

Qorako'z To'lanboyeva Muxtorjon qizi

3-kurs Falsafa (Sharq falsafasi va madaniyati) yo'nalishi talabasi

Jasur Sulaymonov

Ilmiy rahbar: PhD, Sharq falsafasi va madaniyati kafedراسi katta o'qituvchisi

Annotatsiya: *Ushbu mustaqil ishda kognitiv psixologiya va uning namoyon bo'lish jarayonlari, inson hayotidagi ahamiyati, texnik yutuqlar bilan rivojlanish bosqichlar hamda psixologiyadagi yangi yo'nalish sifatida shakllanish tarixi muhokama qilinadi.*

Tayanch tushuncha va iboralar: *psixologiya, inson, neyropsixologiya, kognitiv, his-tuyg'u, xotira, mantiqiy fikrlash, sun'iy intellekt, kuzatish, falsafa, matematik modellashtirish, kognitivistika.*

Abstract: *This independent work discusses cognitive psychology and the processes of its manifestation, its importance in human life, stages of development with technical achievements, and the history of its formation as a new direction in psychology.*

Key concepts and terms: *psychology, human, neuropsychology, cognitive, emotion, memory, logical reasoning, artificial intelligence, observation, philosophy, mathematical modeling, cognitivism.*

KIRISH

Psixologiyada kognitiv tushunchasi juda keng qo'llaniladi. Xo'sh, kognitiv so'zi qanday ma'noga ega? Uni psixologiyada o'rni qanday? Fanda buni biz kognitiv psixologiya nomi bilan ko'rishimiz mumkin. Kognitiv usullar shaklida ham namoyon bo'ladi. Kognitiv lotinchada „cognitio“ ya'ni „bilim“, „idrok“ degan ma'noni anglatadi. Shundan kelib chiqib kognitiv psixologiyaga ta'rif bera olamiz.

Kognitiv psixologiya bu fikrlash va tajribani matematik modellashtirishga asoslangan psixologiya bo'limi hisoblanadi. His-tuyg'u, tasavvur, diqqat, xotira, mantiqiy fikrlash, qaror qabul qilish, ma'lumotlarni ifodalash, umuman olganda, bilish jarayonlarni o'rganadi. Kognitiv psixologiya rasmiy ravishda 1956-yil 11-sentyabrda, Massachusetts texnologiya institutida axborot nazariyasi bilan shug'ullanuvchi Elektr va elektron muhandislik institutining maxsus guruhi uchrashuvidan boshlangan. Ushbu uchrashuv psixologiyadagi kognitiv inqilobning boshlanishi deb qaraladi. Bu guruh a'zolari orasida Jorj Miller, Gerbert Saymon, Allen Nyuell, Noam Xomskiy, Devid Grin va Jon Svits bor edi. Kognitiv jarayonlarga qiziqish asosan kompyuterlarning paydo bo'lishi, sun'iy intellektni modellashtirish va algoritmik ishlov berish bo'yicha birinchi tajribalar bilan o'sib bordi. Shuning uchun ham ko'plab kognitivistlar inson miyasi va kompyuterni solishtiradilar. Ular aqliy jarayonlarni axborot bilan ishlash jihatiga asosan ko'rib chiqadilar: Kirish signali – atrof-muhitdan olingan ma'lumotlar; Uni tahlil qilish va qayd etish; Chiqish signali–reaksiya.

Kognitiv psixologiya Gestalt psixologiyasining hamda neobehaviorizm vakillari tomonidan yaratilgan. Ular eski modellar cheklanganligini yaxshi bilishgan va yangi

kashfiyotlar uchun harakat qilishgan. Masalan, Edvard Cheyz Tolmanning kognitiv xaritalar kashfiyoti. Bu modellarning hammasi XX asrning kompyuter inqilobi va tilshunoslikning algoritmik modellarga qisqartirilishi mumkinligini isbotlagan Noam

Xomiskiyning lingvistik faoliyati bilan bog'liq holda innovatsion shaklga ega bo'ldi. Donald Broadbent axborotni sensorli idrok etishning kompyuter modellarini ishlab chiqdi. Richard Atkiniskiy kompyuter bilan o'xshashlik bo'yicha inson xotirasi jarayonlarini modellashtirdi.

Sun'iy intellekt bo'yicha ishlar doirasida muammolarni hal qilish jarayonlarini amaliy kompyuter modellashtirish Würzburg maktabida boshlangan. MRI kabi vositalar yordamida miyani to'g'ridan-to'g'ri tadqiq qilish imkoniyati paydo bo'lganligi uchun, bir tomondan, kognitiv modellar takomillashtirilgan bo'lsa, boshqa tomondan, „odamga o'xshash sun'iy intellektni odam kabi tartibga solish kerakmi?“ degan savol tug'ildi. Umuman olganda sun'iy intellekt masalasi anchayin muammoli. Uning ijtimoiy statusini belgilash borasida nizolar kelib chiqishi mumkin. 1967-yilda Ulrik Neisser tomonidan kognitiv psixologiya bo'yicha birinchi darslik yozildi.

Kognitiv psixologiyaning rivojlanishiga neyropsixologiya vakillari katta hissa qo'shganlar. Bu sohaning shakllanishida psixologiyaga turdosh bo'lgan fanlar bevosita ta'sir etgan. Tez sur'atda rivojlanayotgan zamonga muvofiq kognitiv psixologiya turli zamonaviy modellar shakllantirdi. Kognitiv psixologiya modellarni yaratishda quyidagi tushunchalarni kiritadi: ishchi xotira, uzoq muddatli xotira, idrok, diqqat, til va boshqa metakognitiv jarayonlar. Jarayon tushunchalaridan biri dual ta'lim jarayonlari. Idrokni kognitiv o'rganishga misol sifatida idrok etishga tayyorlik kontseptsiyasini keltirish mumkin: odamlar butunlay yangi narsalarga duch kelganda, ularni tushunishlari va, ehtimol, ularni ma'lum toifalarga kiritishlari yoki yangi toifalarni shakllantirishlari kerak.

Kognitiv psixologiya modellari bevosita MRI kabi neyrobiologik tajriba yordamida yaratilmagan, chunki MRI miyani juda katta va ko'p vazifaviy faollashuvini ko'rsatadi. Bu fikrlash jarayonlarining tafsilotlarini ochishga imkon bermaydi. Kognitiv psixologlar odatda keng qo'llaniladigan oddiy va aniq ifodalangan usullar bilan inson xatti-harakatlarini o'rganadi. Masalan, ular o'qishni asosan ko'z olmasining sakkadlarini o'rganish yoki matn parchalarini o'qish orqali o'rganadilar. Ushbu tadqiqot usuli kognitiv psixologiya modellari nevrologiyadagi inson miyasining haqiqiy tuzilishiga mos keladimi degan savollar mavjud.

Kognitiv psixologlarning umumiy yondashuvi shundayki, agar model inson xulq-atvorini yaxshi tushuntirsa va eksperimentlarga mos kelsa, u holda nevrologiya ma'lumotlari ikkinchi darajali va yordamchi ahamiyatga ega. Kognitiv psixologlarning bunday empirik yondashuvi nevrologlarning e'tirozlariga sabab bo'ladi, ular kognitivistlar aslida odamga o'xshash xatti-harakatni ko'rsatadigan sun'iy intellekt modellarini yaratadilar, lekin inson fiziologiyasi ichida boshqacha tartibga solinadi deb qabul qilishadi. Boshqa tomondan, kognitivistik yondashuv bevosita Tyuring testi mezonini qondirishga qaratilgan. Kognitivistlarning katta qismi yangi neyrobiologik

ma'lumotlarni ijobiy qabul qiladi va ularni modellarini tasdiqlash bosqichida qo'llaydi. Xususan, dual ta'lim jarayonlari nazariyasi ham MRI ma'lumotlariga asoslanadi.

Kognitivistlar miyani qanday ishlashi haqida umumiy qabul qilingan yagona modeldan foydalanmaydilar. Lekin qoida nuqtai nazaridan o'rganish, yodlash, o'qish kabi tor ixtisoslashgan soha bilan ishlaydi. Kognitivistlarning maqsadi — faoliyat turidagi miyaning algoritmlarini iloji boricha aniqroq modellashtirish va ba'zi mavhum tamoyillarga rioya qilmaslikdir.

Kognitiv psixologiya inson xotirasi, uning fikrlash bilan bog'liq bo'lgan barcha jarayonlarni tizimlashtirish, subyektlar o'rtasidagi munosabatlarni tushunish va modellashtirish, miyada yagona algoritmnini shakllantirish uchun xizmat qiladi. Insonga ta'sir etuvchi miyadagi yashirin mexanizmlar har doim katta qiziqish uyg'otgan. Shu sababli kognitivistlar murakkab jarayonlar hisoblangan do'stlik, sevgi yoki altruizm kabi xatti-harakatlarni kengroq o'rganishga urinishadi.

Kognitiv psixologiya o'quv jarayonlari va bolalarning aqliy intellektini oshirishda samarali natija beradi. Chunki kognitiv psixologiya yordamida nafaqat ongni o'rganish, balki unga qanday ijobiy ta'sir ko'rsatish usullarini ham o'rganish mumkin. Shuningdek, tanqidiy fikrlashga o'rgatadi. Biz fikrimizni o'zgartirish orqali aldanib qolish ehtimolimizni kamaytiramiz.

Buning uchun ong haqiqat sifatida tasdiqlab ulgurmagan ichki hissiyotimizdan ma'lum vaziyatlarda voz kechishimiz kerak. Ya'ni hissiy reaksiyalarni xulosa o'rnida qabul qilmaslik. Masalan, velosipeddan yiqilib tushgan odam bu transport vositasini xavfli deb o'ylaydi. Lekin mantiqan o'ylab qaralsa, velosipedni yaxshi ob-havo va ehtiyot choralari asosida haydash, zavqli sayohat bo'lishini ta'minlaydi.

Kognitiv olimlar ta'kidlashlariga ko'ra, bizning ongimiz noto'g'ri ekanligiga kognitiv buzilishlar ta'sir qiladi. Ulardan eng ko'p uchraydiganlaridan biri bu tasdiqlovchi tarafkashlikdir. Bu bizning fikrimizga to'g'ri keladigan ma'lumotlarga ustunlik berib, aksini e'tiborsiz qoldirish. Kognitiv tarafkashliklarga qarshi kurashish uchun avval ularni topib, so'ngra o'z noto'g'ri qarashlaringizni haqiqat bilan solishtirishingiz kerak. Bunda kognitiv psixologiya yordam beradi. Bundan tashqari, insonning ma'lumotlarni eslab qolishi cheklanganligini ham keltiriladi. Ya'ni biz bir vaqtning o'zida to'qqizdan ortiq harf, raqam yoki qisqa so'zni o'rgana olmaymiz. Qisqa muddatli xotiraning ushbu qoidasi "yetti ortiqcha yoki minus ikki" deb nomlanadi. Bunga misol qilib haddan ortiq ma'lumotli reklama yoki veb saytlarga nisbatan ongimiz yaxshi natijaga ega bo'la olmaydi. Ammo tizimlashtirilgan vaziyatlarda bu o'zgaradi. Buni raqamlar kombinatsiyasi bo'lgan telefon raqamlarini eslab qolamiz.

Kognitivistlar har doim o'zlarining gipotezalarini yaratib kelishgan, buni turli eksperimentlar orqali ko'rsatadilar. Ushbu sohadagi psixologlar sun'iy intellekt bo'yicha mutaxassislar va nevrologlar bilan hamkorlikda ishlaydi, bu esa tadqiqot va ilmiy xulosalar sifatini yaxshilaydi. Kognitiv olimlar tajribalari doirasida miyaning tushunarli va to'liq modelini yaratishga erishdilar. Bu xuddi komputer dizayniga o'xshab, uzoq va qisqa muddatli xotiralarni ajratish, diqqatni esa o'ziga xos ma'lumotlar filtri sifatida ko'rib chiqish hisoblanadi. Ushbu model ba'zi tanqidlarga

uchragan bo'lsa ham, foydali xususiyatga ega. Bunday yondashuv bilan miyaning turli qismi qanday jarayonga xizmat qilishini aniqlash mumkin.

Kognitiv psixologiya paydo bo'lgunga qadar ba'zi faylasuflar bu sohada shug'ullanganlar. Bir necha asrlar oldin olimlar fikrlash ni nafaqat falsafiy jihatdan, balki ilmiy darajada ham o'rganishga harakat qilishdi. Dekart tushunchasi, xususan, yaratilgan psixologik fanning tuzilishi uning psixikasini eksperimental usullar bilan o'rganishga olib keldi. Yum assotsiatlik fikrlash qonunlarini va tizimlashtirilgan aqliy jarayonlarning qonunlarini aniqlashga harakat qildi. Kantda, o'z navbatida, ong – bu tizim va ushbu tizimni to'ldiradigan ma'lumotlar (tajriba) haqida mulohazalar bor.

Kognitiv yondashuv asosida terapiyaning ikki turi ishlab chiqilgan: kognitiv-xulq-atvor terapiyasi (CBT) va ratsional-emotiv terapiya. Ikki terapiya orasidagi farqlar minimal. Ularning mohiyati shundan iboratki, terapevt yoki shaxsning o'zi irratsional e'tiqodlarni (kognitiv buzilishlar) qidiradi va ularga qarshi oqilona dalillar keltiradi. Bu psixologik terapiyaning eng samarali turlaridan biridir. Kognitiv yondashuv haqiqiy hayot muammolarini hal qilishda juda yaxshi foyda beradi. CBT depressiya, stress, komplekslar, tashvish va boshqa ruhiy muammolarni yengishda katta yordam beradi.

XULOSA

Kognitiv psixologiyani psixologiya fan tarixidagi katta burilishlaridan biri desak bo'ladi. Bu usul orqali bugungi kunda ko'plab ijobiy natijalarga erishish mumkin. Kognitiv psixologiya insonning ongi, tafakkuri, xotira qobiliyatlarini rivojlantirishda samarali yechim hisoblanadi. Bizning miya faoliyatimizni ko'rinmas qirralarini ochib beradi. Xulosa chiqarishda tanqidiy tafakkur imkoniyatlarini ko'paytiradi. Kognitiv psixologiyaning asosiy va amaliy yo'nalishlaridan biri bu o'qish jarayonlarini o'rganishdir, chunki bu jarayonlarni modellashtirish boshlang'ich maktabda bolalarga o'qishni o'rgatishni yaxshilashi va disleksiyani davolash usullarini shakllantirishi mumkin. Kognitivistlar tarafidan taklif qilingan ma'lumotlarni qayta ishlash modellarining "blok" ko'rinishi juda keng qo'llaniladi.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR:

1. A.M.Nazarov „ Umumiy psixologiya “ o'quv qo'llanma, Toshkent–2020
2. Что такое когнитивная психология и почему она полезна – Лайфхакер
3. <https://lifehacker.ru/kognitivnaya-psixologiya/>
4. <http://azkurs.org/pedagogika-psixologiya-v6.html?page=9>
5. <https://donschool86.ru/uz/pristavka/kognitivnaya-psihologiya-kak-samostoyatelnoe-napravlenie-v.html>
6. https://uz.m.wikipedia.org/wiki/Kognitiv_psixologiya