

SHAXS PSIXOLOGIYASIDA KOGNITIV BUZILISHLARNING SHAKLLANISH OMILLARI VA ULARNING TA’SIRI

Bahodirova Shahnoza Rustam qizi

Alfraganus universiteti

Ijtimoiy fanlar fakulteti 4-bosqich talabasi

E-mail: srustamova055@gmail.com

Talipova Feruza Tairovna

Alfraganus universiteti Psixologiya kafedrası v.b

dotsenti psixologiya fanlari bo’yicha (PhD)

<https://doi.org/10.5281/zenodo.19975760>

Annotatsiya; Shaxs psixologiyasida kognitiv buzilishlar dolzarb muammo hisoblanib, insonning idrok, xotira, diqqat va fikrlash kabi kognitiv jarayonlariga salbiy ta'sir ko'rsatadi. Ushbu maqolada kognitiv buzilishlarning shakllanishiga ta'sir etuvchi asosiy omillar, jumladan, biologik, psixologik va ijtimoiy determinantlar chuqur tahlil qilinadi. Kognitiv buzilishlar shaxs rivojlanishi, ijtimoiy moslashuvi va umumiy hayot sifatiga ko'rsatadigan ta'sirini o'rganadi. Maqolada ushbu buzilishlarning oldini olish va korreksiyasiga qaratilgan psixologik yondashuvlar hamda amaliy tavsiyalar keltirilgan.

Kalit so'zlar: Kognitiv buzilishlar, shaxs psixologiyasi, shakllanish omillari, idrok, xotira, diqqat, fikrlash, psixodiagnostika.

Abstract; Cognitive impairments in personality psychology represent a pressing issue, negatively affecting human perception, memory, attention, and thinking processes. This article thoroughly analyzes the main factors contributing to the formation of cognitive impairments, including biological, psychological, and social determinants. The research investigates the impact of cognitive impairments on personality development, social adaptation, and overall quality of life. The article also discusses psychological approaches and practical recommendations aimed at preventing and correcting these disorders.

Keywords: Cognitive Impairments, Personality Psychology, Formation Factors, Perception, Memory, Attention, Thinking, Psychodiagnostics

Аннотация; Когнитивные нарушения в психологии личности являются актуальной проблемой, негативно влияющей на процессы восприятия, памяти, внимания и мышления человека. В данной статье глубоко анализируются основные факторы, приводящие к формированию когнитивных нарушений, включая биологические, психологические и социальные детерминанты. Исследование изучает влияние когнитивных нарушений на развитие личности, социальную адаптацию и общее качество жизни. В статье также обсуждаются психологические подходы и практические рекомендации, направленные на профилактику и коррекцию этих расстройств.

Ключевые слова: Когнитивные Нарушения, Психология Личности, Факторы Формирования, Восприятие, Память, Внимание, Мышление, Психодиагностика

Kirish. Shaxs va uning jamiyatdagi faoliyati va kognitiv jarayonlar – idrok, diqqat, xotira, tafakkur va nutq bilan chambarchas bog'liqdir. Ushbu jarayonlarning samarali ishlashi shaxsning o'z-o'zini anglashida, atrof-muhitga moslashuvida, qaror qabul qilishida va ijtimoiy munosabatlarni qurishida hal qiluvchi ahamiyat kasb etadi. Biroq, turli sabablarga ko'ra,

kognitiv funksiyalarda buzilishlar yuzaga kelishi mumkin, bu esa shaxsning hayot sifatiga, uning psixologik holatiga va ijtimoiy holatiga salbiy ta'sir ko'rsatadi. Kognitiv buzilishlar nafaqat klinik psixologiya, balki umumiy psixologiya, nevrologiya va pedagogika va boshqa sohalarida ham dolzarb muammo hisoblanadi. Ularning kelib chiqish omillarini va shaxsga ta'sirini chuqur o'rganish zamonaviy psixologik tadqiqotlarning muhim yo'nalishlaridan biridir.

So'nggi yillarda kognitiv buzilishlarning etiologiyasi, patogenezi va ularni korreksiya qilish usullari bo'yicha ilmiy izlanishlar sezilarli darajada kengaygan bo'lsa-da, shaxs psixologiyasi ushbu buzilishlarning shakllanish omillari va ularning shaxs rivojlanishiga kompleks ta'sirini tizimli tahlil qilishga ehtiyoj sezilmoqda.

Xususan, biologik, psixologik va ijtimoiy omillarning o'zaro bog'liqligi hamda ularning kognitiv funksiyalarning buzilishiga olib keluvchi mexanizmlari yetarlicha o'rganilmagan. Shaxsning kognitiv o'zgarishlar uning shaxs xulq-atvori, emotsional holati va ijtimoiy moslashuviga qanday ta'sir ko'rsatishi masalasi ham chuqur ilmiy asoslashni talab etadi. Ushbu maqola shaxs psixologiyasida kognitiv buzilishlarning shakllanish omillarini har tomonlama ko'rib chiqish, ularning shaxs hayotiga ta'sirini tahlil qilish va shu orqali ushbu sohadagi nazariy va amaliy bilimlarni boyitishni maqsad qilgan.

Maqolada dastlab kognitiv buzilishlarning nazariy asoslari va turlari ko'rib chiqiladi. Keyin, ularning shakllanishiga ta'sir etuvchi biologik, psixologik va ijtimoiy omillar batafsil tahlil qilinadi. Shuningdek, kognitiv buzilishlarning shaxs xulq-atvori va ijtimoiy moslashuviga ta'siri, ularni diagnostika qilish va baholash usullari, hamda oldini olish va korreksiya qilish yo'llari ilmiy adabiyotlar asosida yoritiladi. Ushbu tadqiqot natijalari kognitiv buzilishlar bilan bog'liq muammolarni tushunish, ularni samarali oldini olish va korreksiya qilish strategiyalarini ishlab chiqish uchun muhim nazariy va amaliy asos bo'lib xizmat qiladi.

Shaxs psixologiyasida kognitiv buzilishlarning shakllanish omillari va ularning shaxsga ta'siri masalasi so'nggi yillarda ilmiy tadqiqotlar markazida turgan dolzarb yo'nalishlardan biri bo'lib kelmoqda. Kognitiv funksiyalar nafaqat individual aqliy qobiliyatlar majmuasi, balki shaxsning o'ziga xos xususiyatlari, uning xulq-atvori, emotsional holati va ijtimoiy moslashuvi bilan uzviy bog'liq bo'lgan murakkab tizim sifatida qaralmoqda.

Kognitiv buzilishlarning nazariy asoslari va turlari borasida yangi tadqiqotlar an'anaviy klinik yondashuvlardan tashqari, shaxs psixologiyasi kontekstida ularni kengroq tushunishga intilmoqda. Masalan, ba'zi mualliflar kognitiv buzilishlarni nafaqat patologik holat, balki shaxsning kognitiv profilidagi o'zgarishlar sifatida ham ko'rib chiqishni taklif qilmoqdalar, bu esa ularning shaxsiy xususiyatlar bilan o'zaro ta'sirini chuqurroq o'rganishga imkon beradi. Kognitiv buzilishlar spektrini yengil kognitiv buzilishlardan (YKB) tortib, og'ir demensiyagacha bo'lgan holatlarni o'z ichiga olgan keng doirada tahlil qilish muhim ahamiyat kasb etadi. Yangi adabiyotlar YKB ning shaxsning kundalik hayotidagi funksional qobiliyatlariga ta'sirini va uning shaxsiy xususiyatlar bilan bog'liqligini alohida ta'kidlaydi. Shuningdek, kognitiv buzilishlarning turlari, masalan, diqqat, xotira, ijro etuvchi funksiyalar va nutq buzilishlari, shaxsning turli hayotiy vaziyatlarda qanday namoyon bo'lishi va ularning shaxsiy adaptatsiya mexanizmlariga ta'siri bo'yicha tadqiqotlar tobora ortib bormoqda. Bu tadqiqotlar kognitiv buzilishlarni shaxsning umumiy psixologik holatidan ajratib bo'lmasligini ko'rsatadi.

Kognitiv buzilishlarning shakllanishiga ta'sir etuvchi omillar kompleks xarakterga ega bo'lib, biologik, psixologik va ijtimoiy jihatlarni qamrab oladi. Biologik omillar orasida genetik

sababalar so'nggi yillarda ayniqsa chuqur o'rganilmoqda. Genom bo'ylab assotsiatsiya tadqiqotlari kognitiv funksiyalar va buzilishlar bilan bog'liq bo'lgan bir qator genlarni aniqladi, bu esa kognitiv zaiflikka genetik moyillikning murakkabligini ko'rsatadi. Neyrobiologik tadqiqotlar miya tuzilishi va funksiyasidagi o'zgarishlar, masalan, miya yarim korteksining yupqalashishi va oq moddaning shikastlanishlari kognitiv buzilishlarning rivojlanishida muhim rol o'ynashini tasdiqlaydi. Shuningdek, surunkali kasalliklar, yallig'lanish jarayonlari va metabolik buzilishlar (masalan, qandli diabet, gipertoniya, nevroz) kognitiv funksiyalarga salbiy ta'sir ko'rsatishi va ularning buzilishiga olib kelishi mumkinligi haqida ko'plab dalillar mavjud. Bu tadqiqotlar biologik omillarning kognitiv buzilishlarning patogenezida markaziy o'rin tutishini ko'rsatadi.

Psixologik omillar kognitiv buzilishlarning shakllanishida muhim o'rin tutadi va ular biologik hamda ijtimoiy omillar bilan o'zaro bog'liq holda namoyon bo'ladi. Shaxsning individual xususiyatlari, masalan, nevrotizm, vijdonlilik, to'g'ri qarashlar va ochiqlik kognitiv funksiyalarning saqlanishi yoki buzilishiga ta'sir ko'rsatishi mumkin. Yuqori nevrotizm darajasi stressga moyillikni oshirib, kognitiv zaiflikni kuchaytirishi mumkin bo'lsa, vijdonlilik, to'g'ri qarashlar va ochiqlik kognitiv zaxirani shakllantirishga yordam beradi. Surunkali stress, depressiya, qo'rquv va xavotir kabi ruhiy holatlar kognitiv funksiyalarga, ayniqsa diqqat va xotiraga salbiy ta'sir ko'rsatishi ko'plab tadqiqotlarda qayd etilgan. Bu holatlar miyada yallig'lanish jarayonlarini kuchaytirishi orqali kognitiv buzilishlarga olib kelishi mumkin. Shuningdek, shaxsning o'z-o'zini tartibga solish qobiliyati, hissiy intellekt darajasi, emotsional holati va stressga qarshi kurashish mexanizmlari kognitiv salomatlikni saqlashda muhim rol o'ynaydi. Yangi tadqiqotlar shaxsning kognitiv buzilishlarga nisbatan sub'ektiv idrokini va ularga bo'lgan munosabatini ham o'rganmoqda, bu esa korreksiya dasturlarini ishlab chiqishda muhim ahamiyatga ega.

Ijtimoiy omillar kognitiv buzilishlarning rivojlanishida va ularning shaxsga ta'sirida hal qiluvchi rol o'ynaydi. Ta'lim darajasi, ijtimoiy-iqtisodiy holat va madaniy kontekst kognitiv zaxirani shakllantirishda muhim ahamiyatga ega. Yuqori ta'lim darajasi va faol intellektual faoliyat kognitiv buzilishlarning boshlanishini kechiktirishi yoki ularning og'irligini kamaytirishi mumkin. Bu borada Aaron Bekning Insonning his-tuyg'ulari va xulq-atvori uning voqelikni qanday idrok etishi va talqin qilishi bilan belgilanadi degan fikrini keltirish mumkin. Buzilgan kognitsiya (fikrlash xatosi) noto'g'ri xulq-atvorgacha olib keladi. Ijtimoiy izolyatsiya va yolg'izlik kognitiv pasayish xavfini oshirishi, ijtimoiy qo'llab-quvvatlash esa aksincha, kognitiv salomatlikni mustahkamlashi haqida dalillar mavjud. Raqamli texnologiyalarning jadal rivojlanishi va ulardan foydalanish usullari ham kognitiv funksiyalarga ikki tomonlama ta'sir ko'rsatishi mumkin: bir tomondan, kognitiv mashg'ulotlar uchun yangi imkoniyatlar yaratilsa, ikkinchi tomondan, doimiy ma'lumot oqimi va ko'p vazifalilik diqqatni buzishi va kognitiv charchoqqa olib kelishini misol qilishimiz mumkin. Bolalikdagi salbiy tajribalar, masalan, zo'ravonlik yoki e'tiborsizlik va travmalar miya rivojlanishiga salbiy ta'sir ko'rsatib, keyinchalik kognitiv buzilishlarga moyillikni oshirishi mumkinligi haqida yangi tadqiqotlar mavjud. Bu omillarning o'zaro murakkab bog'liqligi kognitiv buzilishlarning etiologiyasini tushunishda kompleks yondashuv zarurligini ko'rsatadi.

Kognitiv buzilishlarning shaxs xulq-atvori va ijtimoiy moslashuviga ta'siri keng qamrovli bo'lib, shaxsning kundalik hayotining barcha jabhalariga ta'sirini o'tkazadi. Ijro etuvchi funksiyalardagi buzilishlar qaror qabul qilish, muammolarni hal qilish va rejalashtirish

qobiliyatini pasaytiradi, bu esa shaxsning mustaqilligini cheklaydi. Xotira buzilishlari shaxsning yangi ma'lumotlarni o'zlashtirishiga va kundalik vazifalarni bajarishiga to'sqinlik qiladi. Diqqat buzilishlari esa shaxsning o'z faoliyatini samarali boshqarishiga va ish mahsulini pasayishiga xalaqit beradi. Bu buzilishlar shaxsning emotsional holatiga ham sezilarli ta'sir ko'rsatadi, ko'pincha frustratsiya, xavotir va depressiyaga keltirib chiqaradi. Ijtimoiy munosabatlarda kognitiv buzilishlar tushunmovchiliklarga, ijtimoiy izolyatsiyaga va muloqot qiyinchiliklariga sabab bo'lishi mumkin. Yangi tadqiqotlar kognitiv buzilishlarning shaxsning o'z-o'zini anglashiga, o'ziga bo'lgan ishonchiga va hayotdan qoniqish darajasiga ta'sirini ham o'rganmoqda, bu esa shaxsning umumiy farovonligini tushunishda muhim hisoblanadi. Ish joyida yoki o'quv jarayonida kognitiv buzilishlar samaradorlikning pasayishiga va moslashuv muammolariga olib kelishi mumkin, bu esa shaxsning kasbiy faoliyatiga salbiy ta'sir ko'rsatadi.

Kognitiv buzilishlarni diagnostika qilish va baholash usullari so'nggi yillarda sezilarli darajada rivojlanib bormoqda. An'anaviy neyropsixologik testlardan tashqari, raqamli texnologiyalar yordamida kognitiv funksiyalarni real vaqt rejimida baholash imkoniyatlari paydo bo'ldi. Masalan, mobil ilovalar va taqiladigan qurilmalar yordamida shaxsning kundalik hayotidagi kognitiv ko'rsatkichlarini kuzatish mumkin, bu esa laboratoriya sharoitida aniqlash qiyin bo'lgan nozik buzilishlarni aniqlashga yordam beradi. Shuningdek, neyroimaging usullari miyadagi strukturaviy va funksional o'zgarishlarni aniqlashda muhim rol o'ynamoqda, bu esa kognitiv buzilishlarning biologik asoslarini tushunishga yordam beradi. Diagnostika jarayonida shaxsning sub'ektiv shikoyatlari, uning yaqinlarining kuzatuvlari va psixologik baholash natijalarini kompleks tarzda tahlil qilish zarurligi ta'kidlanmoqda.

Kognitiv buzilishlarni oldini olish va korreksiya qilish yo'llari bo'yicha tadqiqotlar ham jadal rivojlanmoqda. Kognitiv mashg'ulotlar, miya stimulyatsiyasi usullari (masalan, transkraniyal magnit stimulyatsiyasi), jismoniy faollik, sog'lom turmush tarzi va ovqatlanish kognitiv funksiyalarni yaxshilashda samarali ekanligi ko'rsatilgan. Bu borada G'aniyev. A.A ning Kognitiv buzilishlarni korreksiya qilishda faqat neyropsixologik mashqlar emas, balki shaxsning emotsional barqarorligini tiklash ham muhim ahamiyatga ega degan fikrlari muhimdir. Yangi yondashuvlar shaxsning individual ehtiyojlariga moslashtirilgan, kompleks va ko'p komponentli intervensiyalarni o'z ichiga oladi. Masalan, kognitiv mashg'ulotlarni psixoterapiya, stressni boshqarish usullari, geshtalt terapiya va ijtimoiy faollikni oshirish dasturlari bilan birlashtirish kognitiv buzilishlarni korreksiya qilishda yanada samarali natijalar berishi mumkin. Inson diqqatini boshqa narsalarga jalb qilishi masalan sport yoki o'zi qiziqtirgan mashg'ulotlar bilan shug'ullanishi lozim.

Shuningdek, profilaktik choralar, jumladan, ta'lim darajasini oshirish, ijtimoiy faollikni rag'batlantirish va surunkali kasalliklarni samarali boshqarish kognitiv buzilishlarning oldini olishda muhim ahamiyatga ega ekanligi ta'kidlanmoqda. Chunki ko'pgina kasalliklarni keltirib chiqaruvchi sabablardan biri bu insonlardagi kognitiv buzilishlar bo'lib kelmoqda.

Xulosa qilib aytganda, mavzuga oid adabiyotlar tahlili shaxs psixologiyasida kognitiv buzilishlarning murakkab va ko'p qirrali muammo ekanligini ko'rsatadi. Biologik, psixologik va ijtimoiy omillarning o'zaro bog'liqligi va ularning kognitiv funksiyalarning buzilishiga olib keluvchi mexanizmlari bo'yicha tadqiqotlar jadal rivojlanib bormoqda. Biroq, ushbu omillarning shaxsning kognitiv profilidagi o'zgarishlar orqali uning xulq-atvori, emotsional holati, intellektual qobiliyati va ijtimoiy moslashuviga qanday ta'sir ko'rsatishi masalasi hali ham chuqur ilmiy asoslashni talab etadi. Ushbu maqola ushbu bo'shliqlarni to'ldirishga va kognitiv

buzilishlarning shaxs psixologiyasidagi o‘rnini yanada chuqurroq tushunishga hissa qo‘shishni maqsad qilgan.

Adabiyotlar, References, Литературы:

1. Qurbonova, S. N., Xolmatova, N. A. (2022). Kognitiv buzilishlar: diagnostika va korreksiya. Toshkent: Toshkent davlat pedagogika universiteti nashriyoti. – <https://tdpu.uz/>
2. Xolmatova, M. M. (2021). Shaxs psixologiyasida kognitiv jarayonlarning o'ziga xos xususiyatlari. Psixologiya, 45-52. – <https://uzjournals.edu.uz/psixologiya/vol2021/iss3/>
3. Xudoyberdiyeva, D. B. (2022). O'smirlarda kognitiv buzilishlarning psixologik xususiyatlari. Pedagogika va psixologiya, (2), 78-85. – https://uzjournals.edu.uz/pedagogika_psixologiya/vol2022/iss2/
4. Karimova, G. A. (2023). Kognitiv buzilishlarning shakllanishida ijtimoiy-psixologik omillarning o'rni. Fan va jamiyat, (1), 60-67. – https://uzjournals.edu.uz/fan_va_jamiyat/vol2023/iss1/
5. Ergasheva, N. J. (2022). Shaxsning kognitiv faoliyatiga stressning ta'siri va uning psixologik himoya mexanizmlari. O'zbekiston Milliy universiteti xabarлари, (4), 112-119. – https://uzjournals.edu.uz/nuu_xabarлари/vol2022/iss4/
6. G'aniyev, A. A. (2021). Kognitiv buzilishlarning neyropsixologik mexanizmlari va ularni korreksiya qilish yo'llari. Tibbiyotda yangi kun, (2), 90-97. – <https://uzjournals.edu.uz/tibbiyotdayangikun/vol2021/iss2/>
7. Ismoilova, Z. M. (2023). Kognitiv buzilishlarning profilaktikasi va ularga psixologik-pedagogik yordam ko'rsatishning dolzarb masalalari. Zamonaviy ta'lim, (3), 55-62. – https://uzjournals.edu.uz/zamonaviy_talim/vol2023/iss3/