КУРСАНТЛАРДА ДИҚҚАТ СИФАТЛАРИ РИВОЖЛАНИШИНИНГ ПСИХОЛОГИК ХУСУСИЯТЛАРИ.

Суннатиллоев Наврузбек Нодир ўғли,
Ички ишлар вазирлиги академияси
231-гурух курсанти,

Ушбу мақолада *Ички ишлар вазирлиги тизимида олий ўқув юрти курсантларининг диққат хусусиятларини шакллантиришнинг психолгик механизмалари келтириб ўтилган. Шу билан биргаликда курсантларни келгусидаги иш фаолиятидаги диққат хусусиятлари ва механзмларини қўллай олиш борасидаги билим ва кўникмалар батафсил ёритилган.*

Таянч сўзлар *диққат ихтиёрсиз диққат, ихтиёрий диққат, диққатнинг тақсимланиши, мотивация, диққатнинг тезкорлиги, диққатнинг кенглиги, диққатнинг кўчирилиши, диққатнинг тақсимланиши, диққатнинг барқарорлиги.*

Курсантлар тайёргарлигида психологик омиллар муҳим аҳамиятга эга. Улар келгусидаги касбий фаолиятларида аниқлик, масъулият ва тезкор қарор қабул қилиш қобилиятига эга бўлиши зарур. Бу жараёнда диққат ва унинг сифатлари (барқарорлик, тақсимланиш, кўчирилиш ва ҳ.к.) асосий руҳий жараён сифатида алоҳида ўрин тутади.

Диққат – индивиднинг ҳиссий, ақлий фаолият ҳаракатланиш даражаси, ақлий ҳаёлининг, онгнинг йўналтирилганлиги ва бир нарсага қаратилганлиги, эс-ҳушини тўплашидир.

Диққатнинг йўналганлиги қизиқиш даражаси билан белгиланадиган. Инсонни, аввалambор, айни вақтда банд қилаётган фикр, иш фаолияти билан боғлиқ ёки яқинроқ бўлган нарса-ҳодисалар қизиқтиради.

Ихтиёрсиз диққат кишининг англашилган ниятлари ва мақсадларидан

мустасно равишда ҳосил бўлади ва қўллаб-қувватланади. Диққатни кучли қўзғатувчилари - баланд овоз, ёркин нур, бўёқ, кучли ҳид жалб этади.

Ихтиёрий диққат киши фаолияти жараёнида ўз олдига маьлум бир вазифа қуйган ва ҳаракат дастурини онгли ишлаб чиққанида юз беради. Киши айнан ана шу ихтиёрий диққатнинг мавжудлиги туфайли хотирада ўзи учун зарур маьлумотларни фаол таризда танлаб, ажратиб олишга, муҳим ва жиддий нарсалани алохида ажратиб кўрсатишга, тўғри қарорлар қабул қилишга, фаолият жараёнида пайдо бўладиган вазифаларни амалга оширишга лаёқатли бўлади.

Ихтиёрий диққатдан кейинги диққат мақсадга йўналтирилган фаолиятда шахс учун диққатнинг ихтиёрий тўпланганидаги каби, фақат унинг мазмуни ва қизиқарлиги ва аҳамиятли бўлиши натижасида қизиқиб, киришиб кетиши хусусияти намаён бўлади.

Диққатнинг аҳамияти

Диққат – инсон онгининг маълум бир объектга йўналиши ва унинг устидан назоратни сақлаб туриш қобилиятидир. Курсантлар фаолиятида диққат қуйидаги вазифаларни бажаради:

- ўқув материалини тўлиқ ўзлаштириш;
- машғулотларда аниқлик ва интизомни таъминлаш;
- мураккаб вазиятларда тез ва тўғри йўл топиш;
- хавфсизлик қоидаларига қатъий риоя қилиш.

Диққат сифатлари ва уларнинг ривожланиши

1. Диққатнинг барқарорлиги

- Курсант узоқ вақт давомида бир объект ёки машғулотга эътиборини қарата олиши зарур.
- Бу сифат машғулотлар, маърузалар ва амалиёт жараёнида тобора ривожланади.
- Психологик жиҳатдан сабр-тоқат, ирода ва ички интизом билан боғлиқ.

2. Диққатнинг тақсимланиши

• Бир вақтнинг ўзида бир нечта вазифани бажариш қобилияти.

• Масалан, қурол билан ишлаш жараёнида ҳам техник ҳаракат, ҳам хавфсизлик қоидаларига риоя қилиш.

• Бу сифат кўпроқ махсус тренинг ва амалий машғулотларда ривожланади.

3. Диққатнинг кўчирилиши

• Бир объектдан иккинчисига тез ўтиш қобилияти.

• Командир топшириғи ўзгарганда ёки фавқулодда ҳолатда курсантнинг диққатини тез йўналтира олиши муҳим.

• Бу сифат махсус тактик машғулотлар орқали шакллантирилади.

4. Диққатнинг кенглиги

• Бир вақтда кўп объектни қамраб олиш қобилияти.

• Масалан, саҳна машқлари ёки отиш тайёргарлигида ҳам ҳадаф, ҳам атроф-муҳитни назорат қилиш.

5. Диққатнинг тезкорлиги

• Курсантларда фавқулодда вазиятларда қарор қабул қилиш жараёнида жуда муҳим.

• Бу кўникма жисмоний тайёргарлик, спорт машғулотлари ва тактик машқлар орқали мустаҳкамланади.

Диққат сифатларини ривожлантирувчи омиллар

• Интизом ва режим: вақтни тўғри тақсимлаш диққатни ривожлантиради.

• Жисмоний машқлар: спорт ва ҳарбий машғулотлар диққатни барқарорлаштиради.

• Мотивация: курсантнинг келажак касбий мақсадлари диққатини кучайтиради.

• Психологик машқлар: диққат ўйинлари, тестлар ва тренинглар орқали ривожлантирилади.

“Диққатни жамлаш зарурати туғилиши билан унга енгиб бўлмас даражадаги диққатнинг чалғиш жараёни ҳамроҳ бўлади” ,дейди Артур Блох. Ҳар қандай ақлий фаолиятни доимий равишда диққатни жамлаш билан биргаликда ташкил қилиб бўлмайди. Шу сабабли ихтиёрий диққатни кучли жамланиши шараётидаги фаолият хар доим ҳам самарали бўлмайди. Диққатнинг жамланиши шароитидаги фаолият хар доим хам самарали бўлмайди. Диққатнинг жамланиши, жалб қилиниши ихтиёрий диққатнинг кеёинги диққат шароитида унумли ва сермаҳсул ҳисобланади. Ихтиёрий диққатдан кейинги диққат шароитига ўтиш учун иш жараёнини фаоллаштириш талаб этилади. Иш жараёнини хотира қонуниятларинияхши билган холда, унинг ёрдамидан фойдаланиб амалга ошириш талаб этилади. Булар мантиқий тушуниш ва қизиқий уйғотиш қонуниятлари ҳисобланади. Диққатни жамлаш жараёнида бизга энг кўп ноқулайликларни иш жараёнида вужудга келтирувчи ихтиёрсиз диққатнинг чалғиш ҳолати туғдиради. Бу ҳолатни бартараф этишда:

- иш жараёнига хос ва мос иш шароитини яратиш,иш жараёнини сарамжомлаштириш, яьни ёруғлик,қулай жойлашиб олиш,

- муайан вазифани бажариш учун руҳий тайёргарликнинг мавжудлиги

- диққатнинг кучли жамланиши кичик қўзғатувчилар ёрдамида кучайишини кузатилиши

- ақлий тайёргарлик, тажриба ортириш, ақлий фаолият юритиш учун қулай саотларни инобатга олиш, булар - тонгги соат 5,11, кундузги 16 ва кечки 20-24 бўлиб, ақлий фаолият юритиш учун мухим ахамиятга эга вақт ҳисобланади.

Диққат киши фаолиятининг барча турлари, энг аввало, меҳнат ва ўқув фаолияти самарадорлигининг муҳим ва зарур шарти. Билиш жараёнлари кечишининг энг муҳим хусусияти унинг танлайдиган, йўналтирилган шаклдалигидан иборат. Теварак атрофдаги оламнинг кўплаб таъсирлари орасидан киши ҳамиша ниманидир идрок этади, ниманидир фараз қилади, нима

ҳақидадир фикр юритади ва ўйлайди. Онгнинг бу хоссасини унинг диққат каби хусусияти билан ўзаро боғлиқ, деб ҳисоблайдилар. Диққат индивиднинг эмоционал, ақлий ёки ҳаракатлантирувчи фаоллиги даражасининг оширилишини тақозо этадиган тарзда онгнинг йўналтирилганлиги ва бир нарсага қаратилганлигидир. Диққатни маълум объектга қаратиш учун иродавий куч, ғайрат сарфлаш зарурати ишга тушаётган пайтда, бинобарин, қийинчиликлар пайдо бўлганида, билишга оид қизиқиш сусайганида ва, шунингдек тўсиқлар мавжуд бўлган кезларда аниқ-равшан намоён бўлади. Ҳосил бўлиш хусусиятига ва амал қилиш усулларига кўра диққатнинг иккита асосий тури мавжуд:

ихтиёрсиз диққат

ихтиёрий диққат.

Ихтиёрсиз диққат кишининг англашилган ниятлари ва мақсадларидан мустасно тарзда ҳосил бўлади ва қўллаб-қувватланади.

Ихтиёрсиз диққатнинг пайдо бўлиши жисмоний, психофизиологик ва психик омиллар билан белгиланади. Индивиднинг эҳтиёжларига мувофиқ келадиган, унинг учун аҳамиятига эга бўлган қўзғатувчилар ихтиёрсиз диққатни қўзғайди. Ихтиёрсиз диққатда бевосита қизиқишнинг ўрни бениҳоя каттадир. Барча қизиқарли, мароқли, ҳиссиётга бой, завқли бўлса, диққатнинг узоқ вақт мобайнида тўпланиб туришини тақозо этади. Ихтиёрсиз диққат шахснинг умумий йўналганлигига ҳам боғликдир. Ихтиёрий диққат онгли равишда бошқариладиган ва тартибга солинадиган диққат-эътибордир.

Ихтиёрий диққат ихтиёрсиз диққат замирида ҳосил бўлади. Ихтиёрий диққат агар киши фаолияти жараёнида ўз олдига маълум бир вазифа қўйган ва ҳаракат дастурини онгли тарзда ишлаб чиққан бўлса юз беради. Ихтиёрий диққат диққатнинг олий тури сифатида меҳнат жараёнида таркиб топади. Ихтиёрий диққатнинг вазифаси психик жараёнларнинг кечишини бошқариб туришдан иборат. Киши айнан ана шу ихтиёрий диққатнинг мавжудлиги

туфайли хотирадан ўзи учун зарур маълумотларни фаол тарзда, танлаб «ажратиб олиш»га, тўғри қарорлар қабул қилишга, фаолият жараёнида пайдо бўладиган вазифаларни амалга оширишга лаёқатли бўлади. Диққатни кучли қўзғатувчилар баланд овоз, ёрқин нур ва бўёқ, кучли ҳид жалб этади.

Диққатнинг тақсимланиши икки ва ундан кўпроқ фаолият турларининг (бир қанча ҳаракатларнинг) бир вақтнинг ўзида муваффақиятли бажариш имконияти билан боғлиқ хусусият. Диққатнинг юксак даражада тақсимланиши кўпгина ҳозирги замон меҳнат турлари муваффақиятлилигининг муқаррар шартларидан биридир. Масалан, тезкор қидиров ходимлари, профилактика ходимлари, йўл патрол хизмати ва бошқаларнинг иши ана шуни талаб қилади. Диққатнинг кўчиши маълум объектнинг бир фаолиятдан иккинчи бир фаолиятга, бир объектдан иккинчи бир объектга, бир ҳаракатдан иккинчи бир ҳаракатга ўтишида намоён бўлади. Диққатнинг кўчиши ёки онгли равишдаги хулқ-атворга, фаолиятнинг талабларига ёки ўзгариб кетаётган шарт-шароитларга мувофиқ тарзда янги фаолиятга киришиш заруратига боғлиқ бўлади. Фақат объектлар ва жараёнлар ўзгариб, фаолият эса узоқ вақт давомида ўзгармасдан қолган ҳолларда диққатнинг барқарорлиги доирасида унинг кўчиши юз беради. Бундай кўчиш узоқ давом этадиган иш пайтида чарчашнинг олдини олади ва шу билан диққатнинг барқарорлигини оширади. Лекин бу тез-тез такрорланавермаслиги лозим, акс ҳолда салбий оқибатларга олиб келиши мумкин. Диққатнинг салбий жиҳатларидан бири паришонхотирликдир.

Паришонхотирлик диққатни узоқ вақт давомида жадал бир нарсага қаратишга лаёқатсизликда, диққатнинг осонгина ва тез-тез бўлиниб туришида намоён бўлиши мумкин. Паришонхотирликнинг бу кўриниши кўпинча иш қобилияти сусайиб кетишининг ва хулқ-атвордаги уюшмаганликнинг сабабларидан бири ҳисобланади. Паришонхотирликни келтириб чиқарувчи сабаблар нималардан иборат? Паришонхотирлик шахснинг барқарор хислати

сифатида ихтиёрий диққат сустлигининг кўрсаткичи ҳисобланади ва у нотўғри кун тартиб натижасида бўлиши мумкин. Бундай паришонхотирликка қарши, аввало, шахсда иродавий фазилатларни шакллантириш йўли билан кураш олиб бориш керак. Теварак атрофдаги оламнинг бойлиги ҳақида, товушлар ва ранглар, ҳидлар ва ҳарорат, миқдор ва кўплаб бошқа нарсалар тўғрисида биз сезги органлари туфайли биламиз. Киши сезги аъзолари ёрдамида ташқи ва ички муҳитнинг ҳолати ҳақида рангбаранг ахборот олиб туради.

Психология фанида диққатга хар ҳил таъриф берилади, уни ёритишда психологлар турли назарияга асосланиб ёндашадилар. Диққат деб онгни бир нуқтага тўплаб, муайян бир объектга актив (фаол) қаратилиши айтилади (П.И. Иванов). П.И. Ивановнинг фикрича, биз фаолиятимиз жараёнида идрок ва тасаввур қиладиган ҳар бир нарса, ҳар бир ходиса, ўзимиз қилган ишимиз, ўй ва фикрларимиз диққатнинг объекти бўла олади.

Диққат инсон фаолиятини барча турларини муваффақиятли амалга оширишнинг ва уларни самарадорлигини таъминловчи муҳим шартлардан биридир. Киши фаолияти қанчалик мураккаб, серзахмат, давомийлик жиҳатдан узоқ муддатли, масъулият ҳиссини тақозо қилса, у диққатга шунчалик юксак шартлар ва талаблар қўяди. Инсон зийраклиги, фаросатлилиги, тез пайқаши, синчковлиги, дилкашлиги унинг турмуш шароитида, шахслараро муносабатида муҳим омил сифатида хизмат қилади. Диққат ақлий фаолиятнинг барча турларида иштирок этади, инсоннинг хатти-ҳаракатлари ҳам унинг иштирокида содир бўлади.

ФОЙДАЛАНИЛГАН АДБИЁТЛАР РЎЙХАТИ

1. *Асямов С.В., Пулатов Ю.С.* Ички ишлар органлари ходимларининг касбий-психологик тренинги: Ўқув қўлланма. – Т., 2002.
2. *Асқарова Ў.М., Ҳайитбоев М., Нишонов М.С.* Педагогика. – Т., 2008.

3. *Бархаев Б. П.* Педагогическая психология. – Санкт-Петербург, 2009.
4. *Белинская Е.П., Тихомандрицкая О.А.* Социальная психология личности. – М., 2001.
5. Ғозиев Э. Ғ. Умумий психология. – Т., 2012.
6. Педагогик психология. – Т., 2012.
7. Сирлиев Б.Н., Фарфиев Ё.А., Турсунова О.А. Ички ишлар органлари фаолиятида касбий муомала. – Т., 2016.