

## TALABALARDA INTELLEKTUAL FAOLIYATNI OPTIMALLASHTIRISHNING PSIXOLOGIK DETERMINANTLARI

S.A.Aslonova<sup>1</sup>

**Mas'ul muallif:** Aslonova Safiya  
Avaz qizi, Buxoro xalqaro  
universiteti magistranti.

Accepted: 26 Sentabr 2026

**Copyright:** © 2026 by the  
author(s). Licensee Buxoro xalqaro  
universiteti ilmiy axborotnomasi.  
This article is an open access  
article distributed under the terms  
and conditions of the Creative  
Commons Attribution (CC-BY-4.0)  
license.

**Iqtibos uchun:** Aslonova, S. A.  
TALABALARDA INTELLEKTUAL  
FAOLIYATNI  
OPTIMALLASHTIRISHNING  
PSIXOLOGIK DETERMINANTLARI  
/ S. A. Aslonova // Buxoro xalqaro  
universiteti ilmiy axborotnomasi.  
— T. 9, № 2. — B. 474–477.

1. Buxoro xalqaro universiteti magistranti

**Annotatsiya.** Mazkur maqolada talabalarda intellektual faoliyatni optimallashtirishning psixologik determinantlari ilmiy-nazariy jihatdan tahlil qilingan. Unda intellektual faoliyat samaradorligiga ta'sir etuvchi motivatsiya, diqqat, xotira, tafakkur, emotsional barqarorlik, o'zini o'zi boshqarish va refleksiya kabi psixologik omillar yoritilgan. Shuningdek, oliy ta'lim jarayonida talabalarning bilish faolligini oshirish, mustaqil fikrlashini rivojlantirish hamda intellektual salohiyatini optimallashtirishga xizmat qiluvchi metodologik yondashuvlar asoslab berilgan. Talabalarning intellektual faoliyatiga ta'sir etuvchi kognitiv jarayonlar, motivatsiya, diqqat, xotira, tafakkur, ijodiy qobiliyatlar, hissiy holat va o'zini o'zi boshqarish kabi psixologik omillar tahlil qilingan. Shuningdek, intellektual faoliyat samaradorligini oshirishda individual-psixologik xususiyatlar, ta'lim motivatsiyasi, mustaqil fikrlash va refleksiv ko'nikmalarning ahamiyatiga alohida e'tibor qaratilgan. Maqolada talabalarning intellektual salohiyatidan samarali foydalanish, o'quv faoliyatini to'g'ri tashkil etish va psixologik jihatdan qulay ta'lim muhitini yaratish intellektual faoliyatni optimallashtirishning muhim shartlari sifatida asoslangan.

**Kalit so'zlar:** intellektual faoliyat, talaba, psixologik determinant, motivatsiya, tafakkur, refleksiya, o'zini o'zi boshqarish, bilish faolligi, emotsional barqarorlik.

### ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ДЕТЕРМИНАНТЫ ОПТИМИЗАЦИИ ИНТЕЛЛЕКТУАЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ СТУДЕНТОВ

**Аннотация.** В данной статье научно-теоретически анализируются психологические детерминанты оптимизации интеллектуальной деятельности студентов. Рассматриваются такие психологические факторы, как мотивация, внимание, память, мышление, эмоциональная устойчивость, саморегуляция и рефлексия, влияющие на эффективность интеллектуальной деятельности. Также обоснованы методологические подходы, способствующие повышению познавательной активности студентов, развитию самостоятельного мышления и оптимизации их интеллектуального потенциала в процессе высшего образования. Проанализированы психологические факторы, влияющие на интеллектуальную деятельность студентов, такие как когнитивные процессы, мотивация, внимание, память, мышление, творческие способности, эмоциональное состояние и саморегуляция. Особое внимание уделено значению индивидуально-психологических особенностей, учебной мотивации, самостоятельного мышления и рефлексивных навыков в повышении эффективности интеллектуальной деятельности. В статье обосновано, что эффективное использование интеллектуального потенциала студентов, правильная организация учебной деятельности и создание психологически благоприятной образовательной среды являются важными условиями оптимизации интеллектуальной деятельности.

**Ключевые слова:** интеллектуальная деятельность, студент, психологическая детерминанта, мотивация, мышление, рефлексия, саморегуляция, познавательная активность, эмоциональная устойчивость.

### PSYCHOLOGICAL DETERMINANTS OF OPTIMIZING INTELLECTUAL ACTIVITY IN STUDENTS

**Abstract.** This article provides a scientific and theoretical analysis of the psychological determinants of optimizing students' intellectual activity. It examines psychological factors such as motivation, attention, memory, thinking, emotional stability, self-regulation and reflection that influence the effectiveness of intellectual activity. The article also substantiates methodological approaches aimed at increasing students' cognitive activity, developing independent thinking and optimizing their intellectual potential in higher education. The article analyzes psychological factors influencing students' intellectual activity, including cognitive processes, motivation, attention, memory, thinking, creative abilities, emotional state, and self-regulation. Particular attention is paid to the importance of individual psychological characteristics, learning motivation, independent thinking, and reflective skills in enhancing the effectiveness of intellectual

activity. The article substantiates that the effective use of students' intellectual potential, proper organization of learning activities, and creation of a psychologically supportive educational environment are important conditions for optimizing intellectual activity.

**Keywords:** intellectual activity, student, psychological determinant, motivation, thinking, reflection, self-regulation, cognitive activity, emotional stability.

Kirish. Bugungi kunda oliy ta'lim tizimida raqobatbardosh, mustaqil fikrlaydigan, kreativ yondashuvga ega va intellektual salohiyati yuqori bo'lgan mutaxassislarni tayyorlash dolzarb vazifalardan biri hisoblanadi. Zamonaviy jamiyatda bilimlar hajmining tez sur'atlar bilan ortib borishi, axborot texnologiyalarining ta'lim jarayoniga keng kirib kelishi hamda kasbiy faoliyatga qo'yilayotgan talablarning murakkablashuvi talabalarning intellektual faoliyatini samarali tashkil etishni taqozo etadi.

Intellektual faoliyat insonning bilish jarayonlari, fikrlash operatsiyalari, muammoli vaziyatlarni hal qilish, tahlil qilish, umumlashtirish, xulosa chiqarish va ijodiy qaror qabul qilish qobiliyatlari bilan uzviy bog'liqdir. Talabalarda mazkur faoliyatning samarali kechishi faqat bilim hajmiga emas, balki psixologik omillar tizimiga ham bevosita bog'liq. Ayniqsa, ichki motivatsiya, maqsadga yo'naltirilganlik, diqqatning barqarorligi, xotiraning mahsuldorligi, tafakkurning moslashuvchanligi, emotsional barqarorlik va o'zini o'zi boshqarish kabi determinantlar intellektual faoliyatni optimallashtirishda muhim ahamiyat kasb etadi. Intellektual faoliyat murakkab psixologik jarayon bo'lib, unda tafakkur, diqqat, xotira, idrok, tasavvur, muammoli vaziyatlarni hal etish va qaror qabul qilish kabi kognitiv jarayonlar o'zaro bog'liq holda namoyon bo'ladi. Ushbu jarayonlarning samaradorligi esa talabaning motivatsiyasi, hissiy holati, individual-psixologik xususiyatlari, o'zini o'zi boshqarish qobiliyati va refleksiv ko'nikmalari bilan chambarchas bog'liq. Demak, intellektual faoliyatni faqat bilimlarni o'zlashtirish jarayoni sifatida emas, balki shaxsning kognitiv, motivatsion va irodaviy imkoniyatlarini birlashtiruvchi murakkab faoliyat sifatida qarash maqsadga muvofiq.

Talabalik davri shaxsning intellektual va kasbiy rivojlanishida muhim bosqich bo'lib, bu davrda mustaqil fikrlash, ilmiy izlanish olib borish, o'z faoliyatini rejalashtirish va nazorat qilish kabi ko'nikmalar faol shakllanadi. Ta'lim jarayonida talabaning o'z imkoniyatlarini to'g'ri baholashi, o'quv maqsadlarini belgilashi, vaqt va intellektual resurslarini samarali taqsimlashi uning o'quv faoliyati natijalariga bevosita ta'sir ko'rsatadi. Shu nuqtayi nazardan, intellektual faoliyatni optimallashtirishda psixologik determinantlarning o'rnini aniqlash alohida ahamiyatga ega.

Shuningdek, zamonaviy ta'lim jarayonida talabalardan tayyor axborotni o'zlashtirish bilan cheklanib qolmasdan, uni tahlil qilish, taqqoslash, umumlashtirish, tanqidiy baholash va yangi g'oyalarni ilgari surish talab etilmoqda. Bunday talablar talabaning intellektual faolligini rivojlantirish bilan bir qatorda, uning ichki motivatsiyasi, ijodiy salohiyati va o'zini o'zi boshqarish mexanizmlarini takomillashtirishni ham taqozo etadi.

Mavzuning dolzarbligi. Talabalarning intellektual faoliyatini optimallashtirish masalasi oliy ta'lim sifatini oshirish, shaxsning kasbiy kompetentligini rivojlantirish hamda innovatsion fikrlashni shakllantirish bilan chambarchas bog'liq. Bugungi ta'lim jarayoni talabadan tayyor bilimlarni o'zlashtirishnigina emas, balki ularni mustaqil tahlil qilish, amaliyotga tatbiq etish, muammoli vaziyatlarda to'g'ri qaror qabul qilish va yangi g'oyalar yaratishni talab qiladi.

Mazkur mavzuning dolzarbligi shundaki, ko'plab talabalar o'quv faoliyati davomida intellektual zo'riqish, motivatsiya pasayishi, diqqatning tarqoqligi, axborot yuklamasining ortishi, emotsional charchoq va o'zini boshqarishdagi qiyinchiliklarga duch keladilar. Bunday holatlar ularning bilimlarni chuqur o'zlashtirishiga, mustaqil fikrlashiga va kasbiy rivojlanishiga salbiy ta'sir ko'rsatadi. Shu sababli talabalarda intellektual faoliyatni optimallashtirishning psixologik determinantlarini aniqlash va ularni ilmiy asosda rivojlantirish muhim nazariy hamda amaliy ahamiyatga ega. Talabalarning intellektual faoliyati bir qator psixologik jarayon va omillarning o'zaro ta'siri asosida shakllanadi. Xususan, diqqatning barqarorligi, xotiraning samaradorligi, tafakkurning rivojlanganligi, ijodiy qobiliyatlar, o'quv motivatsiyasi, hissiy holat va o'zini o'zi boshqarish xususiyatlari intellektual faoliyatning natijadorligiga bevosita ta'sir ko'rsatadi. Mazkur omillarning bir-biri bilan uyg'unlashuvi talabaning o'quv topshiriqlarini bajarishi, ilmiy izlanish olib borishi va murakkab vaziyatlarga moslashish imkoniyatlarini belgilaydi.

Mavzuning dolzarbligi, avvalo, talabalarning individual-psixologik xususiyatlarini hisobga olgan holda ularning intellektual imkoniyatlarini ro'yobga chiqarish zarurati bilan belgilanadi. Har bir talabaning bilish faoliyati, motivatsiyasi, fikrlash uslubi, o'zini baholashi va o'zini o'zi boshqarish darajasi turlicha bo'lib, ta'lim jarayonini ushbu farqlarni hisobga olgan holda tashkil etish yuqori samaradorlikni ta'minlashga xizmat qiladi. Shu jihatdan, intellektual faoliyatni optimallashtirishda individual yondashuvning psixologik imkoniyatlarini aniqlash muhim ahamiyatga ega.

Bundan tashqari, zamonaviy axborot-ta'lim muhitida talabalarning katta hajmdagi ma'lumotlar bilan ishlashi, ularni saralashi va tahlil qilishi zarurati ortib bormoqda. Bunday sharoitda diqqatni boshqarish, axborotni tez va mazmunli qayta ishlash, tanqidiy hamda ijodiy fikrlash, vaqtni to'g'ri taqsimlash va hissiy zo'riqishni boshqarish kabi ko'nikmalar alohida ahamiyat kasb etadi. Mazkur jarayonlarda psixologik determinantlarni hisobga olish talabalarning intellektual faoliyatini samarali tashkil etish uchun zarur shartlardan biridir.

Adabiyotlar tahlili. Psixologiya fanida intellektual faoliyat muammosi ko'plab olimlar tomonidan o'rganilgan. L.S. Vigotskiy intellektual rivojlanishni ijtimoiy muhit va ta'lim jarayoni bilan bog'liq holda talqin etgan. Uning fikricha, shaxsning bilish jarayonlari muloqot, faoliyat va ijtimoiy tajriba asosida rivojlanadi. Bu yondashuv talabalarning intellektual salohiyatini shakllantirishda ta'lim muhiti va pedagogik ta'sir muhim ekanligini ko'rsatadi.

J. Piaget intellektual rivojlanishni bosqichma-bosqich kechuvchi kognitiv jarayon sifatida izohlagan. Uning qarashlariga ko'ra, shaxs tafakkuri muhit bilan faol o'zaro ta'sir jarayonida rivojlanadi. Talabalik davrida esa abstrakt, mantiqiy va tanqidiy fikrlashning rivojlanishi intellektual faoliyat samaradorligini belgilaydi.

A.N. Leontyev faoliyat nazariyasida intellektual jarayonlarni shaxs faoliyati, ehtiyojlari va motivlari bilan bog'liq holda tushuntirgan. Bu nuqtayi nazardan qaralganda, talabani intellektual faolligi uning o'quv motivatsiyasi, maqsadlari va shaxsiy ehtiyojlari bilan belgilanadi.

S.L. Rubinshteyn esa tafakkurni faol muammoli vaziyatni hal etish jarayoni sifatida baholagan. Uning yondashuvi intellektual faoliyatni faqat bilimlarni eslab qolish emas, balki ularni qayta ishlash, tahlil qilish va yangi xulosalar chiqarish jarayoni sifatida tushunishga imkon beradi.

O'zbekiston psixolog olimlaridan E.G'. G'oziyev, V.M. Karimova, M.G'. Davletshin, Sh.R. Baratov va Z.T. Nishanova ilmiy ishlarida shaxsning bilish jarayonlari, tafakkuri, motivatsiyasi, kasbiy shakllanishi va ta'lim jarayonidagi psixologik xususiyatlari keng yoritilgan. Ushbu ilmiy yondashuvlar talabalarda intellektual faoliyatni optimallashtirishda milliy ta'lim muhiti, shaxsiy faollik va psixologik tayyorgarlikni hisobga olish zarurligini asoslaydi.

Muhokama. Talabalarda intellektual faoliyatni optimallashtirish murakkab va ko'p omilli psixologik jarayon hisoblanadi. Bu jarayonda birinchi navbatda motivatsiya muhim o'rin tutadi. Ichki motivatsiyaga ega talaba bilim olishni tashqi majburiyat sifatida emas, balki shaxsiy rivojlanish vositasi sifatida qabul qiladi. Bunday talabalarda mustaqil izlanish, savol berish, tahlil qilish va yangilik yaratishga intilish kuchli bo'ladi.

Ikkinchi muhim determinant — diqqat va xotira jarayonlaridir. Talabani o'quv materialini chuqur o'zlashtirishi diqqatning barqarorligi, taqsimlanishi va jamlanish darajasiga bog'liq. Xotira esa bilimlarni saqlash, qayta tiklash va amaliy vaziyatlarda qo'llash imkonini beradi. Shuning uchun intellektual faoliyatni optimallashtirishda diqqatni rivojlantirish, ma'lumotlarni mantiqiy guruhlash va assotsiativ eslab qolish usullaridan foydalanish samarali hisoblanadi.

Uchinchi determinant tafakkur jarayonidir. Talabalarda tanqidiy, ijodiy va mantiqiy tafakkurni rivojlantirish intellektual faoliyat samaradorligini oshiradi. Ayniqsa, muammoli ta'lim, keys-stadi, bahs-munozara, loyiha asosida o'qitish va mustaqil tadqiqot topshiriqlari tafakkurni faollashtiruvchi omillar sifatida namoyon bo'ladi.

To'rtinchi determinant emotsional barqarorlikdir. Talabani stressga chidamliligi, o'ziga ishonchi, xavotir darajasi va emotsional holati intellektual faoliyatga bevosita ta'sir qiladi. Kuchli xavotir yoki emotsional beqarorlik diqqatning pasayishiga, fikrlashning sekinlashishiga va o'quv samaradorligining kamayishiga olib kelishi mumkin.

Beshinchi determinant o'zini o'zi boshqarish va refleksiya. Talaba o'z faoliyatini rejalashtira olsa, vaqtni to'g'ri taqsimlasa, bilim olish jarayonini nazorat qilsa va natijalarini tahlil qila olsa, uning intellektual faoliyati yuqori samaradorlikka ega bo'ladi. Refleksiya esa talabani o'z xatolarini anglash, ulardan xulosa chiqarish va keyingi faoliyatini takomillashtirishga yordam beradi.

1-jadval

| No | Psixologik determinant | Mazmuni                                                | Intellektual faoliyatga ta'siri                                   | Rivojlantirish usullari                               |
|----|------------------------|--------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------|
| 1  | Motivatsiya            | Bilim olishga ichki ehtiyoj va qiziqish                | O'quv faolligini oshiradi, mustaqil izlanishga undaydi            | Rag'batlantirish, maqsad qo'yish, kasbiy yo'naltirish |
| 2  | Diqqat                 | O'quv materialiga ongli ravishda jamlanish             | Ma'lumotni to'g'ri qabul qilish va qayta ishlashni ta'minlaydi    | Konsentratsiya mashqlari, muammoli topshiriqlar       |
| 3  | Xotira                 | Bilimlarni saqlash va qayta tiklash jarayoni           | O'zlashtirilgan bilimlarni amaliyotda qo'llashga yordam beradi    | Mantiqiy eslab qolish, klaster, assotsiatsiya         |
| 4  | Tafakkur               | Tahlil qilish, solishtirish, umumlashtirish qobiliyati | Mustaqil va tanqidiy fikrlashni rivojlantiradi                    | Keys-stadi, munozara, loyiha metodi                   |
| 5  | Emotsional barqarorlik | Stress va xavotirni boshqarish qobiliyati              | Intellektual zo'riqishni kamaytiradi                              | Relaksatsiya, psixologik trening, qo'llab-quvvatlash  |
| 6  | O'zini o'zi boshqarish | Faoliyatni rejalashtirish va nazorat qilish            | Vaqtdan samarali foydalanish va natijani oshirishga xizmat qiladi | Reja tuzish, monitoring, o'zini baholash              |
| 7  | Refleksiya             | O'z faoliyatini anglash va tahlil qilish               | Xatolarni tuzatish va rivojlanish strategiyasini belgilaydi       | Refleksiv esse, portfoliolar, tahliliy suhbat         |

Metodologik jadval tahlili.

Jadvaldan ko'rinadiki, talabalarda intellektual faoliyatni optimallashtirish birgina kognitiv jarayonlar bilan cheklanmaydi, balki motivatsion, emotsional, irodaviy va refleksiv omillar bilan ham uzviy bog'liqdir. Motivatsiya intellektual faoliyatning boshlang'ich harakatlantiruvchi kuchi bo'lsa, diqqat va xotira bilimlarni o'zlashtirishning asosiy psixik mexanizmlari sifatida namoyon bo'ladi.

Tafakkur esa talabani bilimlarni qayta ishlashi, muammoli vaziyatlarni hal qilishi va yangi g'oyalar ishlab chiqishida muhim ahamiyatga ega. Emotsional barqarorlik talabani stressli vaziyatlarda ham intellektual faoliyatni izchil davom ettirishiga yordam beradi. O'zini o'zi boshqarish va refleksiya esa intellektual faoliyatni ongli, maqsadli va samarali tashkil etish imkonini beradi.

Metodologik jihatdan qaralganda, ushbu determinantlarni rivojlantirish uchun ta'lim jarayonida interfaol metodlar, psixologik treninglar, mustaqil izlanish topshiriqlari, muammoli vaziyatlar, loyiha ishlari va refleksiv tahlil usullaridan foydalanish maqsadga muvofiqdir. Bu esa talabalarning nafaqat bilim darajasini, balki ularning intellektual mustaqilligi,

ijodiy fikrlashi va kasbiy tayyorgarligini ham oshiradi.

Xulosa. Talabalarda intellektual faoliyatni optimallashtirish oliy ta'lim jarayonining muhim psixologik-pedagogik vazifalaridan biridir. Intellektual faoliyat samaradorligi motivatsiya, diqqat, xotira, tafakkur, emotsional barqarorlik, o'zini o'zi boshqarish va refleksiya kabi psixologik determinantlar bilan belgilanadi. Ushbu determinantlarning har biri talabani bilim olish jarayonida faol ishtirok etishi, mustaqil fikrlashi, muammolarni hal qilishi va kasbiy kompetentligini shakllantirishda muhim rol o'ynaydi.

Tahlillar shuni ko'rsatadiki, talabalarining intellektual faoliyatini optimallashtirish uchun ta'lim jarayonida shaxsga yo'naltirilgan, faoliyatga asoslangan va refleksiv yondashuvlardan foydalanish zarur. Shuningdek, talabalarda ichki motivatsiyani rivojlantirish, emotsional barqarorlikni mustahkamlash, mustaqil fikrlashga undash va o'zini o'zi boshqarish ko'nikmalarini shakllantirish intellektual salohiyatni oshirishning muhim shartidir.

Demak, talabalarda intellektual faoliyatni optimallashtirishning psixologik determinantlarini chuqur o'rganish va amaliyotga tatbiq etish oliy ta'lim sifatini oshirish, raqobatbardosh kadrlar tayyorlash va shaxsning har tomonlama rivojlanishini ta'minlashga xizmat qiladi. Talabalarining individual-psixologik xususiyatlarini hisobga olish intellektual faoliyatni optimallashtirishning muhim shartlaridan biridir. Har bir talabani fikrlash uslubi, qiziqishi, o'quv motivatsiyasi, o'ziga bo'lgan ishonchi va intellektual imkoniyatlari o'ziga xos bo'lgani sababli, ta'lim jarayonida individual yondashuvdan foydalanish muhim ahamiyat kasb etadi. Bunday yondashuv talabani mavjud imkoniyatlarini to'liq namoyon etishi va o'z intellektual salohiyatini rivojlantirishiga yordam beradi.

Shuningdek, psixologik jihatdan qulay ta'lim muhitini yaratish, talabalarining mustaqil fikrlashini qo'llab-quvvatlash, refleksiv ko'nikmalarini rivojlantirish va ichki motivatsiyasini kuchaytirish intellektual faoliyat samaradorligini oshirishga xizmat qiladi. O'quv jarayonida muammoli va ijodiy topshiriqlardan foydalanish, mustaqil ta'limni rag'batlantirish hamda talabani o'z faoliyatini tahlil qilishiga imkon yaratish uning intellektual faolligini yanada kuchaytiradi.

Umuman olganda, talabalarda intellektual faoliyatni optimallashtirish uchun kognitiv jarayonlar, motivatsiya, hissiy holat, o'zini o'zi boshqarish va individual-psixologik xususiyatlarni kompleks tarzda hisobga olish zarur. Mazkur psixologik determinantlarning uyg'un rivojlanishi talabalarining intellektual salohiyatini samarali ro'yobga chiqarish, o'quv faoliyati natijadorligini oshirish hamda kelajakdagi kasbiy faoliyatga psixologik jihatdan tayyorligini ta'minlash uchun muhim asos bo'lib xizmat qiladi.

#### **Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati**

- [1] Vigotskiy L.S. Psixologiya razvitiya cheloveka. — Moskva: Smisl, 2005.
- [2] Leontyev A.N. Deyatel'nost. Soznanie. Lichnost. — Moskva: Politizdat, 1975.
- [3] Rubinshteyn S.L. Osnovi obshchey psixologii. — Sankt-Peterburg: Piter, 2002.
- [4] Piaget J. Psychology of Intelligence. — London: Routledge, 2001.
- [5] Bandura A. Social Learning Theory. — New Jersey: Prentice Hall, 1977.
- [6] G'oziyev E.G'. Umumiy psixologiya. — Toshkent: O'zbekiston faylasuflari