

**KOGNITIV PSIXOLOGIYADA INSAN ONGI VA INTELLEKT JARAYONLARINI
RIVOJLANTIRISH ZARURLIGI****Aldjanova Guljahan Amangeldievna**

docent Pedagogika fanlari boyincha falsafa doktori, PhD.

Berdoq nomidagi Qaraqalpoq Davlat universiteti.

Esemuratova Hurliman

QDU Psixologiya yo'nalishi 4 kurs talabasi

<https://doi.org/10.5281/zenodo.15628302>

Annotatsiya. Ushbu maqola kognitiv psixologiya sohasida insan ongi va intellekt jarayonlarini rivojlantirishning zaruriyati masalasiga bag'ishlangan. Maqolada kognitiv psixologiyaning asosiy tushunchalari, insan ongining tuzilishi va intellekt jarayonlarining mexanizmlari ko'rib chiqilgan. Tadqiqot natijalari kognitiv rivojlanishning hayot faoliyatidagi o'rni va zamonaviy jamiyatda intellekt salohiyatini oshirishning dolzarbligini ko'rsatadi.

Kalit so'zlar: kognitiv psixologiya, ong, intellekt, kognitiv jarayonlar, rivojlanish, tafakkur, xotira, e'tibor, idrok, ta'lim.

Аннотация. Данная статья посвящена необходимости развития человеческого сознания и интеллектуальных процессов в области когнитивной психологии. В статье рассматриваются основные понятия когнитивной психологии, структура человеческого сознания и механизмы интеллектуальных процессов. Результаты исследования показывают роль познавательного развития в жизнедеятельности и актуальность повышения интеллектуального потенциала в современном обществе.

Ключевые слова: когнитивная психология, сознание, интеллект, познавательные процессы, развитие, мышление, память, внимание, восприятие, образование.

Abstract. This article is dedicated to the necessity of developing human consciousness and intellectual processes in the field of cognitive psychology. The article examines the basic concepts of cognitive psychology, the structure of human consciousness, and the mechanisms of intellectual processes. The research results show the role of cognitive development in life activity and the relevance of increasing intellectual potential in modern society.

Keywords: cognitive psychology, consciousness, intellect, cognitive processes, development, thinking, memory, attention, perception, education.

Kirish. Kognitiv psixologiya - bu XX asrning ikkinchi yarmida shakllangan va zamonaviy psixologiyaning eng muhim yo'nalishlaridan biri hisoblanadigan fan sohasi. Bu soha insan ongining, tafakkurining va intellekt jarayonlarining qonuniyatlarini o'rganish bilan shug'ullanadi. Zamonaviy dunyoda axborot texnologiyalarining jadal rivojlanishi, bilim jamiyatining shakllanishi va raqobatbardosh iqtisodiyotning talablari insan intellekt salohiyatini rivojlantirishning muhimligini yanada oshirmoqda. Kognitiv psixologiya sohasidagi tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, insan ongi va intellekt jarayonlari doimiy rivojlanish jarayonida bo'lib, ularni maqsadli ravishda takomillashitirish mumkin. Bu esa individual va ijtimoiy rivojlanish uchun katta imkoniyatlar yaratadi. Insan miyasining plastikligi va kognitiv qobiliyatlarning rivojlanish potentsiali zamonaviy psixologiyaning eng qiziqarli tadqiqot yo'nalishlaridan birini tashkil etadi.

Hozirgi kunda kognitiv psixologiya nafaqat nazariy jihatdan, balki amaliy tatbiq jihatidan ham katta ahamiyat kasb etmoqda. Ta'lim tizimi, kasb-hunar tayyorlash, ruhiy salomatlik, qariyalar bilan ishlash va boshqa ko'plab sohalarda kognitiv yondashuvlar keng qo'llanilmoqda. Bu maqola kognitiv psixologiyaning asosiy tushunchalari, insan ongi va intellekt jarayonlarining

xususiyatlari hamda ularni rivojlantirishning zamonaviy usullarini ko'rib chiqishga bag'ishlangan.

Kognitiv psixologiya termini lotin tilidan kelib chiqqan bo'lib, "cognitio" - bilish, anglash ma'nosini bildiradi. Bu fan sohasi insan aqliy faoliyatining turli jihatlarini - idrok etish, e'tibor qaratish, xotira, tafakkur, til va muloqot jarayonlarini o'rganadi. Kognitiv psixologiya asosiy vazifasi insan ongining qanday ishlashi, ma'lumotlarni qanday qayta ishlashi va bilimlarni qanday tashkil etishini tushuntirishdir.

Kognitiv jarayonlarning asosiy turlari. Idrok (Percepciya): Bu jarayon orqali insan tashqi dunyo haqidagi ma'lumotlarni dastlabki qayta ishlash amalga oshiriladi. Idrok nafaqat hissiy organlar orqali keladigan axborotni qabul qilish, balki uni ma'noli tarzda talqin qilish jarayonidir. Zamonaviy tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, idrok jarayoni faol va konstruktiv xarakterga ega - insan o'zi kuzatayotgan voqelikni faol ravishda "quradi". Diqqat: Bu kognitiv jarayon ong faoliyatini ma'lum obyekt yoki jarayonga yo'naltirish va uni shu holatda ushlab turishni ta'minlaydi. E'tibor turli turlarga bo'linadi: ixtiyoriy va beixtiyoriy, taqsimlangan va konsentratsiyalangan. Zamonaviy axborot asrida e'tiborni boshqarish qobiliyati alohida ahamiyat kasb etadi. Xotira: Ma'lumotlarni kodlash, saqlash va esga olish jarayonlari majmuasi. Xotira qisqa muddatli va uzoq muddatli turlarga, shuningdek, turli modallik bo'yicha (ko'rish, eshitish, harakatiy) tasniflanadi. Xotira nafaqat o'tmishni saqlash, balki kelajakni rejalashtirish uchun ham muhimdir. Tafakkur: Eng yuqori darajadagi kognitiv jarayon bo'lib, muammolarni hal qilish, qaror qabul qilish, ijodiy faoliyat bilan bog'liq. Tafakkur turli shakllarda namoyon bo'ladi: mantiqiy, ijodiy, tanqidiy, intuitiv. Zamonaviy tadqiqotlar tafakkurning turli turlari turli miya hududlarida amalga oshirilishini ko'rsatadi. Til va nutq: Kognitiv jarayonlarning muhim komponenti bo'lib, tafakkur bilan chambarchas bog'liqligi bilan ajralib turadi. Til nafaqat muloqot vositasi, balki tafakkurning shakllantiruvchi omili hisoblanadi.

Zamonaviy kognitiv psixologiya insan ongini ma'lumotlarni qayta ishlovchi murakkab tizim sifatida ko'radi. Bu tizim bir necha asosiy komponentlardan iborat: Hissiy registrlar: Tashqi muhitdan keladigan ma'lumotlarni dastlabki qayta ishlash uchun javobgar bo'lgan tizimlar. Qisqa muddatli xotira: Ma'lum vaqt oralig'ida cheklangan miqdordagi ma'lumotni saqlash va qayta ishlash uchun mo'ljallangan. Uzoq muddatli xotira: Keng ko'lamlil bilim bazasi bo'lib, turli turdagi ma'lumotlarni doimiy saqlash imkonini beradi. Ijroiya nazorat: Kognitiv jarayonlarni boshqarish, rejalashtirish va monitoringini amalga oshiruvchi meta-kognitiv tizim. Insan ongi kognitiv psixologiya nuqtai nazaridan ko'rib chiqilganda, murakkab, ko'p qatlamlil va dinamik tizim sifatida namoyon bo'ladi. Ong nafaqat individual tajriba va bilimlarning yig'indisi, balki faol va ijodiy ravishda voqelikni talqin qiluvchi mexanizm hisoblanadi.

Intellekt jarayonlarining mexanizmlari. Intellekt - bu insan kognitiv qobiliyatlarining eng yuqori darajadagi namoyon bo'lish shakli bo'lib, murakkab muammolarni hal qilish, yangi bilimlarni o'zlashtirish va ijodiy faoliyat bilan bog'liq. Intellekt jarayonlarining mexanizmlarini tushunish kognitiv rivojlanish strategiyalarini ishlab chiqish uchun muhim ahamiyat kasb etadi.

Intellekt jarayonlarining asosiy komponenti. Ma'lumotni qayta ishlash tezligi: Bu komponent intellektning asosiy ko'rsatkichlaridan biri hisoblanadi. Yuqori qayta ishlash tezligi murakkab masalalarni samarali hal qilish imkonini beradi. Ishchi xotira hajmi: Bir vaqtda faol holda ushlab turilishi mumkin bo'lgan ma'lumotlar miqdori. Bu komponent murakkab aqliy operatsiyalarni bajarish uchun zarur. Bilimlarni tashkil etish: Uzoq muddatli xotirada saqlangan bilimlarning tizimli tashkil etilishi intellekt faoliyatining samaradorligini belgilaydi. Meta-kognitiv qobiliyatlar: O'z aqliy jarayonlari haqida bilish va ularni boshqarish qobiliyati. Bu

qobiliyat o'rganish va muammolarni hal qilish samaradorligini sezilarli darajada oshiradi.

Intellekt jarayonlarining turlari. Konvergent tafakkur: Ma'lum qoidalar va algoritmlar asosida yagona to'g'ri yechimga erishishga qaratilgan tafakkur turi. Divergent tafakkur: Bir masala uchun ko'plab alternativ yechimlar yaratishga qaratilgan ijodiy tafakkur turi. Analitik tafakkur: Murakkab obyekt yoki vaziyatni tarkibiy qismlarga ajratish va ular orasidagi bog'liqliklarni aniqlash. Sintetik tafakkur: Alohida elementlarni birlashtirish va yangi, yaxlit tuzilma yaratish qobiliyati. Tanqidiy tafakkur: Ma'lumotlarni baholash, tahlil qilish va asosli xulosa chiqarish qobiliyati. Intellekt rivojlanishining bosqichlari. Jean Piaget tomonidan ishlab chiqilgan kognitiv rivojlanish nazariyasi intellekt rivojlanishining to'rt asosiy bosqichini ajratib ko'rsatadi: Sensomotor bosqich (0-2 yosh): Bu bosqichda bola dunyoni bevosita hissiy tajriba orqali biladi. Asosiy yutuq - obyekt doimiyligini tushunish. Operatsiyagacha bosqich (2-7 yosh): Simbolik tafakkur rivojlanadi, biroq mantiqiy operatsiyalar hali to'liq shakllanmagan. Konkret operatsional bosqich (7-11 yosh): Mantiqiy tafakkur rivojlanadi, biroq faqat konkret obyektlar va vaziyatlar bo'yicha. Formal operatsional bosqich (11 yoshdan yuqori): Abstrakt va gipoteza-deduktiv tafakkur rivojlanadi. Kognitiv rivojlanishning zarurligi

Zamonaviy dunyoda kognitiv qobiliyatlarni rivojlantirish zaruriyati bir qator omillar bilan belgilanadi: Ijtimoiy-iqtisodiy omillar. Bilim iqtisodiyoti: Hozirgi kunda iqtisodiy rivojlanishning asosiy resursi axborot va bilimdir. Bu sharoitda yuqori kognitiv qobiliyatlarga ega bo'lgan mutaxassislar talabi ortib bormoqda. Texnologik rivojlanish: Sun'iy intellekt va avtomatlashtirish rivojlanishi oddiy, takrorlanuvchi ishlarni kamaytirib, ijodiy va murakkab kognitiv faoliyat talab etadigan ishlarning salmoqini oshirmoqda. Globallashuv: Dunyoning tobora murakkablashib borishi, madaniyatlararo muloqotning kuchayishi kognitiv moslashuvchanlik va ko'p aspektli tafakkur talab etadi.

Kognitiv - neyrologik bog'liqliklar: Miya faoliyati va kognitiv jarayonlar orasidagi bog'liqliklarni aniqlash. Neyrofeedback usullari: Miya faoliyatini nazorat qilish orqali kognitiv qobiliyatlarni yaxshilash. Sun'iy intellekt va kognitiv psixologiya. Insan-mashina hamkorligi: Sun'iy intellekt bilan samarali hamkorlik qilish yo'llarini o'rganish. Kognitiv modellashtirish: Insan tafakkurini kompyuter modellari yordamida modellashtirish. Hybrid intellekt: Insan va sun'iy intellektning birlashgan qobiliyatlaridan foydalanish. Shaxsiylashtirilgan kognitiv rivojlanish. Individual farqlar: Har bir inson uchun optimal kognitiv rivojlanish strategiyalarini aniqlash. Genetik omillar: Kognitiv qobiliyatlarga genetik ta'sirlarni o'rganish. Muhit ta'sirlari: Turli muhit omillarining kognitiv rivojlanishga ta'sirini tahlil qilish.

Xulosa qilib aytganda, kognitiv psixologiyada inson ongi va intellekt jarayonlarini rivojlantirish zarurligi zamonaviy jamiyatning eng muhim talablaridan biri hisoblanadi. Kognitiv qobiliyatlar nafaqat individual muvaffaqiyat, balki butun jamiyat rivojlanishi uchun ham kalit omil hisoblanadi. Hozirgi kunda bilim iqtisodiyoti, texnologik rivojlanish va globallashuv sharoitida yuqori kognitiv salohiyatga ega bo'lish zaruriyat darajasida muhim. Tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, kognitiv qobiliyatlar hayot davomida rivojlantirilishi mumkin. Zamonaviy usullar - mnemonika, muammoli o'qitish, meditatsiya, raqamli texnologiyalar - kognitiv rivojlanishning samarali vositalari hisoblanadi. Ta'lim tizimida kognitiv yondashuvlarning qo'llanilishi o'rganish samaradorligini sezilarli darajada oshiradi. Kelajakda kognitiv psixologiya sohasida yangi kashfiyotlar kutilmoqda. Neyrokognitiv tadqiqotlar, sun'iy intellekt bilan hamkorlik, shaxsiylashtirilgan yondashuvlar kognitiv rivojlanishning yangi ufqlarini ochadi. Bu rivojlanishlar insoniyatning intellekt salohiyatini oshirish va murakkab global muammolarni hal qilish imkoniyatlarini kengaytiradi. Kognitiv rivojlanish - bu nafaqat individual ehtiyoj, balki

ijtimoiy mas'uliyat ham hisoblanadi. Har bir inson o'z kognitiv salohiyatini rivojlantirish orqali nafaqat shaxsiy hayotini yaxshilaydi, balki jamiyat rivojlanishiga ham hissa qo'shadi. Bu maqsadda ta'lim muassasalari, ishlab chiqarish korxonalari, ijtimoiy tashkilotlar va davlat organlari birgalikda harakat qilishi zarur.

REFERENCES

1. Neisser, U. (1967). *Cognitive Psychology*. New York: Appleton-Century-Crofts.
2. Piaget, J. (1977). *The Development of Thought: Equilibration of Cognitive Structures*. New York: Viking Press.
3. Baddeley, A. (2007). *Working Memory, Thought, and Action*. Oxford: Oxford University Press.
4. Miller, G. A. (1956). The magical number seven, plus or minus two: Some limits on our capacity for processing information. *Psychological Review*, 63(2), 81-97.
5. Aldjanova G., Bekmuratova G. ÓSPIRIMLER XARAKTERINDE TOLERANTLIQTIN ORNI //Modern Science and Research. – 2025. – T. 4. – №. 5. – C. 39-42.
6. Aldjanova G., Yernazarova G. " MEN HÁM MENIN DENEM": DENESINE BOLGAN QATNAS ÓSPIRIMNIN ÓZIN-ÓZI BAHALAW ÁHMIYETLI FAKTOR SIPATINDA //Modern Science and Research. – 2025. – T. 4. – №. 5. – C. 43-46.
7. Aldjanova G., Qosbawlieva Q. SOCIAL-PSYCHOLOGICAL TRAINING AS A WAY TO CHANGE PERSONAL AND BEHAVIORAL FEATURES //Modern Science and Research. – 2025. – T. 4. – №. 4.
8. Aldjanova G., Qosbawlieva Q. SOCIAL-PSYCHOLOGICAL TRAINING AS A WAY TO CHANGE PERSONAL AND BEHAVIORAL FEATURES //Modern Science and Research. – 2025. – T. 4. – №. 4.
9. Aldjanova G. A. TYPES OF LEARNING ACTIVITIES IN THE CREDIT-MODULAR TRAINING SYSTEM //Modern Science and Research. – 2023. – T. 2. – №. 9. – C. 15-21. 1172 ResearchBib IF - 11.01, ISSN: 3030-3753, Volume 2 Issue 5
10. Aljanova G. A. Development of creative thinking in the process of learning in higher school. – 2021. 18. Aljanova G. A. Formation of Young Teacher Professionalism Through Mentoring //European Scholar Journal. – 2021. – T. 2. – №. 11. – C. 128-130.
11. Альджанова Г. А. ЭФФЕКТИВНЫЕ ВОЗМОЖНОСТИ ПСИХОДИАГНОСТИКИ В ПОДГОТОВКЕ БУДУЩЕГО УЧИТЕЛЯ //Путь науки. – 2017. – №. 4. – С. 66-67.
12. Альджанова Г. ПСИХОЛОГИЯЛЫҚ МӘДЕНИЯТ КОНЦЕПЦИЯСЫ НЕГИЗЛЕРИ //ВЕСТНИК КАРАКАЛПАКСКОГО ГОСУДАРСТВЕННОГО УНИВЕРСИТЕТА ИМЕНИ БЕРДАХА. – 2018. – Т. 38. – №. 1. – С. 53-56.
13. Альджанова Г. А. ЭФФЕКТИВНОСТЬ ЗНАКОВО-КОНТЕКСТНОЙ ТЕХНОЛОГИИ В ПОДГОТОВКЕ БУДУЩЕГО УЧИТЕЛЯ В ВЫСШИХ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ УЧРЕЖДЕНИЯХ //Актуальные проблемы гуманитарных и естественных наук. – 2018. – №. 11. – С. 89-92.
14. Альджанова Г. А. МОДЕЛЬ ФОРМИРОВАНИЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНЫХ КОМПЕТЕНЦИЙ БУДУЩИХ УЧИТЕЛЕЙ В УСЛОВИЯХ ПРОЕКТНОКОНТЕКСТНОГО ОБУЧЕНИЯ