlariga ko'ra to'liq obyektlarini ko'rish va eslab qolish noaniqlariga nisbatan oson va tez. c tadqiqotchilari 1 asrdan ko'proq vaqtdan buyon quyidagi savollarga javob izlamoqda: Qanday qilib biz xotira yutuqlariga erishishimiz mumkin? Nima uchun biz, hatto, bir daqiqa oldin uchrashgan insonimizning ismini unutib qo'yamiz? Xotiralar miyada qanday saqlanadi? Nima uchun ayrim narsalarni tez unutimiz ammo alamli, istalmagan hodisalarni unutishimiz qiyin? Qanday qilib bir hodisa ikki shaxsning xotirasida turlicha qoladi? Xotiramiz imkoniyatlarini qanday o'stirishimiz mumkin?

Insonlarning o'rganish va axborotni qabul qilish bo'yicha 3 turga ajratsak bo'ladi. Bular: eshitish, ko'rish va harakat xotiralar. Bular miyaga kirayotgan xabarning turiga bog'liq. Tevarakdagi ma'lumotlarni hissiyotlarimiz orqali qabul qilamiz. O'rganish va xotirada saqlashning turli usullari mavjud. Har bir odamda ma'lum usullarning majmui mujassam bo'lib, turlicha o'rganish mumkin.

Ma'lum bo'lishicha, inson miyasi har qanday ma'lumotni saqlab qoladi. Agar shu ma'lumot biror sabab bilan odamga kerak bo'lmasa, yoki o'zgarmasa, u ongdan tabiiy tarzda yo'qoladi. Lekin har doim ham bizni professional faoliyatimiz manfaatlariga mos ma'lumotlarni esda saqlash juda zarur va shuning uchun ham ko'pchilik ataylab xotira tarbiyasi bilan shug'ullanadi.

Hayotimizda xotiraning ahamiyati. Yaxshiyamki xotiramiz bor. Xotira tufayli bizda ajoyib imkoniyatlar borligini so'zsiz qabul qilamiz. Xotira xayotimizni belgilaydi. Xotira tufayli biz oilamizni taniymiz, o'z tilimizda gapira olamiz, uyimizga olib boradigan yo'lni yoqotmaymiz hamda oziq ovqat va suv joyini aniqlaymiz. Biz nimani ko'proq eslasak, u xotiramizning kata qismini egallaydi. Agar xotiramiz bo'lmaganida, biz hatto o'zimizga ham begona bo'lardik. Xotira tadqiqotchisi Jamesning ta'kidlashicha: “Agar sen oldingi xotiralaringni eslash qobiliyatini yo'qotsang sen uchun hayot tugaydi”.

Atkinson va Shifrinning klassik 3 bosqichli modeli xotira jarayonini tushunishda yordam beradi, ammo bugungi tadqiqotchilar uzoq muddatli xotiraning boshqa yo'llarini



ham topishdi. Masalan ayrim axborotlar xotiraning ongli ishtiroki orqali “orqa eshik” dan uzoq muddatli xotiraga o’tadi. Doktor Penfild faoliyati davomida epilepsiya kasaliga chalingan bemor miyasining qaysi qismi jarohatlanganini bilish uchun bemor miyasining qismlariga kichik elektr toklar jonatadi. Bemor og’riq sezmaydi , chunki miyada og’riq sezuvchi nervlar yo’q. Shunda bemor yoshligidagi voqealarni eslayotganini aytadi. Bu doktorning hujayralarga birma bir tegib chiqayotgani natijasi edi. Shundan keyin Penfild o’z taklifini bildirdi, biz deyarli barcha ma’lumotlarni xotiramizda saqlab qolamiz, gap ularni qayta eslash uchun turtki berishda.

Xotira, ya’ni esda olib qolish, idrok qilinayotgan narsalardan xosil bolgan obrazlar o’rtasida assotsiatsiyalarning yuzaga kelishidan iboratdir. Shu bois inson xotirasidagi assotsiatsialar 3 turga ajratiladi. Bu yondoshlik assotsiatsiasi, o’xshashlik assotsiatsiyasi va qarama- qarshilik assotsiatsiyalaridan iboratdir.

Xotiraning nerv-fiziologik asosida bosh miya po’stida hosil bo’ladigan shartli reflekslar, turli assotsiativ bog’lanishlar yotadi. Lekin , odam esda olib qolish paytida assotsiatsiyalar hosil bo’lganligini odam keyinchalik biror narsani esga tushirish paytida bo’ladi. Xotira quyidagi tiplarga ajraladi:

- a) Ko’rish**
- b) Eshitish**
- c) Harakat**
- d) Aralash xotira**

Xotira jarayonlarining asoslari 3 yo’nalishda o’rganilgan: psixologik, neyrofiziologik, bioximik.

XX asrning birinchi 10 yilida xotirani tekshirish yangi ilmiy talqinga ega bo’ldi, uning moddiy asosi to’g’risidagi muammolarga mohiyati jihatidan mutlaqo boshqacha yondoshish ro’yobga chiqdi. Xuddi shu davr xotira psixalogiyasida keskin burilish nuqtasini vujudga keltiradi. Akademik I.P.Pavlov shartli reflekslarni o’rganishning ilmiy metodini taklif etadi, bu narsa o’z navbatida bosh miya yarim sharlarida yangi bog’lanishlar paydo bo’lishiga va mustaxkamlanishning asosiy fiziologik mexanizmlarini



tekshirish imkoniyatlarini tug'dirdi. Bolalarda xotiraning yuksak shakllarini birinchi marta tadrijiy ravishda tadqiq qilish taniqli psixolog L.S.Vigotskiyga nasib etgan.

Psixologlardan A.A.Smimov, P.I.Zinchenkolar ham xotira bo'yicha ilmiy tekshirish ishlarini olib bordilar, uning yangi qonunlari va mexanizmlarini ochdilar. Yuqoridagi fikrlardan ko'rinadiki, psixolog olimlar tomonidan xotira borasida qator ilmiy izlanishlar olib borilgan va borilmoqda.

Xulosa qilib aytganda, xotira insonning o'zligini anglash va rivojlanishida muhim ahamiyatga ega. O'tmishdagi tajribalar va voqealar bizni shakllantiradi, kelajakdagi qarorlarimizga ta'sir qiladi. Xotira faqat shaxsiy emas, balki jamiyat va madaniyatning rivojlanishiga ham ta'sir ko'rsatadi, chunki u tarixni va urf odatlarni saqlaydi. Xotira, vaqt va zamon o'rtasidagi ko'priksifatida, insonning kelajagini qurish va o'zligini anglashda ajralmas vosita bo'lib qoladi.

Adabiyotlar:

1. G'oziyev E.G'. Umumiy psixalogiya 1-2 kitob.
2. Немов Р,С Психалогия 1- китоб – М.: 1999.
3. Umumiy psixalogiya (A.V.Petrovskiy tahriri ostida). – СПб.: Питер,1999.