



Diqqat patologiyasi

Raxmonova Durdona Abdurashid qizi

Denov tadbirkorlik va pedagogika institute talabasi

raxmonovadurdona79@gmail.com

Tojiddin Yo'ldoshev Abdukarimovich

Pedagogika va psixologiya fani katta o'qituvchisi

tojiddinyuldoshev@gmail.com

Annotatsiya: Ushbu maqolada diqqat haqida umumiy tushuncha, diqqat barqarorligini taminlovchi omillari, diqqatning pasayishi va uyquchanlik, Ongning ravshanligining patologik pasayishi, diqqat buzilishlarining turlari, uni qanday bartaraf etish yo'llarini keltirib o'tamiz.

Kalit so'zlar: Diqqat, diqqatning pasayishi, parishonxotirlik, diqqatning buzilishi, diqqatning inertligi, uyquchanlik onggi, giperdinamik e'tibor, katalepsiya, simultan, konsentratsiya, aprozeksiya

Biz dunyoga kelganimizdan boshlab olamga teran nigoh bilan qarab, har bir ovozga, qimirlagan bizga notanish narsalarga u nima ekanligini bilish uchun bor diqqatimizni qaratamiz va hu zayilda olamni tanishni boshlaymiz. Boshida qiziquvchanligimiz hamda begona narsalarning barchasini bilishga harakat qilganimiz tufayli diqqatimiz beqaror, tez bo'linuvchan bo'ladi va bu aynan bolalik chog'larimizga to'g'ri keladi, biz buni psixologiyada Ivan Pavlovich Pavlov tabiri bilan “bu nima gap” refleksi deb ataymiz. Yosh davrlar xususiyatidan kelib chiqqan holda bu diqqatning bolalarga xos xolatidir.

Psixologiya fanida diqqatga har xil ta'rif beriladi, uni izohlashda esa psixologlar turli nazariyalarga asoslanadilar.



Ivanovning fikricha biz faoliyatimiz jarayonida idrok va tasavvur qilgan har bitta narsa, o'y, fikr va tafakkurlarimiz hamda har bitta qilgan ishimiz va hodisalar diqqatning ob'ekti bo'la oladi.

Ongning ravshanligining patologik pasayishi

Oddiy ong har doim ham bir xil ravshanlik darajasi bilan tavsiflanmaydi. Vestfal tajribalariga ko'ra, bu holda kamida to'rt bosqichni ajratish kerak:

- 1) oddiy oldindan belgilash bosqichi;
- 2) Izoh darajasi;
- 3) Potentsial bilimlar bosqichi va
- 4) ifodalangan bilim darajasi yoki tasdiqlash.

Biroq, bu bosqichlarda hech qanday patologik narsa yo'q. Biz patologiya bilan faqat taassurotni taqdim etish uchun maqbul sharoitlar mavjud bo'lsa-da, ong past darajada qolishda davom etsagina shug'ullanamiz.

Diqqatning pasayishi va uyquchanlik ongining farqi mavjud. Ongning pasayishi epilepsiya yoki isteriya holatlarida bo'lgani kabi, engil va vaqtinchalik bo'lishi mumkin yoki u chuqur bo'lishi mumkin. Bu oxirgi holatda, baquvvat so'roq orqali bemorning e'tiborini jalb qilishga muvaffaq bo'lganda, uyquchanlik deb ataladigan narsa ajralib turadi; stupor, bemor yarim uyqu holatida bo'lsa, hissiy taassurotlarga munosabat bildirmaydi, lekin uni uyg'otish oson; u qayerda ekanligi haqida hali ham bir oz, noaniq bo'lsa ham, "ha" va "yo'q" deb javob beradi, lekin siz uni yolg'iz qoldirishingiz bilan u darhol uyquchan holatiga qaytadi. Bedavolik holati ancha og'irroq; bunday bemor bilan gaplashganda, u ko'zlarini ochadi, lekin hech narsani eshitmaydi va hech narsani tushunmaydi; Yutish refleksi hali ham saqlanib qolgan, ko'zlarni yorug'lik yo'nalishi bo'yicha harakatlantirish qobiliyati. Bundan ham jiddiyoq holat koma bo'lib, unda hatto ongning izi ham ko'rinmaydi; Bemorda yutish refleksi va pupiller refleksi yo'q. Ba'zida bu holat to'satdan paydo bo'ladi, uzoq vaqt davom etadi; keyinchalik bu holat apopleksiya deb ataladi. Bedavolik holati ancha og'irroq; bunday



bemor bilan gaplashganda, u ko'zlarini ochadi, lekin hech narsani eshitmaydi va hech narsani tushunmaydi; Yutish refleksi hali ham saqlanib qolgan, ko'zlarni yorug'lik yo'nalishi bo'yicha harakatlantirish qobiliyati. Bundan ham jiddiyroq holat koma bo'lib, unda hatto ongning izi ham ko'rinmaydi; Bemorda yutish refleksi va pupiller refleksi yo'q. Ba'zida bu holat to'satdan paydo bo'ladi, uzoq vaqt davom etadi; keyinchalik bu holat apopleksiya deb ataladi.

Ogning xizmati

Isteriyada ogning patologik xizmati ayniqsa keng tarqalgan. Janet o'zining hozirgi mashhur bemori Lyusi haqida gapiradi. Men kimdir bilan gaplashayotgan edim, Lyusi boshqa hech narsani sezmadi; siz unga baland ovozda qo'ng'iroq qilishingiz, qulog'iga nimadir baqirishingiz mumkin - u hech narsaga munosabat bildirmadi. Xuddi shu Jeynning so'zlariga ko'ra, tarkib bitta g'oya bilan belgilanadigan "katalepsiya" deb ataladigan holat mavjud. Quyidagi holat juda qiziq: bemor bitta diqqat ob'ektini mukammal tarzda o'ylashi mumkin, lekin bundan ortiq emas. Bu vaqtda u ikkinchisini umuman sezmaydi. U bir qarashda odamning qomatini, kiyimining rangini va hokazolarni mukammal tasvirlay oladi. Ammo agar siz unga, aytaylik, pin va keyin, 5 santimetr masofada, yonib turgan shamni bersangiz va aksincha.

Diqqat buzilishining turlari

Bu shakllarning barchasi og holatini bir butun sifatida tavsiflaydi. Ammo sof e'tibor buzilishlari ham mavjud. Kraepelin quyidagi shakllarni ajratib turadi:

1. Diqqatning pasayishi; bemor hech narsaga e'tibor bermaydi, hech narsa unga hech qanday xotira yoki qiziqish uyg'otmaydi.
2. Diqqatni yopish (spernug): bemor hamma narsani yaxshi tushunadi, lekin unga nima ko'rsatmasin, u e'tibor bermaydi; u hech kimning unga ta'sir qilishini xohlamaydi va shuning uchun har qanday savolni javobsiz qoldiradi.



3. Diqqat qilishda qiyinchilik; diqqatning barcha tashqi belgilari saqlanib qoladi, ammo bemorga aytilgan narsalarni tushunish uchun g'ayritabiiy darajada uzoq vaqt talab etiladi. Ko'rib turganingizdek, bu holda diqqatning vaqt momenti buziladi.

4. Diqqatni tashqi stimulyatsiya bilan aniqlash: har bir yangi stimul bemorning e'tiborini tortadi (giperdinamik e'tibor).

5. Tashqi ko'rinishga o'xshash ta'sir bemorning diqqatini ob'ektdan ob'ektga oddiy sababga ko'ra g'ayritabiiy darajada osonlik bilan almashtirganda yuzaga keladi, chunki ob'ekt ongga yuzaki ta'sir qiladi, masalan, charchoq paytida sodir bo'ladi; bu holda biz g'ayritabiiy darajada rivojlangan bema'nilik bilan shug'ullanamiz.

Shuni aytish joizki, diqqat vujudga kelishida ong bir nuqtaga to'planadi hamda bu ong doirasining torayishini vujudga keltiradi. Bunday torayish natijasida ong doirasi yanada yorqinlashadi. Agarda miyani ko'rish imkoniyati paydo bo'lganda xuddi shu jarayon vaqtida miyamiz ichida kichkina nurlarni, uning markazida kattaroq nurni ko'rishimiz mumkin edi. Olim I.P.Pavlov fikri bilan aytganda, biror bir yangi g'oya tug'ilayotgan yoki yaratayotgan inson miyasini kuzatadigan bo'lganimizda kichkina bir yorqin nurning uyoqdan buyoqqa yurganini ko'rgan bo'lardik.

Diqqat bo'linuvchanlik xususiyatiga egadir, diqqatimizni yo'naltirayotgan ob'ektga maksimal 3-5 daqiqa qarata olishimiz mumkin, shu orada diqqat bir va undan ko'p marta bo'linishi mumkin, bu jarayonni biz sezmay ham qolamiz. Simultan bo'linish diqqatning barqaror ishlashiga yordam beradi.

Ayrim odamlarning fikri tez chalg'iydigan bo'ladi - bu diqqat barqarorligi yetishmasligi bilan bog'liq holatdir. Diqqatning ma'lum vaqt oralig'ida saqlanishi diqqatning barqarorligi deb ataladi. Agarda biror bir mashg'ulotga e'tibor bilan kirishilsa, ushbu jarayon kuzatiladi. Bu xususiyat inson qiziqishlari va kasbiga bog'liq ham bo'ladi. Shuncha vazifalarni uddalashda diqqatning faqatgina o'zi emas boshqa kognitiv jarayonlar ham qatnashadi. Aytish mumkinki, diqqatning barqarorligi har qanday sohada muvaffaqiyatli faoliyat yuritishning eng muhim shartlaridan biridir. Ushbu bilish jarayoni insonning atrofdagi



borliqni va unda sodir bo’layotgan jarayonlarini idrok etish jarayoni ravshanlashtiradi. Diqqatning barqarorligi – bu diqqatning konsentratsiyasining davomini belgilaydigan xususiyat hamdir. Bundan xulosa qilib diqqatning bir joyda to’planishida diqqat barqarorligi yetakchi rol o’ynaydi deyish mumkin.

Shuni ham ta’kidlash joizki, qabul qilingan ma’lumotlarning ishlashi va hajmini asosan ushbu omil belgilaydi. Diqqat qanchalik barqaror bo’lsa faoliyat natijasi ham shunchalik samarali bo’ladi. Diqqatning barqaror yoki beqaror diqqat turiga kirishini tartiblab, belgilab beruvchi birorta ham me’yor va ko’rsatkich yo’q va bunday omillarning bo’lishi ham mumkin emas. Bu vazifani diqqatning turi – ixtiyoriy, ixtiyorsizligiga qarab, bajarilayotgan ma’lum bir faoliyatning mazmun va natijasiga qarab turli xil baho berish mumkin.

Diqqatning barqaror bo’lishi bir qator shartlarga: diqqat ob’ektining mazmundorligiga, faoliyatiga ish bajarayotgan vaziyatga, odamning ruhiy holatiga va albatta, irodasi va qiziqishlariga bog’liq.

Agarda diqqat ob’ekti qanchalik mazmundor bo’lsa, diqqat ham shunchalik kuchli va barqaror bo’ladi. Diqqatning barqarorligi iroda kuchi bilan ham o’lchanadi, ko’pincha, ixtiyorsiz (irodaviy) diqqatning barqarorligi ham faoliyat jarayonida irodaning kuchi bilan ushlab turiladi. Iroda kuchimiz hamda qiziqishlarimiz uyg’unligida eng qiyin vaziyatlardan ham o’z faoliyatimizga diqqatimizni jamlab tura olamiz. Diqqatning rivojlanishi xususida L.C.Vigotskiy bolalarda barqaror diqqat sust rivojlanganligini keltirib bu ixtiyorsiz diqqat sifatida namoyon bo’ladi deb tushuntiradi. Bu jarayon 4,5 – 5 yoshga qadar saqlanib qoladi va bola uchun normal holat sanaladi. Bizning tayanch qismimiz hisoblanmish diqqat doim ham biz istagandek va biz xil ishlayvermaydi, unda ham ayrim buzilishlar sodir bo’ladi:

1. Parishonxotirlik - diqqatning cheklangan ob’ektlariga uzoq vaqt mobaynida qaratilib turilishining buzilishi. Bu buzilish asosan charchaganda, astenik holatlarda kuzatiladi. Diqqatning aksi parishonxotirlikdir. Bunda odam Diqqatini biror narsaga to’play olmay, hamma vaqt boshqa narsalarga chalg’iyveradi. Shunday holat kishi qattiq charchaganda, uning uchun ahamiyatsiz juda ko’p qo’zg’atuvchilar mavjudligida yoki,



aksincha, bitta ham qo'zg'atuvchining odam uchun ahamiyati bo'lmaganda ro'y beradi. Mashq qilish bilan parishonxotirlikka barham berish mumkin.

2. Olimning e'tiborsizligi (soxta parishonxotirlik) - diqqatni o'z xayollarida jalb bo'lishi. U biror bir g'oya bilan band bo'lgan o'z kechinmalariga berilgan kishilarda kuzatiladi. Bu holda bunday kishilar atrofidagi narsa, e'tibor bermaydilar. Ichki diqqatni yuqori intensivligi va qiyin o'zgarishi bilan belgilanadi.

3. Qarilik parishonxotirligi - diqqat jamlashning sust intensivligi ko'chuvchanligining qiyinlashishi bilan belgilanadi.

4. Diqqatning chalg'ishi - diqqatning kuchi qobiliyati me'yoridan ortib ketadi, buning natijasida bemorlar hech narsaga uzoq vaqt diqqatlarini qarata olmaydi.

5. Diqqatning inertligi - diqqatning patologik fiksatsiyasi, diqqatning bir ob'ektdan ikkinchisiga o'tish mexanizmining buzilishi.

6. Aprozeksiya - diqqatning butunlay yo'qolib ketishi.

Xulosa. Barcha narsaning kaliti takrorlash hamda mashqlantirish bo'lgani kabi bizning miyamizga o'tadigan barcha bilimlarning kaliti hisoblanadigan diqqatimizni ham doim mashqlantirib tursak bunday buzilishlarning ma'lum miqdorda oldini olgan bo'lamiz. Bunday kuchli buzilishlarning oldini olish hamda diqqat barqarorligini ta'minlashda bir necha xil usullardan foydalansak bo'ladi. Masalan, aylanadan tashqariga chiqmasdan bo'yash - bu boshlang'ich kichik usul hisoblanadi, ammo diqqat barqarorligini ta'minlashda va diqqat buzilishlarning oldini olishda ma'lum miqdorda samara bera oladi.

Foydalanilgan adabiyotlar:

1. Узнадзе Д. Н. "Общая психология" М - 2004 г.
2. I. P. Pavlov "Umumiy Psixologiya" Toshkent – 2008y.
3. E. G'. G'oziyevich "Umumiy Psixologiya" T- 2004y.



4. G'oziyev E. G', Muhammedova D. G', Ilhomova D. I., Rasulova A. I., Mallaboyeva N. M. "O'quv qo'llanmasi" Toshkent – 2008y.
5. Sameroff, A. J., & Fiese, B. H. (2000). Transactional regulation: The developmental ecology of early intervention. *Handbook of early childhood intervention*, 2, 135-159.
6. Yuldashev, T. (2022, February). Measures to eliminate or prevent the manifestation of personality aggression. In *Conference Zone* (pp. 227-229).
7. Abdukarimovich, Y. T., & Melikmurodovich, S. U. B. (2022). Art Therapy in Eliminating Aggressiveness in the Individual. *Global Scientific Review*, 9, 1-4.
8. Abdukarimovich, Y. T., & Melikboboyevich, S. U. (2022). FORMING A RESPONSIBLE ATTITUDE TO THE FAMILY IN YOUNG PEOPLE. *Galaxy International Interdisciplinary Research Journal*, 10(1), 653-657.
9. Sroufe, L. A., & Rutter, M. (1984). The domain of developmental psychopathology. *Child development*, 55(1), 17-29.
10. Vygotsky, L. S. (1978). *Mind in society* (Vol. 14). Harvard university press.