

**XOTIRA: PSIXOLOGIK MOHIYATI VA SHAXS FAOLIYATIDAGI O'RNI**

**Nortojoyeva Vazirabonu**

Chirchiq davlat pedagogika universiteti

Xorijiy til va adabiyot yo'nalishi

1-bosqich 25/1-guruh talabasi

**Annotatsiya**

Mazkur maqolada xotira tushunchasining psixologik mohiyati, uning turlari, xususiyatlari hamda shaxs faoliyatidagi o'rni yoritilgan. Shuningdek, xotiraning ta'lim jarayonidagi ahamiyati, uni rivojlantirish omillari va pedagogik faoliyatdagi roli ilmiy jihatdan tahlil qilingan.

**Kalit so'zlar**

xotira, psixologik jarayon, qisqa muddatli xotira, uzoq muddatli xotira, obrazli xotira, tafakkur, idrok, diqqat, ta'lim jarayoni.

**Аннотация**

В данной статье раскрываются психологическая сущность памяти, её виды, особенности и роль в деятельности личности. Также анализируется значение памяти в образовательном процессе и факторы её развития.

**Ключевые слова**

память, психологический процесс, кратковременная память, долговременная память, мышление, внимание, восприятие, образовательный процесс.

**Abstract**

This article describes the psychological essence of memory, its types, characteristics, and its role in personal activity. It also analyzes the importance of memory in the educational process and the factors influencing its development.

**Key words**

memory, psychological process, short-term memory, long-term memory, thinking, attention, perception, education process.

**KIRISH**

Psixologiyada bilish jarayonlari orasida xotira muhim o'rin egallaydi. Xotira insonning o'tmish tajribasini saqlash, eslab qolish va kerakli vaqtda qayta tiklash imkonini beradigan murakkab psixik jarayon hisoblanadi. Insonning bilim olish jarayoni, tafakkuri, nutqi va faoliyati xotira bilan chambarchas bog'liqdir. Bugungi kunda ta'lim tizimida o'quvchilarning bilimlarni samarali o'zlashtirishi ko'p jihatdan ularning xotira faoliyatiga bog'liq. Shu sababli xotiraning psixologik mohiyatini o'rganish va uning shaxs faoliyatidagi o'rnini aniqlash dolzarb ilmiy masalalardan biri hisoblanadi.

Xotira — bu insonning avvalgi tajribasini eslab qolish, saqlash va zarur paytda qayta tiklash jarayonidir. Xotira orqali inson o'z bilimlarini boyitadi, tajribasini mustahkamlaydi va faoliyatini samarali tashkil etadi. Eslab qolish jarayoni yangi ma'lumotlarni qabul qilish va ularni ongda mustahkamlashdan iborat. Saqlash esa olingan ma'lumotlarni ma'lum vaqt davomida ongda ushlab turish jarayonidir. Esga tushirish esa zarur paytda avvalgi bilimlarni qayta tiklash imkonini beradi. Xotira yordamida inson atrof-muhitdan olingan ma'lumotlarni qabul qiladi, ularni ongida saqlaydi va zarur paytda

esga tushiradi. Shu sababli xotira insonning bilim olish jarayonining asosi hisoblanadi. Xotira uch asosiy jarayondan iborat: eslab qolish, saqlash va qayta tiklash. Eslab qolish jarayonida inson yangi ma'lumotlarni qabul qiladi va ularni ongida mustahkamlaydi. Saqlash jarayonida esa bu ma'lumotlar ma'lum vaqt davomida xotirada saqlanadi. Qayta tiklash esa avval olingan bilim yoki tajribani esga tushirishdan iborat. Ushbu jarayonlar o'zaro bog'liq bo'lib, biri ikkinchisiz to'liq amalga oshmaydi. Xotira turli mezonlarga ko'ra bir necha turlarga bo'linadi. Saqlash muddatiga ko'ra qisqa muddatli va uzoq muddatli xotira farqlanadi. Qisqa muddatli xotira ma'lumotni qisqa vaqt davomida saqlaydi, uzoq muddatli xotira esa uni uzoq vaqt, hatto umr bo'yi esda saqlashi mumkin. Mazmuniga ko'ra esa xotira harakat, obrazli, mantiqiy va emotsional turlarga ajratiladi. Harakat xotirasi harakatlarni eslab qolish bilan bog'liq bo'lsa, obrazli xotira tasvirlar va sezgilarni saqlaydi. Mantiqiy xotira tushunchalar va bilimlarni o'z ichiga oladi, emotsional xotira esa his-tuyg'ular bilan bog'liq bo'ladi. Xotira inson hayotida juda muhim o'rin tutadi. U orqali inson bilim oladi, tajriba to'playdi va o'z faoliyatini rejalashtiradi. Yaxshi rivojlangan xotira o'qishda muvaffaqiyatga erishishga, tez fikrlashga va to'g'ri qaror qabul qilishga yordam beradi. Shu bilan birga, xotirani rivojlantirish ham muhim hisoblanadi. Buning uchun muntazam takrorlash, diqqatni jamlash, ma'lumotlarni mantiqiy bog'lash va sog'lom turmush tarziga amal qilish tavsiya etiladi. Xotira inson faoliyatining barcha sohalarida muhim ahamiyat kasb etadi. Ayniqsa, ta'lim jarayonida o'quvchilarning bilimlarni o'zlashtirishida xotira yetakchi o'rin tutadi.

Xotiraning turlari va xususiyatlari: Psixologiyada xotira bir necha turlarga ajratiladi. Jumladan:

1. Qisqa muddatli xotira. Bu xotira turi qisqa vaqt davomida ma'lumotlarni saqlash imkonini beradi.
2. Uzoq muddatli xotira: Bu xotira turi uzoq vaqt davomida ma'lumotlarni saqlashga xizmat qiladi.
3. Obrazli xotira: Tasvirlar, tovushlar, ranglar orqali eslab qolish jarayoni obrazli xotira hisoblanadi.
4. Harakat xotirasi: Harakatlar orqali eslab qolish harakat xotirasiga kiradi.
5. So'z-mantiqiy xotira: Nutq orqali o'zlashtirilgan ma'lumotlarni eslab qolish jarayoni hisoblanadi.

Mazkur xususiyatlar insonning individual psixologik xususiyatlariga bog'liq holda rivojlanadi.

Xotira shaxsning bilish faoliyatida muhim rol o'ynaydi. Insonning tafakkuri, nutqi va idroki xotira bilan uzviy bog'liqdir. Agar xotira yaxshi rivojlangan bo'lsa, bilimlarni o'zlashtirish jarayoni samarali kechadi. Ta'lim jarayonida o'qituvchilar quyidagi usullar orqali o'quvchilarning xotirasini rivojlantirishlari mumkin: takrorlash metodidan foydalanish; Mazkur metodlar o'quvchilarning bilimlarni mustahkam o'zlashtirishiga yordam beradi. Shuningdek, xotira rivojlanishida diqqat, tafakkur va tasavvur muhim rol o'ynaydi. Ushbu psixik jarayonlar bir-biri bilan o'zaro bog'liq holda faoliyat ko'rsatadi.

#### **XULOSA**

Xotira inson psixikasining muhim tarkibiy qismlaridan biri hisoblanadi. U shaxsning bilim olish jarayonida, kasbiy faoliyatida hamda kundalik hayotida muhim ahamiyat kasb etadi. Ta'lim jarayonida o'quvchilarning xotirasini rivojlantirish orqali ularning bilim saviyasini oshirish mumkin. Shu sababli pedagoglar o'quv jarayonini tashkil etishda xotirani rivojlantiruvchi metodlardan samarali foydalanishlari zarur. Xotira — shaxsning intellektual rivojlanishining asosiy omillaridan biridir.

#### **FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR**

1. G'oziev E.G'. Umumiy psixologiya. Toshkent.

2. Davletshin M.G. Umumiy psixologiya asoslari.
3. Nemov R.S. Psixologiya. Moskva.
4. Rubinshteyn S.L. Umumiy psixologiya asoslari.
5. Vygotskiy L.S. Tafakkur va nutq.
6. Petrovskiy A.V. Umumiy psixologiya.
7. Karimova V.M. Psixologiya. Toshkent.