

Date: 23rd December-2024

KOGNITIV PSIXOLOGIYA: BILISH JARAYONLARI VA XOTIRA

Sitora Akbarovna Ikromova

Osiyo xalqaro universiteti Dotsenti (PhD)

Annatasiya: Kognitiv psixologiya insonning aqliy jarayonlarini, ya'ni uning bilish faoliyatini o'rganadigan ilmiy soha hisoblanadi. Bu soha insonning qanday qilib ma'lumotni qabul qilishi, qayta ishlashi, saqlashi, eslab qolishi va eslatib berishi kabi murakkab jarayonlarni o'rganadi. Kognitiv psixologiya ko'plab tarmoqlarga ega bo'lib, ular orasida diqqat, fikrlash, qaror qabul qilish, til va xotira alohida ahamiyatga ega. Xotira, ayniqsa, kognitiv jarayonlarda markaziy o'rin tutadi, chunki ma'lumotni saqlash va qayta tiklash insonning kundalik hayotida muhim rol o'ynaydi. Ushbu maqolada kognitiv psixologiya doirasida bilish jarayonlari va xotira mexanizmlari, ularning o'zaro aloqasi va ahamiyati muhokama qilinadi.

Kalit so'zlar: kognitiv psixologiya, bilish jarayonlari, xotira, eslab qolish, bilish, qaror qabul qilish, fikrlash, ma'lumotni qayta ishlash.

Kirish:

Kognitiv psixologiya sohasida insonning aqliy faoliyati va bilish jarayonlari o'rganiladi. Bu jarayonlar ma'lumotni qabul qilish, saqlash, qayta ishlash va eslatib berish kabi turli bosqichlardan iborat bo'lib, insonning o'zini anglash, atrof-muhitni tushunish va turli vazifalarni bajarishda muhim rol o'ynaydi. Bilish jarayonlari insonning kognitiv salohiyatini, uning bilimlarni qanday o'zlashtirishi va qo'llashi kabi masalalarni o'rganadi. Kognitiv psixologiyaning muhim qismiga xotira kiradi, chunki xotira barcha kognitiv jarayonlarning asosini tashkil qiladi. Xotira orqali inson avvalgi tajribalarni eslab qoladi, shu bilan birga yangi ma'lumotlarni o'zlashtiradi va kundalik hayotda foydalanadi. Ushbu maqolada bilish jarayonlarining asosiy turlari, xotiraning ishlash mexanizmlari va bu jarayonlarning kognitiv psixologiya uchun ahamiyati ko'rib chiqiladi.

Asosiy qism:

Kognitiv psixologiyaning asosiy maqsadi insonning aqliy jarayonlarini tushunish va ularga asoslanib, uning xulq-atvori, fikrlash usullari va o'rganish jarayonlarini aniqlashdir. Bilish jarayonlari keng ma'noda ma'lumotni qabul qilishdan tortib, uni qayta ishlash va saqlashgacha bo'lgan turli bosqichlarni o'z ichiga oladi. Ushbu jarayonlarni o'rganish orqali psixologlar insonning qanday qilib murakkab vazifalarni bajarishini, qarorlar qabul qilishda qanday fikrlash jarayonlarini ishlatishini va yangi ma'lumotlarni qanday o'zlashtirayotganini tushunishga harakat qilishadi.

Bilish jarayonlari:

Bilish jarayonlari insonning atrof-muhitdan olgan ma'lumotlarini qanday qabul qilishini, ularga qanday tegishli fikrlar, tushunchalar va xulq-atvorlarni bog'lashini aniqlaydi. Bu jarayonlar bir necha asosiy bosqichlarga bo'linadi: e'tibor, sezgi, idrok, fikrlash, qaror qabul qilish va til.



Date: 23rd December-2024

1. **E'tibor** - Bu ma'lumotni qabul qilishning boshlang'ich jarayonidir. E'tibor, birinchi navbatda, tashqi stimuluslarga javob berish va muhim ma'lumotlarga yo'naltirilgan konsentratsiyani ta'minlaydi. E'tibor jarayonlari kognitiv faoliyatning asosini tashkil qiladi, chunki u boshqa bilish jarayonlariga, masalan, idrok yoki xotiraga ma'lumotni uzatish uchun zarurdir.

2. **Sezgi va idrok** - Sezgi jarayoni tashqi dunyodan kelgan barcha ma'lumotlarni qabul qilishni o'z ichiga oladi. Idrok esa bu ma'lumotni tizimlashtirish va ular asosida mantiqiy xulosalar chiqarishni o'z ichiga oladi. Sezgi va idrok jarayonlari insonning atrof-muhitni qanday tushunishi va ularga qanday javob qaytarishini belgilaydi.

3. **Fikrlash** - Fikrlash jarayoni, insonning ma'lumotni qanday tahlil qilishini va qaysi qarorlarni qabul qilishini belgilaydi. Fikrlash, shu jumladan, muammolarni hal qilish, analitik va ijodiy fikrlashni o'z ichiga oladi. Bu jarayonlar kognitiv psixologiyada markaziy ahamiyatga ega, chunki ular insonning kundalik faoliyatida yuzaga keladigan murakkab vazifalarni bajara olishiga yordam beradi.

4. **Qaror qabul qilish** - Qaror qabul qilish jarayoni, fikrlash va bilish jarayonlari natijasida shakllanadi. Qaror qabul qilishda inson har xil variantlar orasidan eng maqbulini tanlashga harakat qiladi. Bu jarayonlar riskni baholash va turli xil natijalar asosida strategiyalar ishlab chiqishni o'z ichiga oladi.

5. **Til** - Til, bilish jarayonlarining ajralmas qismidir. Inson til orqali atrof-muhitni tushunadi, fikrlarni ifodalaydi va boshqalar bilan aloqa o'rnatadi. Tilning rivojlanishi va ishlatilishi kognitiv jarayonlarni shakllantirishda muhim ahamiyatga ega.

Xotira:

Xotira — bu kognitiv jarayonlarning asosiy komponentlaridan biridir va insonning o'rganish, eslab qolish, saqlash va qayta tiklash faoliyatini o'z ichiga oladi. Xotira asosan uch bosqichda amalga oshadi: ma'lumotni qabul qilish (kodlash), saqlash va eslab qolish (qayta tiklash).

Kodlash - Bu jarayon ma'lumotning xotiraga kirishi bilan boshlanadi. Kodlash jarayoni tasvirlar, tovushlar, tasavvurlar va ma'lumotlar shaklida bo'lishi mumkin. Kodlashning samaradorligi, ma'lumotni o'zlashtirish va eslab qolish darajasiga ta'sir qiladi.

Saqlash - Xotira ma'lumotni saqlash jarayonini ham o'z ichiga oladi. Saqlash jarayonida, ma'lumotlar uzoq muddatga saqlanishi yoki vaqt o'tishi bilan yo'qolishi mumkin. Xotira uzun muddatli va qisqa muddatli bo'lishi mumkin, va har bir turli xotira turi ma'lumotni turli usullarda saqlaydi.

Qayta tiklash - Xotira jarayonining so'nggi bosqichi qayta tiklashdir. Bu jarayonda inson o'z eslab qolgan ma'lumotlarini eslaydi va ulardan foydalanadi. Qayta tiklash jarayonida ba'zan xatoliklar, ya'ni xotiradagi noaniqliklar yoki noto'g'ri xotiralar yuzaga kelishi mumkin.

Xotira bilan bog'liq psixologik tahlillar ko'pincha uning xususiyatlarini tushunishga, xotiradagi qiyinchiliklarni hal qilishga va xotira samaradorligini oshirishga qaratilgan.

Xulosa:



Date: 23rd December-2024

Kognitiv psixologiya insonning bilish jarayonlarini va xotira mexanizmlarini tushunishda muhim o‘rin tutadi. Bilish jarayonlari, shu jumladan, e’tibor, sezgi, idrok, fikrlash va qaror qabul qilish kognitiv faoliyatning turli bosqichlarini tashkil etadi. Xotira esa bu jarayonlarning markaziy qismini tashkil etadi, chunki ma'lumotni saqlash va qayta tiklash kognitiv faoliyatning samarali bo‘lishiga yordam beradi. Shaxsning kognitiv qobiliyatlarini va xotiradagi jarayonlarni tushunish psixologiyada insonning qanday o‘rganishi, xulq-atvorini qanday shakllantirishi va qarorlar qabul qilishda qanday ishlashini anglashda katta ahamiyatga ega. Kognitiv psixologiya nafaqat ilmiy nazariyalar uchun, balki amaliy sohalarida, masalan, ta’lim, ijtimoiy psixologiya va klinik psixologiya uchun ham muhimdir.

ADABIYOTLAR RO‘YXATI

1. qizi Fattullayeva, M. M. (2024). O ‘QUVCHILARNI BADIY USLUBDAGI MATNLARNI YARATISHGA O ‘RGATISH. PEDAGOG, 7(5), 653-663.
2. Fattullayeva, M. M. (2024). O ‘QUVCHILARNING KOMMUNIKATIV KOMPETENSIYALARINI SHAKLLANTIRISHDA ERTAKLAR O ‘QITISHNING NAZARIY VA METODIK ASOSLARI. PEDAGOG, 7(4), 243-248.
3. Fatullayeva, M., & Raxmatova, G. (2024). TANLOVLARNING MAZMUNI VA ULARNI TASHKIL QILISH USULLARI. Modern Science and Research, 3(11), 551-556.
4. Ситора, И. А. (2024). РАЗВИТИЕ СОЗНАНИЯ И ОБУЧЕНИЕ СТУДЕНТОВ ПОНЯТИЯМ БЕССОЗНАТЕЛЬНОГО. Multidisciplinary Journal of Science and Technology, 4(3), 157-163.
5. Ikromova, S. A. (2022). MILLIY VA DINIY QADRIYATLARNING INSON TARBIYASIDAGI O‘RNI. Экономика и социум, (12-2 (103)), 675-678.
6. Akbarovna, I. S. (2023). THE DEVELOPMENT OF CONSCIOUSNESS AND THE TEACHING OF CONCEPTS OF THE UNCONSCIOUS TO STUDENTS. TECHNICAL SCIENCE RESEARCH IN UZBEKISTAN, 1(5), 107-114.
7. Akbarovna, I. S. (2024). PEDAGOGIK MAHORAT ASOSLARINI O‘ZLASHTIRISH. Multidisciplinary Journal of Science and Technology, 4(3), 888-893.
8. Akbarovna, I. S. (2024). МАТЕМАТИК TUSHUNCHALARNI SHAKLLANISHINING AHAMIYATI. Multidisciplinary Journal of Science and Technology, 4(3), 900-905.
9. Akbarovna, I. S. (2023). MILLIY HARAKATLI O‘YINLARNING BOLALAR TARBIYASIDAGI IJTIMOY-PSIXOLOGIK XUSUSIYATLARI.
10. Akbarovna, I. S. (2024). THE IMPORTANCE OF FORMING MATHEMATICAL CONCEPTS. Multidisciplinary Journal of Science and Technology, 4(3), 912-917.
11. Ikromova, S. (2023). INTERPRETATION OF THE PSYCHOLOGICAL SAFETY FACTOR IN RELATION TO DESTRUCTIVE INFORMATION IN ADOLESCENTS. Modern Science and Research, 2(9), 390-394.
12. Akbarovna, I. S. (2023). O'smirlarda destruktiv axborotlarga nisbatan mafkuraviy immunitet shakllantirish.
13. Икромова, С. А. (2024). ЭТАПЫ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ КОНСУЛЬТАЦИИ. Multidisciplinary Journal of Science and Technology, 4(3), 875-881.



Date: 23rd December-2024

14. Akbarovna, I. S. (2024). PSIXOLOGIK XIZMAT ASOSLARI. PSIXOLOGIYA VA SOTSIOLOGIYA ILMIY JURNALI, 2(4), 54-60.
15. Ikromova, S. A. (2024). BASICS OF PSYCHOLOGICAL SERVICES. PEDAGOG, 7(5), 670-676.
16. Akbarovna, I. S. (2024). PSIXOLOGIK MASLAHAT BOSQICHLARI. Multidisciplinary Journal of Science and Technology, 4(3), 860-866.
17. Akbarovna, I. S. (2023). Adolescence during Destructive Behavior Appearance the Problem Learning Condition. Intersections of Faith and Culture: American Journal of Religious and Cultural Studies (2993-2599), 1(9), 105-109.
18. Akbarovna, I. S. (2023). Study of the Formation of Ideological Immunity By Foreign and Russian Researchers. American Journal of Public Diplomacy and International Studies (2993-2157), 1(9), 235-239.
19. Ikromova, S. A. (2023). Formation of Ideological Immunity to Destructive Information. Intersections of Faith and Culture: American Journal of Religious and Cultural Studies (2993-2599), 1(9), 50-54.
20. Ikromova, S. A. (2023). SHAXS OG 'ISHGAN XULQINING KO 'RINISHLARI VA DESTRUKTIV AXBOROTLARNING KO 'RINISHLARI. Educational Research in Universal Sciences, 2(11), 528-532.
21. Икромова, С. А. (2023). ФАКТОРЫ ФОРМИРОВАНИЯ ИММУНИТЕТА К ДЕСТРУКТИВНЫМ ИДЕЯМ У ПОДРОСТКОВ. European research, (3 (81)), 47-49.
22. Akbarovna, I. S. (2023). NEUROPHYSIOLOGY BASIS OF HORMONES. TECHNICAL SCIENCE RESEARCH IN UZBEKISTAN, 1(5), 68-77.
23. Akbarovna, I. S. (2024). THE IMPORTANCE OF PEDAGOGICAL MANAGEMENT IN EDUCATION. PSIXOLOGIYA VA SOTSIOLOGIYA ILMIY JURNALI, 2(4), 40-46.
24. Akbarovna, I. S. (2024). STAGES OF PSYCHOLOGICAL CONSULTATION. PEDAGOG, 7(4), 328-334.
25. Akbarovna, I. S. (2023). RESEARCH METHODS OF YOUTH PSYCHOLOGY. International Multidisciplinary Journal for Research & Development, 10(12).
26. Akbarovna, I. S. (2023). SOCIO-PSYCHOLOGICAL FACTORS OF BEHAVIOR FORMATION IN ADOLESCENTS. TECHNICAL SCIENCE RESEARCH IN UZBEKISTAN, 1(5), 184-191.
27. Akbarovna, I. S. (2023). NEGATIVE AND POSITIVE CHANGES IN ADOLESCENT BEHAVIOR. TECHNICAL SCIENCE RESEARCH IN UZBEKISTAN, 1(5), 192-197.
28. Akbarovna, I. S. (2023). Destruktiv axborotlarga nisbatan mafkuraviy immunitet shakllantirish ijtimoiy muammo sifatida. Barqaror Taraqqiyot va Rivojlanish Tamoyillari, 1(6), 26-29.
29. Akbarovna, I. S. (2023). YOSHLARDA DESTRUKTIV G'OYALARGA QARSHI IMMUNITET HOSIL QILISH OMILLARI.
30. Akbarovna, I. S. (2023). TALABA YOSHLARDA MAFKURA TUSHUNCHASI VA MAFKURAVIY IMMUNITETNI SHAKLLANTIRISH.
31. Ikromova, S. A. (2023). Cognitive processes and their description in psychology. TECHNICAL SCIENCE RESEARCH IN UZBEKISTAN, 1(5), 115-133.



Date: 23rd December-2024

32. Akbarovna, I. S. (2024, April). BOSHLANG'ICH SINFLARDA SINFDAN TASHQARI MASHG 'ULOTLAR. In International conference on multidisciplinary science (Vol. 2, No. 4, pp. 27-32).
33. Akbarovna, I. S. (2024, April). BOSHLANG'ICH TA'LIMDA TA'LIM MASALASI. In International conference on multidisciplinary science (Vol. 2, No. 4, pp. 21-26).
34. Ikromova, S. A. (2023). FACTORS IN THE DEVELOPMENT OF IMMUNITY TO DESTRUCTIVE IDEAS IN ADOLESCENTS. Innovation in Science, Education and Technology.
35. Ikromova, S. (2023). Formation of ideological immunity to destructive information in teenagers. Modern science and research, 2(5), 1009-1014.
36. Ikromova, S. (2023). CONCEPT OF IDEOLOGY AND FORMATION OF IDEOLOGICAL IMMUNITY IN YOUTH STUDENTS. Modern Science and Research, 2(6), 1223-1226.
37. Ikromova, S. (2024). PEDAGOGIK TEXNOLOGIYA SHAKLLARI VA MAZMUNI. Multidisciplinary Journal of Science and Technology, 4(3), 918-924.
38. Akbarovna, I. S. (2023). Formation of Ideological Immunity to Destructive Information in Adolescents. American Journal of Public Diplomacy and International Studies (2993-2157), 1(10), 119-122.
39. Akbarovna, I. S. (2024). THE IMPORTANCE OF COMPARATIVE PEDAGOGY IN PRESCHOOL EDUCATION. MASTERS, 2(8), 22-27.
40. Akbarovna, I. S. (2024). O'QITUVCHINING KASBIY MALAKALARI. MASTERS, 2(8), 15-21.
41. Akbarovna, I. S. (2024). ЗНАЧЕНИЕ СРАВНИТЕЛЬНОЙ ПЕДАГОГИКИ В ДОШКОЛЬНОМ ОБРАЗОВАНИИ. PSIXOLOGIYA VA SOTSIOLOGIYA ILMIIY JURNALI, 2(7), 14-20.
42. Akbarovna, I. S. (2024). ПРОФЕССИОНАЛЬНЫЕ НАВЫКИ УЧИТЕЛЯ. PSIXOLOGIYA VA SOTSIOLOGIYA ILMIIY JURNALI, 2(7), 7-13.
43. Akbarovna, I. S. (2024). PROFESSIONAL SKILLS OF THE TEACHER. WORLD OF SCIENCE, 7(8), 1-7.
44. Akbarovna, I. S. (2024). МАКТАБГАЧА ТА'LIMDA Qiyosiy PEDAGOGIKANING AHAMIYATI. WORLD OF SCIENCE, 7(8), 8-13.
45. Akbarovna, I. S. (2024). SPORT O 'YINLARI REJASI ORQALI SOG 'LOM TURMUSH TARZINI SHAKLLANTIRISHNING PSIXOLOGIK OMILLAR. MASTERS, 2(5), 91-97.
46. Akbarovna, I. S. (2024). A HEALTHY FAMILY ENVIRONMENT AS A SOCIAL FACTOR IN PREPARING YOUNG PEOPLE FOR FAMILY LIFE. WORLD OF SCIENCE, 7(5), 529-535.
47. Akbarovna, I. S. (2024). ЗДОРОВАЯ СЕМЕЙНАЯ СРЕДА КАК СОЦИАЛЬНЫЙ ФАКТОР ПОДГОТОВКИ МОЛОДЕЖИ К СЕМЕЙНОЙ ЖИЗНИ. MASTERS, 2(5), 98-104.
48. Ikromova, S. (2024). FORMS AND CONTENT OF PEDAGOGICAL TECHNOLOGY. Multidisciplinary Journal of Science and Technology, 4(3), 933-939.
49. Akbarovna, I. S. (2024). MASTERING THE BASICS OF PEDAGOGICAL SKILLS. Multidisciplinary Journal of Science and Technology, 4(3), 882-887.



Date: 23rd December-2024

50. Akbarovna, I. S. (2024). ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ФАКТОРЫ ФОРМИРОВАНИЯ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ ЧЕРЕЗ ПЛАН СПОРТИВНЫХ ИГР. WORLD OF SCIENCE, 7(5), 521-528.
51. Akbarovna, I. S. (2024). SPORTCHILAR FAOLIYATINI O'RGANISHNING UMUMIY PSIXOLOGIK USULLARI. WORLD OF SCIENCE, 7(5), 536-543.
52. Akbarovna, I. S. (2024). PROCEDURE FOR CREATING PSYCHOLOGICAL TEST PROGRAMS. PEDAGOG, 7(6), 153-159.
53. Икромова, С. (2024). ФОРМЫ И СОДЕРЖАНИЕ ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ ТЕХНОЛОГИИ. Multidisciplinary Journal of Science and Technology, 4(3), 925-932.
54. Икромова, С. А. (2024). ОСВОЕНИЕ ОСНОВ ПЕДАГОГИЧЕСКИХ НАВЫКОВ. Multidisciplinary Journal of Science and Technology, 4(3), 894-899.
55. Икромова, С. А. (2024). ВАЖНОСТЬ ФОРМИРОВАНИЯ МАТЕМАТИЧЕСКИХ ПОНЯТИЙ. Multidisciplinary Journal of Science and Technology, 4(3), 906-911.
56. Икромова, С. А. (2023). O'SMIRLARDA DESTRUKTIV AXBOROTLARGA NISBATAN MAFKURAVIY IMMUNITET HOSIL BO'LISHINING O'ZIGA XOS PSIXOLOGIK XUSUSIYATLARI: Ikromova Sitora Akbarovna Osiyo xalqaro universiteti assistenti. Образование и инновационные исследования международный научно-методический журнал, (10), 333-336.
57. Ikromova, S., & Ziyodullayeva, M. (2024). DEVIANT XULQ-ATVOR. Modern Science and Research, 3(11), 576-579.
58. Икромова, С., & Джумаева, Ф. (2024). ОРИЕНТИРЫ ОБРАЗОВАНИЯ В УЗБЕКИСТАНЕ И В ДРУГИХ СТРАНАХ. Modern Science and Research, 3(11), 540-546.
59. Икромова, С. А. (2024). ОСНОВЫ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ СЛУЖБЫ. PSIXOLOGIYA VA SOTSIOLOGIYA ILMIY JURNALI, 2(4), 47-53.
60. Haqqulova, D. (2024). ADABIYOTSHUNOS OLIM ABDURAHMON GO 'ZALNING TADQIQOTLARI XUSUSIDA. PEDAGOG, 7(5), 548-555.
61. Haqqulova, D. (2024). ABDURAHMON GO 'ZAL-YASSAVIYSHUNOS. PEDAGOG, 7(6), 8-15.
62. HAQQULOVA, D. (2023). BADIYLIK MASALALARI TADQIQIDA OLIM MAHORATI. Наука и технология в современном мире, 2(5), 5-11.
63. Jalolov, T. S. (2023). MATH MODULES IN C++ PROGRAMMING LANGUAGE. Journal of Universal Science Research, 1(12), 834-838.

