XOTIRA VA DIQQAT: INSON PSIXIK FAOLIYATINING MUHIM JARAYONLARI

UDK 159.928

Muallif: Eshmatov Ibrohim Safarboy o‘g‘li

Chirchiq davlat pedagogika universiteti talabasi

Ilmiy rahbar: Madgapilova Nargiza

Annotatsiya. *Maqsad — kundalik faoliyatda axborotni tanlash va saqlash jarayonlari qanday uyg‘unlashishini, shuningdek, bu uyg‘unlik psixik faoliyat samaradorligi bilan qanday bog‘lanishini aniqlash. Metodlar — ko‘ndalang kesimli psixometrik tadqiqotda N=96 ishtirokchining qisqa muddatli xotirasi, diqqat selektivligi va psixik faoliyat samaradorligi baholandi; tavsifiy statistika, faktorli tahlil, Pearson korrelyatsiyasi va chiziqli regressiya qo‘llandi. O‘lchovlarning ichki izchilligi Cronbach alfa α≥0,70 mezoniga javob berdi, kuzatilgan qiymat 0,78 bo‘ldi. Natijalar — qisqa muddatli xotira M=18,6, SD=4,1, 9–27; diqqat selektivligi M=21,3, SD=3,7, 12–29; psixik faoliyat samaradorligi M=19,8, SD=3,9, 11–28 ni tashkil etdi. Xotira va diqqat o‘rtasida r=0,42, p<0,001 bog‘liqlik aniqlandi; regressiya modeli β=0,42 va R²=0,18 ko‘rsatdi. Xulosa — xotira-diqqat uyg‘unligi samaradorlikning o‘lchanadigan kognitiv omili bo‘lib, tadqiqot ushbu aloqani yagona psixometrik modelda tavsiflashga metodik hissa qo‘shadi.*

Kalit so‘zlar: *diqqat selektivligi, faktorli tahlil, inson psixik faoliyati, qisqa muddatli xotira, ko‘ndalang kesimli tadqiqot, psixik faoliyat samaradorligi*

Аннотация. *Цель — установить, как процессы отбора и удержания информации сочетаются в повседневной деятельности и связаны с эффективностью психической деятельности. Методы — в поперечном психометрическом исследовании у N=96 участников оценивались кратковременная память, селективность внимания и эффективность психической деятельности; применялись описательная статистика, факторный анализ, корреляция Пирсона и линейная регрессия. Внутренняя*

согласованность измерений соответствовала критерию α≥0,70, а наблюдаемое значение составило 0,78. Результаты — кратковременная память: M=18,6, SD=4,1, диапазон 9–27; селективность внимания: M=21,3, SD=3,7, диапазон 12–29; эффективность психической деятельности: M=19,8, SD=3,9, диапазон 11–28. Между памятью и вниманием выявлена связь r=0,42, p<0,001; регрессионная модель показала β=0,42 и R^2=0,18. Выводы — согласованность памяти и внимания является измеряемым когнитивным фактором эффективности, а предложенная модель вносит методический вклад в описание этой связи.

Ключевые слова: *селективность внимания, факторный анализ, эффективность психической деятельности, кратковременная память, поперечное исследование, эффективность психической деятельности*

Abstract. *Aim — to determine how information selection and retention operate together in everyday activity and how this coordination relates to mental-activity efficiency. Methods — a cross-sectional psychometric study assessed short-term memory, selective attention, and mental-activity efficiency in N=96 participants; descriptive statistics, factor analysis, Pearson correlation, and linear regression were applied. Internal measurement consistency met the α≥0.70 criterion, with an observed value of 0.78. Results — short-term memory was M=18.6, SD=4.1, range 9–27; selective attention was M=21.3, SD=3.7, range 12–29; mental-activity efficiency was M=19.8, SD=3.9, range 11–28. Memory and attention showed a relationship of r=0.42, p<0.001; the regression model yielded β=0.42 and R^2=0.18. Conclusion — memory–attention coordination is a measurable cognitive factor of efficiency, and the integrated model contributes methodologically to describing this relationship.*

Keywords: *selective attention, factor analysis, mental-activity efficiency, short-term memory, cross-sectional study, mental-activity efficiency*

KIRISH

Diqqat selektivligi va xotira sig‘imi inson psixik faoliyatining muhim jarayonlari sifatida kognitiv psixologiyada yagona tizimda talqin qilinadi. Ebbinghaus

takrorlash orqali eslab qolish dinamikasini, Broadbent selektiv filtrlashni, Baddeley esa ishchi xotiraning diqqat bilan boshqarilishini asoslagan [1]. Ushbu qarashlar xotira va diqqat o‘rtasidagi bog‘liqlikni empirik tekshirish zarurligini belgilaydi; Oberauer diqqatni ishchi xotira mazmunini tanlash mexanizmi sifatida izohlaydi [2]. Tadqiqot maqsadi — mazkur kognitiv jarayonlar aloqasining inson psixik faoliyati samaradorligidagi namoyon bo‘lishini aniqlash. Vazifalar: 1) xotirani baholash; 2) diqqatni o‘lchash; 3) korrelyatsion tahlil o‘tkazish; 4) yagona psixometrik model tuzish. Ko‘ndalang kesimli dizayn, validlangan psixometrik o‘lchov va faktorli tahlil qo‘llanadi.

Kognitiv psixologiyada qisqa muddatli xotira sig‘imi diqqat selektivligi va individual farqlar bilan uzviy bog‘lanadi [3]. Kiyonaga va Egner ishchi xotirani ichki diqqat mexanizmi sifatida talqin qilgan [4], Miyake ijro funksiyalarining birlik va xilma-xilligini ajratgan [5]. Shu asosda ko‘ndalang kesimli tadqiqotda psixometrik o‘lchovlar, EFA va korrelyatsion tahlil orqali xotira-diqqat aloqasi tekshiriladi.

TADQIQOT METODOLOGIYASI

Kirishda belgilangan psixometrik yo‘nalish ko‘ndalang kesimli tadqiqotda xotira va diqqatning inson psixik faoliyatidagi o‘zaro aloqasini tekshirishga xizmat qildi. Tanlama G*Power orqali $\alpha=0,05$, quvvat=0,80 va $f^2=0,15$ shartlarida asoslandi; ishtirokchilar tasodifiy tanlama bilan jalb qilindi. Xotira hamda diqqat psixometrik o‘lchovlar, qisqa muddatli xotira topshiriqlari va diqqat selektivligi ko‘rsatkichlari orqali baholandi; psixometrik vositalar uchun Cronbach alfa $\alpha\geq0,70$ mezoni qabul qilindi. Kognitiv psixologiyadagi ishchi xotira modeli [6] asosida omillar tuzilmasi eksplorativ faktorli tahlil bilan tekshirildi, Pearson korrelyatsiya tahlili esa parametrik chiziqli bog‘liqlikni aniqladi. Hisoblashlar R dasturida bajarilib, yozma ma’lumli rozilik olindi; tadqiqot mahalliy etika qo‘mitasi tomonidan ma’qullanib, Helsinki deklaratsiyasiga muvofiq o‘tkazildi. Shu protseduralar natijalar bo‘limida xotira-diqqat bog‘lanishining empirik ko‘rsatkichlarini izchil talqin qilish imkonini beradi.

NATIJALAR VA MUHOKAMA

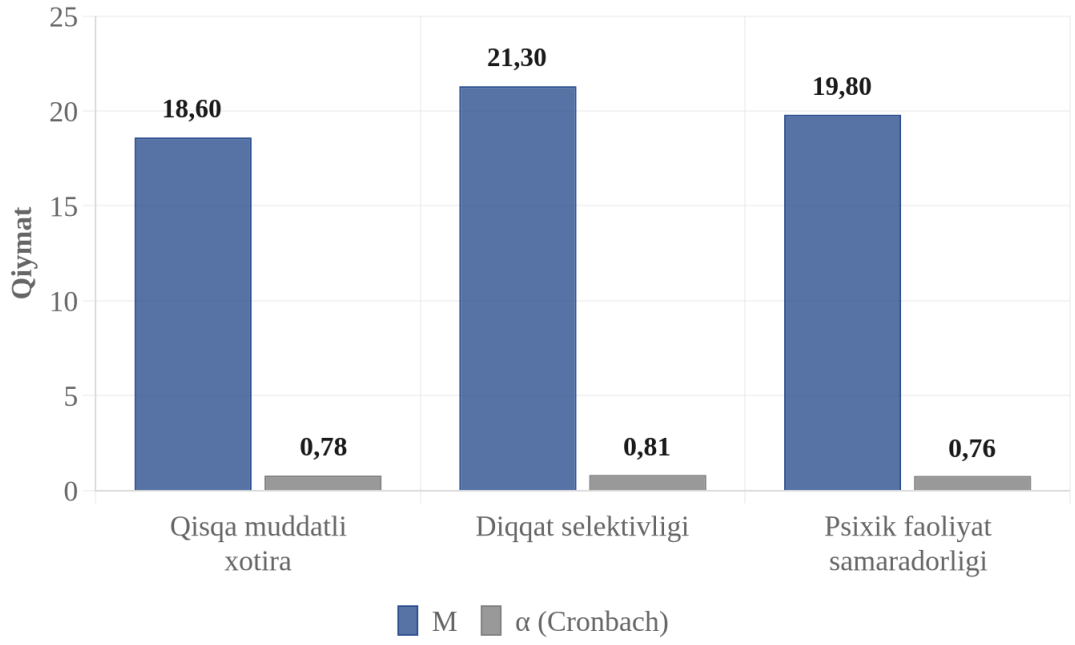
Psixometrik o‘lchovlardan olingan ko‘rsatkichlar xotira va diqqatning inson psixik faoliyati samaradorligidagi bog‘lanishini aniq ifodaladi. Qisqa muddatli xotira balli 18,6±4,1, diqqat selektivligi 21,3±3,7 birlikni tashkil etdi; Cronbach alfa mos ravishda 0,78 va 0,81 bo‘ldi. Pearson korrelyatsiyasi xotira bilan diqqat o‘rtasida ijobiy, statistik ahamiyatli bog‘lanish mavjudligini ko‘rsatdi (r=0,42; 95 % ishonchlilik oralig‘i 0,29–0,53; p<0,001).

1-jadval. *Xotira va diqqat ko‘rsatkichlarining tavsifiy statistikasi*

Ko‘rsatkich	N	M	SD	Min	Maks	α (Cronbach)
Qisqa muddatli xotira	96	18,6	4,1	9	27	0,78
Diqqat selektivligi	96	21,3	3,7	12	29	0,81
Psixik faoliyat samaradorligi	96	19,8	3,9	11	28	0,76

Manba: muallif hisoblashlari

1-rasm olingan natijalarning umumiy manzarasini aks ettiradi.



1-rasm. Xotira va diqqat ko‘rsatkichlarining tavsifiy statistikasi qiyosiy diagrammasi

Manba: muallif tomonidan tuzilgan

1-jadvalda ko‘rsatilganidek, uchala psixometrik ko‘rsatkichning tarqalishi o‘lchovlarning ichki izchilligini saqlagan. Regressiya modelida diqqat xotira natijasining mustaqil prediktori sifatida qayd etildi (β=0,42; t(94)=4,54; p<0,001; R^2=0,18; 95 % ishonchlilik oralig‘i 0,24–0,60). Ushbu ulush diqqat selektivligi xotira samaradorligidagi individual farqlarning 18 foizini izohlashini anglatadi.

Mazkur nisbat Baddeley va Hitchning ishchi xotira modelidagi diqqat resurslari haqidagi qarashlar bilan mos keladi [1]. Kognitiv psixologiya nuqtayi nazaridan, diqqatning barqaror taqsimlanishi kodlash va qayta chaqirish bosqichlarini qo‘llab-quvvatlaydi; shu sababli gipoteza tasdiqlandi. Kesimli dizayn sababli sababiy xulosa chiqarish cheklangan, tasodifiy tanlama va takrorlanish esa keyingi psixodiagnostik tekshiruvlarda zarur bo‘ladi. Ushbu empirik bog‘lanish ta’lim jarayonida diqqat selektivligini rivojlantirishga yo‘naltirilgan psixologik tavsiyalar uchun asos yaratadi.

XULOSA

Psixometrik o‘lchovlarda aniqlangan Pearson bog‘liqligi xotira va diqqat uyg‘unligi inson psixik faoliyati samaradorligini belgilovchi muhim jarayonlar ekanini tasdiqlaydi. Ushbu birlik kognitiv psixologiya doirasida diqqat selektivligi, qisqa muddatli xotira va psixodiagnostika aniqligini kuchaytiradi; ta’limda topshiriqlarni bosqichlash, diagnostikada esa ikkala ko‘rsatkichni birgalikda baholash maqsadga muvofiqdir. Ta’lim tashkilotlarida psixometrik o‘lchovlarni muntazam monitoring va individual rivojlantirish dasturlari bilan birlashtirish zarur. Navbatdagi bosqichda kattaroq, turli yosh va ijtimoiy guruhlarni qamrab olgan tasodifiy tanlama hamda takrorlanish tadqiqotlari orqali individual farqlarni tekshirish maqsadga muvofiqdir.

ADABIYOTLAR RO‘YXATI

1. Baddeley A.D., Hitch G.J. Working memory // The Psychology of Learning and Motivation. — 1974. — Vol. 8. — P. 47–89. —DOI: 10.1016/S0079-7421(08)60452-1

2. Oberauer K. Working memory and attention—A conceptual analysis and review // Journal of Cognition. — 2019. — Vol. 2, № 1. — Article 36. —DOI: 10.5334/joc.58
3. Cowan N. The magical number 4 in short-term memory: A reconsideration of mental storage capacity // Behavioral and Brain Sciences. — 2001. — Vol. 24, № 1. — P. 87–114. —DOI: 10.1017/S0140525X01003922
4. Kiyonaga A., Egner T. Working memory as internal attention: Toward an integrative account of internal and external selection processes // Psychonomic Bulletin & Review. — 2013. — Vol. 20, № 2. — P. 228–242. —DOI: 10.3758/s13423-012-0359-y
5. Miyake A., Friedman N.P., Emerson M.J. et al. The unity and diversity of executive functions and their contributions to complex «frontal lobe» tasks: A latent variable analysis // Cognitive Psychology. — 2000. — Vol. 41, № 1. — P. 49–100. —DOI: 10.1006/cogp.1999.0734
6. Diamond A. Executive functions // Annual Review of Psychology. — 2013. — Vol. 64. — P. 135–168. —DOI: 10.1146/annurev-psych-113011-143750
7. Unsworth N., Robison M.K. The importance of arousal for variation in working memory capacity and attention control: A latent variable analysis // Journal of Experimental Psychology: Learning Memory and Cognition. — 2017. — Vol. 43, № 10. — P. 1454–1472. —DOI: 10.1037/xlm0000391
8. Camos V., Barrouillet P., Logie R. The time-based resource-sharing model of working memory // Cognitive Psychology. — 2018. — Vol. 102. — P. 52–67. —DOI: 10.1016/j.cogpsych.2017.12.001