

37.
A 15

Shahzoda ABDURAIMOVA
Muhammad ABDULLAYEV
Saidmurodxon MUYDINOV





MNE MO NIKA

YOD OLISH SAN'ATI



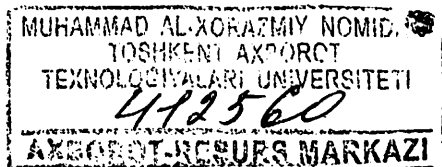
Xotirani charxlashni
o'rganish yangi ilmlarni
o'zlashtirishning asosiy
shartlaridan biridir

Shahzoda Abduraimova
Muhammad Abdullayev
Saidmurodixon Muydinov

 **MNE**
MO 
NIKA

YOD OLISH SAN'ATI

Qayta nashr



Toshkent
«Akademnashr»
2023

UO'K: 159.953.4

KBK: 88

A 15

A 15

Abduraimova, Sh., Abdullayev, M., Muydinov, S.

Mnemonika: yod olish san'ati [Matn] / Sh.Abduraimova, M.Abdullayev, S.Mo'ydinov. – Toshkent: «Akademnashr», 2023. – 144 b.

ISBN 978-9943-8518-4-9

UO'K: 159.953.4

KBK: 88

Qadimgi yunonlar ko'plab ma'lumotlarni yod olish uchun tasavvurdagi obrazlardan foydalanish mumkinligini aniqlashgan va shunday texnikalarni o'rganuvchi fanni mnemonika deb atashgan. Ushbu kitobda «super» xotirali insonlar sirlari, mnemotexnika turlari, ularni raqamli, matnli ma'lumotlarni, odamlarning ism-shariflari va boshqa kerakli ma'lumotlarni, tarixiy sanalarni eslab qolishda qo'llash usullari, xorijiy tillarni to'g'ri o'rganish yo'llari bayon qilingan. Bu bilimlar o'quvchilarning turli fanlarni o'zlashtirishlari, xorijiy tillarni oson o'rganishlarida qo'l keladi. Kitobga tegishli telegram bot orqali qo'shimcha ma'lumotlar va mashq materiallarini doimiy ravishda bepul olib turishingiz, mualliflarga o'z savollaringizni yo'llashingiz mumkin. Mualliflar haqida kitob muqovasining orqa tomonida batafsil ma'lumot berilgan.

ISBN 978-9943-8518-4-9

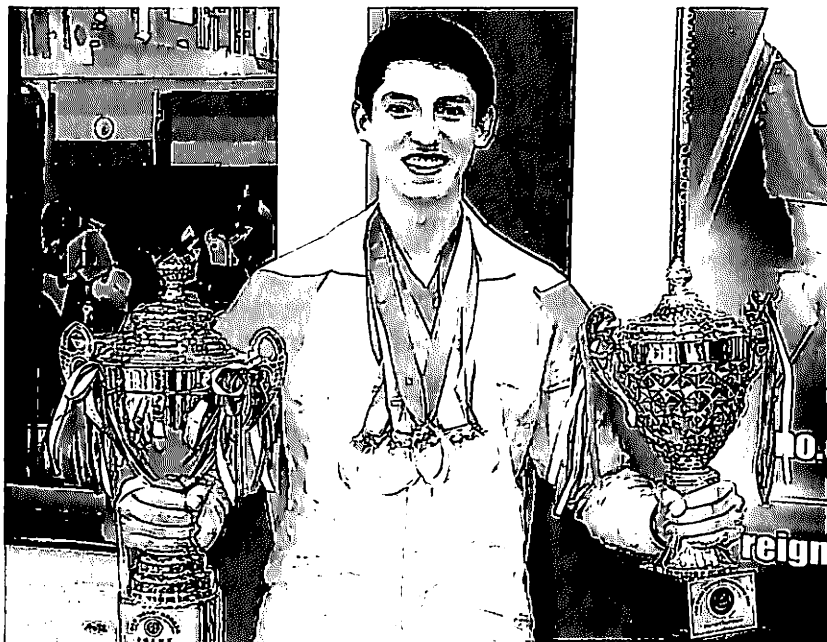
© Sh.Abduraimova, M.Abdullayev, S.Muydinov

«Mnemonika: yod olish san'ati»

© «Akademnashr» 2023

MUNDARIJA

Kirish	7
Yo'qotilgan muloqot tili	16
Ijodkorlik yoxud robot qilolmaydigan ish... ..	19
«Qachonlardir bo'lib o'tgan voqea» yoxud integratsiya va zanjir usuli	24
«Tasavvurim ishlamay qolyapti. Nima qilsam bo'ladi?» yoxud kreativlikni oshirish	31
«Xotira saroyi» va uning turli xil nomlari	33
Maxsus obrazlar sistemasi (MOS)ni yaratish va raqamli ma'lumotlarni yod olish	47
MOS qanday tuziladi?	55
Major sistemasiga misol	58
Yodlash jarayoni	62
POA sistemasini tuzish	66
Millenium sistemasi	79
ShBHni tanlash qoidalari.....	80
Tarixiy sanalar bilan ishlash va dunyo rekordchisi ishlatadigan maxsus usul.....	84
Matnlarni eslab qolish.....	90
O'yin kartalari – zararli qurol yoki xotira trenajyori	98
Xorijiy tillarni o'rganishda mnemonika.....	108
O'qib tushunish	118
Eshitib tushunish	126
So'zlay olish va grammatika	128
«Ega va kesim qayerga ketib qoldi?»	131
«Nimani gapiraman?»	131
«Kim bilan gaplashaman?».....	132
«Sho'ng'ing!»	132
Yuz va ismlarni eslab qolish	133
Texnikani ishlatishning oltin qoidalari	137
«Voy, tugadimi?» yoxud so'z oxirida.....	143



To the youth of Uzbekistan:

See their world, learn their secrets and have fun with them. You will be able to do a lot more than you think possible now, it's just a matter of time and training.

Andrea Muzii

«To the youth of Uzbekistan: join our world, learn mnemonics and have fun with them. You will be able to do a lot more than you think possible now. It's just a matter of time and training».

«O'zbekiston yoshlariga: bizning safimizga qo'shiling, mnemonikani o'rganing va undan zavq oling. Hozir tasavvur qilganingizdan ham ko'ra ko'proq imkoniyatlarga ega bo'lasiz. Hamma gap vaqt ajratish va mashq qilishda».

Andrea Muzii, italiyalik mnemonist. Jahonning 1-raqamli sportchisi, jahon chempioni, dunyo bo'yicha «Xotira oltin-grossmeysteri» unvoniga sazovor bo'lgan birinchi inson



Shohruh-Mirzo Rahmonov – Umumjahon Xotira chempionatida
O‘zbekistondan qatnashgan birinchi sportchi

«Mnemonikaga qilingan investitsiya doim o‘zini oqlaydi. Shuning uchun bu O‘zbekiston yoshlari o‘qishi va uqishi kerak bo‘lgan kitoblardan biri deb o‘ylayman, kitob mualliflari Muhammad «Ali» va Shahzodani tabriklayman. Kitob ularning tinimsiz mehnatlari, o‘z ustida ishlashlari va iqtidori mahsuli deb bilaman. Ishonchim komilki, ushbu kitob O‘zbekistonda mnemonika-ning yanada rivojlanishiga olib keladi».

Shohruh-Mirzo Rahmonov – O‘zbekistonning birinchi mnemonisti. Xotira bo‘yicha Umumjahon Xotira chempionatida qatnashgan birinchi o‘zbek fuqarosi. Xotira bo‘yicha Jahon chempionatiga arbitr sifatida qabul qilingan yagona o‘zbekistonlik inson. «Mukammal xotira» va shu kabi xotirani rivojlantirish bo‘yicha bir necha kitoblar muallifi

Ushbu kitob hayotida bir marotaba bo'lsa ham muzlatgichni nima uchun ochganini yodidan chiqarib qo'ygan; do'konga non olish uchun kirib, nondan boshqa hamma narsani ko'tarib chiqqan; bir necha yil imtihondan yiqilib, keyingi kirish imtihonlarini qalbida qo'rquv bilan kutib yurgan; davrada o'zaro suhbatlashib turgan insonining ismini eslash uchun: «Ishqilib, kimdir ismini aytib chaqirsin-da» deb turadigan; uy uchun nimadir sotib olishi kerakligini uyga kirgandan keyin eslaydigan; telefoni qo'lida turib, uni vahima bilan qidirib yuradigan va besh yildan beri ingliz tilini o'rgansa ham, inglizcha film tomosha qilganda hech narsani tushunmaydigan odamlarning mushkulini yengil qilish uchun yozildi.

P.S. Orzusi yo'lida tinimsiz izlanuvchi, intiluvchi insonlar uchun.

P.P.S. Bizni kitob yozishga ilhomlantirgan, hayot o'z tashvishlarimiz bilan band qilib qo'yganda sabr bilan kutgan, barchamizdan ko'proq mehnati singgan bo'lsa-da, doimgidek kamtarlik qilib turgan hamkasbimiz Shahzoda Abdulatif qiziga o'z minnatdorchiligimizni bildiramiz!

Kirish

Assalomu alaykum, hurmatli kitobxon! Siz bilan kitobimizning ikkinchi nashrida yuzma-yuz kelib turganimizdan nihoyatda mamnunmiz. Birinchi tiraj biz o'ylagandan ham tez sotilib, tugab qoldi. Ilmga bo'lgan qiziqishingiz uchun sizga rahmat! Qo'lingizdagi kitob, 1-nashrdan farqli o'laroq, to'ldirilgan va qayta ishlangan. Bundan tashqari, kitobning telegram bot sahifasida yana qo'shimcha amaliy mashqlar mavjud. Savol, taklif va mulohazalaringizni instagram sahifamizda yoki bot orqali qoldirishingiz mumkin. Ayniqsa, kitob haqidagi fikringiz bilan o'rtoqlashing – sizning fikringiz biz uchun juda muhim.

Sizga maroqli mutolaa tilaymiz, omad yor bo'lsin, hayotda erishayotgan yutuqlaringiz yanada salmoqli bo'laversin! Hurmat bilan mualliflar: Shahzoda, Muhammad («Ali») va Saidmurod!

Hurmatli kitobxon!

Ushbu kitobni yozishni va millatdoshlarimizning ilm olish yo'lidagi mashaqqatlarini kamaytirishni o'zimizning farzandlik burchimiz deb bildik. Alloh bizning shu millat farzandi bo'lib tug'ilishimizni va shaxsiy ehtiyojlarimizga ko'ra mnemonika sohasi bilan yuzlashuvimizni taqdir qilibdimi, bu kitobni qo'lingizda tutib turishingiz ham bejiz emasdir, balki.

Biz 2020-yilda tajriba va bilimlarimizni qog'ozga tushirishni boshladik. Lekin dunyoni larzaga keltirgan voqealar bizning hayotimizni ham chetlab o'tmadi. Shu muddat davomida biz o'zgardik, qo'lyozmalarimiz ham qayta yozilaverdi. Gapimizga ishonib, qadrdon millatdoshim, hatto hozir ham «Yana qaysi joyini to'ldirsam kitobxonga yengilroq bo'larkan?» degan o'y bilan qo'lyozmalarimizni nashriyotga taqdim etmoqdamiz.

Ushbu kitobni yuzlab, minglab ajdodlarining mar-donavor kurashi evaziga millat sifatida saqlanib kelayotgan o'zbek xalqi uchun yozdik. Toki o'zbekman degan har bir inson o'z maqsadlariga tezroq erishsin, baxtliroq bo'lsin, pul uchun beli bukilmasin va boshqa millat oldida boshi egilmasin.

Uy zulmatdan xoli bo'lishi uchun g'ishtlari olovdan bo'lishi shart emas – shamchiroqning shu'lasini porlashi kifoya. Millat taraqqiy etishi uchun o'ttiz million daho kerakmas, har o'ntaga yo'l-yo'riq ko'rsata oladigan uch million «millat shamchiroqlari» yetarli. Kitobdagi bilimlar hayotingizni yaxshi tomonga o'zgartira olsa, uni o'sha «uch millionlik jamoa»ga qo'shilish ofertasi deb hisoblayvering.

Tayyormisiz?

Kitobdagi ma'lumotlar nechog'lik sinalgan?

World Rankings

Uzbekistan

Rank	Competitor	Country	Average	Score 1	Score 2	Score 3
1	305	MUKHAMMAD ABDULLAEV	2014	2014		
2	334	DOVRANBEK TURDIEV	1909	1909		
3	1446	FIRDAVS ANORBOEV	343	343		
4	1520	MUYDINOV SAIDMURODKHON	268	268		

Mualliflardan ikki nafari haqida ma'lumot Xalqaro Xotira Assotsiatsiyasi saytiga kiritilgan. Muhammad Abdullayev xalqaro chempionatda ko'rsatgan natijasiga ko'ra o'zbekistonlik ishtirokchilar ro'yxatida 1-o'rinni egallagan. 2019-yilgi holat.

Manba: iam-stats.org

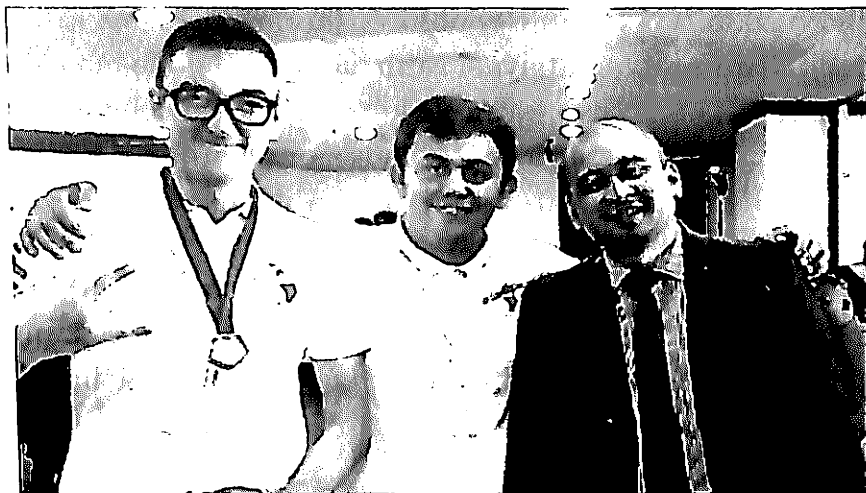
Qadrli kitobxon!

Bizga qolsa, ismimizni ham aytmay, kamtarona xizmat qilishni davom ettirgan bo'lardik. Lekin amaliyotda ko'rinyaptiki, odam ko'pchilikka foyda keltirishi uchun o'zini tanitishi lozim ekan. O'zimizga biroz erish tuyulsa-da, ushbu bo'limni marketing talablarini qondirish uchun yozishga ahd qildik. Agar Navoiy bobomizning «So'zchi holin boqma, boq so'z holini...» degan o'gitiga amal qiluvchilardan bo'lsangiz, o'qishni keyingi bobdan boshlashingiz mumkin.

Ushbu kitob UMSF (Uzbekistan Mind Sport Federation), ya'ni O'zbekiston Aqliy Sport Federatsiyasi bilan hamkorlikda yozilgan bo'lib, ushbu tashkilot 2019-yil 13-dekabr kuni tashkil etilgan. Biz mulohaza qiladigan bilimlar 2019-yilda 4 ta davlatga qilingan xizmat safa-



Shahzoda Abdulatif qizi va Yudi Lesmana O'zbekistonda bo'lib o'tgan birinchi mnemonika chempionatida arbitr sifatida. 2019-yil.



2019-yilda Filippinda bo'lib o'tgan Filippin milliy xotira chempionati.
O'ngdan chapga: Yudi Lesmana, Olimxon Baqoyev,
Muhammad «Ali» Abdullayev.

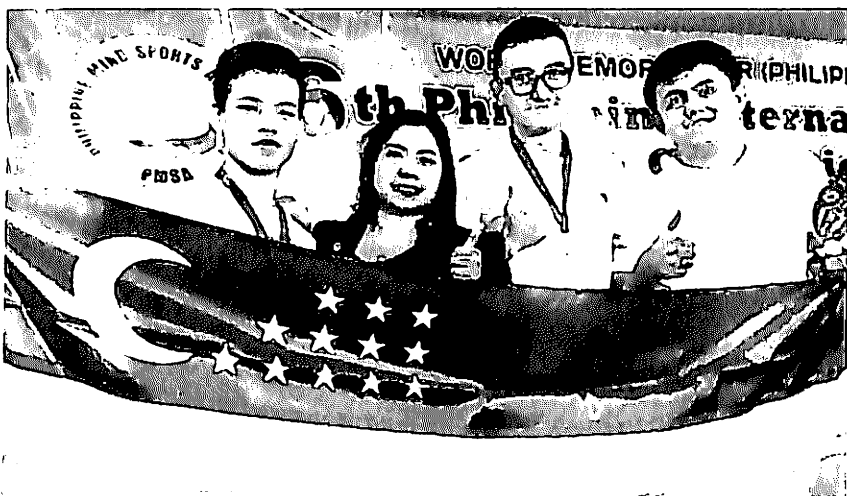
rimiz davomida, u yerdagi mentorlar bilan qilgan hamkorligimiz natijasida shakllandi. Ular:

Indoneziyalik xalqaro xotira grossmeysteri, xalqaro toifadagi arbitr Yudi Lesmana. Ko'plab chempionlarni, xotira ustalarini tayyorlagan ustoz. «Fil kabi eslab qolish» (Memorizing like an elephant) kitobi muallifi. Erishgan yutuqlari va shon-shuhratiga qaramay, o'ta kamtarin va xushfe'l inson. 2019-yilda Filippinda o'tgan Filippin milliy ochiq xotira chempionatida o'zbekistonlik qatnashchilarni tayyorlashda yordam bergan, Muhammad Abdullayev («Ali») «Eng zo'r yangi ishtirokchi» nominatsiyasida 1-o'rinni qo'lga kiritgan. 2019-yilda UMSF tomonidan o'tkazilgan chempionatda bosh arbitrlilik vazifasini bajargan.

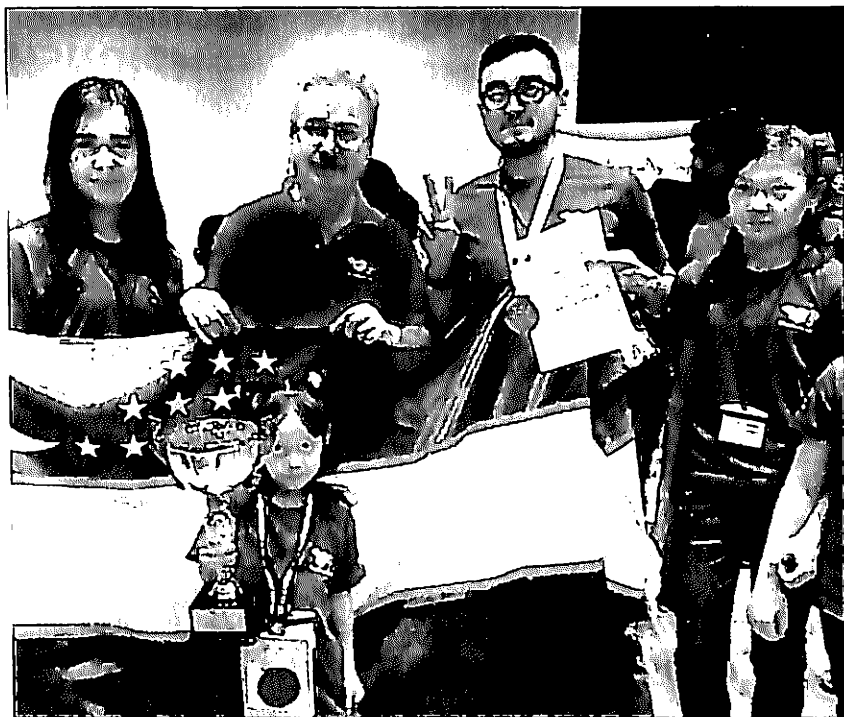
AB Bonita, «Brain Republic» o'quv markazi va Filipin Xotira Assotsiyatsiyasi rahbari. Kuchli jamoaga ega. Bolalar, o'smirlar va kattalar kategoriyasida sport ustalari va grossmeysterlar bor. Ma'lumot uchun, 2019-yilgi o'sha chempionatda 1-o'rinni Bonita jamoasidagi Ervin Balinez qo'lga kiritgan edi.

Malayziyada bo'lganimizda janob Justin va uning hamkorlari bilan mnemonika va mental arifmetikani ta'lim sohasiga tatbiq qilish bo'yicha tajriba almashganmiz. Shu ma'lumotlar asosida o'quvchilarimizni tayyorladik.

Malik Safi Duyar, Turkiya. Eslab qolish, mental arifmetika va tez o'qish bo'yicha o'tkaziladigan Memoriad Xalqaro Olimpiadasi asoschisi. O'zbekistonda mental arifmetika va mnemonikani rivojlantirishga katta hissa



AB Bonita O'zbekiston jamoasi bilan.
Filippin chempionatida arbitr sifatida. 2019-yil.



Memoriad-2019, Istanbul. Chapdan o'ngga: Hilola Xo'janazarova, Soliha (mental arifmetika), Malik Duyar, Muhammad Abdullayev, Sarvinoz (mental arifmetika va mnemonika).

qo'shgan inson. 2019-yili UMSF tomonidan o'tkazilgan mnemonika chempionatida hakamlik qilgan.

Federatsiya faoliyati boshlangan kundan hozirga qadar intellektual sport turlarini rivojlantirish bo'yicha ommaviy tadbirlar va yig'ilishlar, musobaqalar o'tkazib kelinmoqda. Ko'plab universitetlar (jumladan, Chirchiq davlat pedagogika universiteti, Jahon tillari universiteti, Iqtisodiyot universiteti) bilan memorandumlar tuzilib, talabalarni va ular orqali barcha yoshlarni qiziqti-

UMSA WORLD MEMORY TOUR 2019 ISLAMIYAT MEMORIAL CHAMPIONSHIP



O'zbekistonda UMSF tomonidan mnemonika bo'yicha o'tkazilgan birinchi rasmiy chempionat. 2019-yil dekabr oyi. Arbitrlar (o'ngdan chapga): Yudi Lesmana (Indoneziya), Vellon Chou (singapurlik grossmeyster), Malik Duyar (Turkiya).

Natijalar <http://global-memory.org/result.php?id=UZ2019> saytida bor.



«Muhammed Ramadan. Misrning eng kuchli mnemoatleti. IAM board vakili. Dunyoning Top 10 ta eng kuchli mnemonistlaridan biri, biz bilan doimiy o'z bilimlarini ulashib boruvchi do'stimiz».

rish maqsadida treninglar hamda seminarlar tashkil-
lashtirilmoqda.

Bundan tashqari, 2019-yilda O'zbekistonda birinchi marotaba 750 qatnashchini qamrab olgan mental arifmetika musobaqasi o'tkazildi. O'sha yili dekabr oyida xorijlik ekspertlarni hakam sifatida jalb etgan holda mnemosport musobaqasi ham tashkil qilindi. Quvonarlisi, ushbu musobaqada mnemonika sport ustalari yaxshi natijalarni qayd etishdi. Federatsiya tomonidan 3 kunlik (2021-yil iyun) intellektual lager tashkil qilingani, unda mehribonlik uyi bolalari qatnashib, foyda olganlari katta yutuq bo'ldi. Hozirgi kunda esa federatsiyamiz Ozbekiston jurnalistika va kommunikatsiyalar universiteti bilan tashkil qilgan «Shaxmat maktabi» ham faoliyat yuritib



Birinchi chempionatni o'tkazgan jamoa. 2019-yil.

kelmoqda. Yuqorida sanalganlardan kelib chiqib aytish mumkinki, federatsiyaning maqsadi bitta: O'zbekiston yoshlarining nafaqat jismoniy, balki aqliy sport bilan ham shug'ullanishlarini ta'minlash hamda yuqori natijalarga erishishida ko'mak berish.

Yo'qotilgan muloqot tili

Tasavvur qiling, siz-u biz bilmagan mamlakatdan kelgan bir professor amaki bor. U shunday qurilma ixtiro qilganki, inson miyasiga har qanaqa bilimni xuddi flesh-kaga fayl ko'chirgandek joylab qo'ya oladi. Lekin u siz umuman tushunmagan tilda so'zlayapti. Hatto Google ham bu qanday til ekanligini aniqlab berolmadi.

Soch-soqoli oppoq bu amaki xizmatga shay, jilmayib turibdi. Sizda shunday imkoniyat paydo bo'ldi: xohlagan bilimingizni qisqa muddatda o'zlashtirishingiz mumkin. Xorijiy tillar deysizmi, aniq yoki gumanitar fanlar deysizmi – farqi yo'q. Siz ingliz tilini puxta o'zlashtirib **IELTS** sertifikatini olmoqchiligingizni, **fransuz** tilini sevishingizni, **davlat imtihonlarini** ortiqcha qiyinchiliksiz topshirmoqchiligingizni aytyapsiz; telefon raqamlari, hisob raqamlari, shaxmat pozitsiyalari va yana ko'plab ma'lumotlarni miyangizga ko'chirib berishini so'rayapsiz. Lekin u amaki birorta ham gapingizga tushunmayapti. Qanchadan qancha imkoniyatlar yo'li ochiq, bilim quchoq ochib turibdi, ammo umumiy muloqot tili yo'qligi sizga to'siq bo'lyapti.

«Bu safsata! Hayotda bunaqasi bo'lmaydi!» – der-siz? Bo'ladi. Aniqroq aytsak, aynan sizning hayotingiz-da bo'lyapti. O'zingiz bilan cheksiz imkoniyatlar kaliti – mukammal xotirangizni olib yuribsiz. Faqat u bilan qaysi tilda «gaplashish» kerakligini bilmayapsiz.

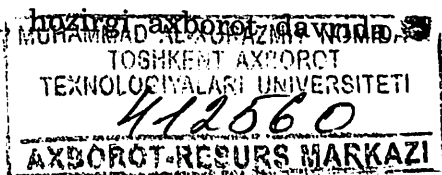
Xotirangiz imkoniyatlari deyarli cheksiz, lekin u har soniya tinmay kelayotgan axborot oqimidan qaysilarini yod olmoqchiligingizni tushunmayapti. Unga IELTS bir jahon-u, unga diplom bir jahon.

Boyagi amakidan biror naf olish uchun avval u bilan umumiy muloqot tili kerak bo'ladi. Keyin esa xohlagan-cha bilimlarni miyangizga «yuklab» ola bilasiz.

Xotiramizning yashirin imkoniyatlarini ishga solishda ham xuddi shu yechim ish beradi. Ya'ni oldin xotiramiz «tili»ni bilishimiz kerak. Uning qanday ishlashini tu-shunib olishimiz, kerakli ma'lumotni u tushunadigan «til»ga o'girishimiz zarur. Shundan keyingina uning yashirin imkoniyatlarini ishga sola olamiz.

Shiddat bilan o'zgarib borayotgan XXI asrda yangi bilimlarni egallashdagi sustkashlik va kutilmagan buri-lishlarga moslashish qobiliyati yetishmasligi eng dolzarb muammolardandir. Sohalar murakkablashib boryapti. Ular bilan bog'liq nazariy bilimlar borgan sari chuqur-lashib, tarmoqlarga ajralyapti. Ko'proq maosh olish va yaxshi ishda ishlash uchun har kuni kichik bo'lsa-da yangi bir narsa o'rganishga to'g'ri kelmoqda.

Bundan bir asr oldin kerakli ma'lumotni qidirib to-pish muammo bo'lgan bo'lsa, hozirgi axborot davrida



ma'lumot shu qadar ko'pki, uni esda tutish muammo bo'lib qoldi. Siz kun davomida barchadan tejab qolgan ikki soatgina erkin vaqtingizni dam olish, film tomosha qilish, oila va yaqinlaringiz bilan suhbat qilish uchun sarflashni xohlaysiz, terlab-pishib biror fanni o'rganish uchun emas.

Aynan shu sababdan ham eslab qolish bilan bog'liq muammolar yuzaga kelmoqda va asrlar davomida keraksiz bo'lib qolgan ko'nikma – tez eslab qolish imkoniyatlariga yana talab paydo bo'lmoqda. Endi tasavvur qilib ko'ring, o'rganish va yodlab qolish tezligingiz bir necha barobar ortdi. Boshqalar 3 kunda o'rganadigan ma'lumotni 2 soatda o'zlashtiryapsiz. Bunday qobiliyat shunchaki «5» bahoga o'qish uchun emas, balki o'z vaqtingizni o'zingiz istagandek sarflashga, o'z hayotingizni o'zingiz xohlagandek qurishga imkon yaratadi.

Biz Google dan qidirib topishingiz mumkin bo'lgan ma'lumotlarni «copy paste» qilgimiz kelmadi. Biror tayyor kitobni tarjima qilib, uni sizga sotishni ham ep ko'rmadik. Undan ko'ra o'z tajribamiz, ko'plab xato-yu qiyinchiliklarimiz va shodlig-u yutuqlarimiz mahsulini siz bilan baham ko'rishni istadik. Shu sababli ham mne-monika tarixiga ko'p to'xtalmaymiz. Oldi-qochdi gaplar va mnemonikaga aloqasi yo'q kishilarning ismlarini sanab chiqishga vaqt sarflamaymiz.

Qo'lingizdagi kitobda quyida keltirilgan muammolarga yechim topishga harakat qilinadi (hayotda hech bo'lmaganda ularning bittasi bilan to'qnash kelishingiz aniq):

1. Xorijiy tildagi so'zlarni yod olish.
2. Terminlarni yod olish.
3. Raqamli (sanalar, telefon raqamlari, pin-kodlar, seriya raqamlari va hokazo) ma'lumotlar.
4. Odamlar va ularning ism-shariflari (millatidan qat'i nazar).
5. Imtihonlarga tayyorlanishdagi qiyinchiliklar.
6. Kundalik hayotdagi parishonxotirlik.
7. Ijodkorlik qobiliyatini oshirish.
8. Matnli ma'lumotlar bilan ishlash muammolari.

Bundan tashqari, O'zbekiston Aqliy Sport Federatsiyasi (UMSF) faoliyati va eslab qolish bo'yicha o'tkaziladigan sport musobaqalari haqida ham gaplashamiz.

Qani, ketdik!

Ijodkorlik yoxud robot qilolmaydigan ish...

Agar Google qidiruv tizimiga «Tasavvur va bilim» deb yozsangiz, katta ehtimol bilan Albert Eynshteynning mashhur gapi chiqib keladi:

«Tasavvur bilimdan muhimroq. Bilimlar chegaraga ega, tasavvur esa butun dunyoni qamrab oladi, taraqqiyotga turtki bo'ladi, yuksalishga sabab bo'ladi».

Yaqin 5-10 yil ichida ko'pgina kasblar yo'qolib ketishidan xabaringiz bormi? Xalqaro Iqtisodiy Forum 2020-yilga kelib texnologiya rivojlanishi sababli yaqin yillarda 75 million kishi o'z ishidan ayrilishini taxmin

qilmoqda. Ro'yxatning «yetakchilari» quyidagi kasb vakillari:

- 1) buxgalterlar;
- 2) notariuslar;
- 3) kassirlar;
- 4) kuryerlar;
- 5) qorovullar;
- 6) haydovchilar;
- 7) kotiblar;
- 8) dori taqsimlovchilar;
- 9) bank xodimlari;
- 10) smetachilar.

Bu holga sabab aynan shu vazifalarni bajaruvchi dasturlar va jihozlar allaqachon ishga tushgani va rivojlangan davlatlarda tez sur'atlar bilan inson o'rnini egallab olayotganidir. Inson mehnatining sun'iy intellekt (SI)ga yuklatilishi jarayoni oddiy ishchidan rahbarga qarab siljib boradi.

Mabodo bu xabar sizga ishonarsizdek tuyulayotgan bo'lsa, texnika rivojlanishi sabab yo'q bo'lib ketgan kasblar haqida ma'lumot izlab ko'ring. Yo'q bo'lib ketgan, hatto siz ilgari eshitmagan yuzlab kasblar bilan tani-shishga muvaffaq bo'lasiz. Yozuvchi Oybekning (1905 – 1968) «Fanorchi ota» hikoyasidagi bosh qahramonning kasbi esingizdami? U ko'chalarga o'rnatilgan, moyli pili-lik yonishi hisobiga atrofni yoritadigan fonuslarni yoqib- o'chirish bilan shug'ullanadi. Hikoya so'ngida muallif yengilgina g'amginlik bilan: «Hozir shu fanorning o'rni-

da sim to'r bilan o'ralgan tuxumdan kattaroq elektr lampochkasi yonib turadi. Uning uchun na yoquvchi, na gurgurt, na moy kerak...» – deydi.

Hurmatli kitobxon, sizga bu haqda gapirishdan maqsad asosan ikkita. Avvalo, tanlagan kasbingizga befarq bo'lmang. Sizga hozir uzoq kelajakdek tuyulayotgan davr, aslida, boshlanib bo'ldi. Bu haqiqatni qancha erta qabul qilsangiz, shuncha yaxshi. Ikkinchi maqsad esa bu o'zgarishlarga osonroq moslashishingiz va muvaffaqiyatga erishishingiz uchun turtki bo'ladigan bebaho bir maslahatni sizga yetkazishdir.

Yaqin 10 – 15 yilda kompyuterlar va sun'iy intellekt bajara olmaydigan kasbni o'rganing.

Qanday qilib deysizmi? SI (sun'iy intellekt)dan bir necha yo'nalishda ustunligimiz bor. Ularning eng muhimi – ijodkorlik (kreativlik).

Kompyuterlar ma'lum bir algoritm (ketma-ketlik, qonuniyat, shartlar to'plami)ga bo'ysunadigan ishlarni, hisob-kitobni, ma'lumotlar analizini, takrorlanuvchan jarayonlarni puxta bajaradi. Lekin insonlar kabi biror yangi narsani yarata olmaydi. Shu sababdan ham oxirgi paytlarda korxonalar yangi xodimlarni diplom va sertifikatlariga qarab emas, ko'nikma va tasavvur qobiliyatiga qarab ishga olmoqda. Bu haqda gap ochishimizga sabab shuki, mnemotexnikadan foydalanish uchun yillar davomida «bolalik o'yinchog'i» sifatida qarab kelgan qurolimiz – tasavvurimizni jonlantirishimiz, ustidagi qalin chang qatlamini «kurab tashlashimiz»

lozim bo'ladi. Bu ishni bizga qo'yib bering, qadrli kitobxon... Keltiradigan misollarimiz sizga g'alati, g'ayritabiiy, hatto bachkanadek tuyulishi mumkin. Asosiysi, baho beruvchi rolidan ilmi tolib roliga qaytishni unut-mang.

Ijodkorlik o'zi nima? U tug'ma qobiliyatmi yoki ko'nikmami? Eng asosiy savol: xotiraga uning nima aloqasi bor? Xotiramizning tili bu – tasavvur. Agar e'tibor qilsangiz, biz ko'z oldimizga keltira oladigan har qanday ma'lumotni oson eslab qolamiz. Misol uchun, quyidagi holatni tasavvur qilib ko'ring:

«Oppoq xalatdagi doktor qo'lga kichikroq tarvuzni olib, bir urib yordi. Tarvuzning suvi oq xalatni qip-qizil qildi. Doktor qarasa, tarvuz ichida ilon tipirchilab yotibdi. Ilonning tishlari o'rnida gugurt cho'plari bor ekan».

Hayotda uchramaydigan, g'alati holat. Lekin matn-ni o'qish davomida uni bemalol tasavvur qildingiz deb o'ylayman. Yarim soat, bir soat o'tganidan keyin sizdan shu voqeani aytib berishingizni so'rasam, osonlik bilan buni uddalaysiz. Ana endi quyidagi so'zga e'tibor qiling:

«Dotarvilogug».

Shu so'zni o'qigan paytingizda nima ko'z oldingiz-ga keldi? Ishonchim komilki, hech nima. Xorijiy tilni o'rganayotganingizda siz uchun eng qiyin bosqichlar-dan biri bu – lug'at yodlash. Nega shundayligini hech o'ylab ko'rganmisiz? Chunki yangi so'z bizning tasav-vurimizda to'g'ridan to'g'ri gavdalanmaydi. Ko'rib

turganingizdek, tasavvur qilib, ko'z oldimizga keltira oladigan narsalarni eslab qolishimiz ancha oson. Mnemonik yodlashda asosiy bajariladigan ishlardan biri – obrazli kodlash. Bunda yuqorida misol qilganimiz kabi «noqulay» ma'lumotlarni xotiramiz uchun «qulaylashtirish» nazarda tutiladi. Ya'ni «dotarvilogug» va shunga o'xshash qiyin so'zlarni ham doktor va tarvuz voqea-sidek oson tasavvur qilib eslab qola oladigan bo'lamiz. So'zlarni eslab qolish haqidagi bo'limda bu jarayon batafsil yoritiladi.

Ma'lumotni yodlashning sifati e'tibor kuchi, tasavvur kuchi, motivatsiya, qiziqish, organizm salomatligi kabi ko'pgina omillarga bog'liq. Ba'zida shu omillarning bi-rortasi oqsasa, biz umumiy qilib: «Xotiram yomonlash-di», – deb qo'ya qolamiz. Aslida, muammo anchadan beri ishlatilmay qo'yilgan tasavvurda, tananing bosh qismidagi qon aylanishining buzilishida, ilm olishga bo'lgan qiziqishning so'nib borayotganida, diqqatning buzilishida va shunga o'xshash boshqa sabablarda bo'lishi mumkin. Har bir yo'nalishni alohida tuzatish kerak bo'ladi.

Ushbu bobda tasavvur faoliyatini yaxshilash, ijodkorlik qobiliyatini shakllantirish haqida so'z yuritamiz. «Zanjir» mnemonik usulini o'rganganimizda obrazlarni gavdalantirish nechog'lik ahamiyatli ekanligini, nega mnemonikani o'rgangan insonlar uchun tasavvur va xotira ajralmas birlikka aylanib ketishini tushunib olasiz.

«Qachonlardir bo‘lib o‘tgan voqea» yoxud integratsiya va zanjir usuli

Bir qarashda soddadek tuyulgan bu texnika, aslida, xorijiy so‘zlarni yod olishda, parishonxotirlikni yo‘qotishda va ro‘yxatlarni eslab qolishda katta yordam beradi. Ushbu mashqni amalda qo‘llab, bunga o‘zingiz ishonch hosil qilishingiz mumkin.

Mashq. Qo‘lingizga sekundomerni oling va quyida keltirilgan so‘zlar ketma-ketligini 1 daqiqada yodlab qolishga harakat qiling:

1. Qog‘oz	6. Stadion	11. O‘qituvchi
2. Yozuvchi	7. Maktab	12. Burgut
3. Qaroqchi	8. Menu	13. Velosiped
4. Lavash	9. Quyon	14. Avtobus
5. Quyma oltin	10. Atirgul	15. Tort

Zanjir (hikoya) usulida ikki va undan ortiq obrazlar ularning ishtirokida hikoya tuzgan holda eslab qolinadi. Ko‘plab tadqiqotlarning natijalariga ko‘ra, ongimiz sistemalashgan, biror mantiqqa asoslangan, bog‘langan ma‘lumotlarni yaxshi ko‘radi. Alohida kelgan obrazlarni esa esda tutishga qiynaladi. Shu tayyor mexanizmni ma‘lumotni eslab qolish uchun xizmat qildirishimiz mumkin.

Insonning ham eng kuchli, ham eng zaif quroli — uning ongi. Bir tarafdin, u o‘zimizni va butun dunyoni tanishimizga yordam beradi. Boshqa tarafdin, u ba‘zida

reallik va virtuallikni farqlay olmaydi. Biz hikoya usuli, xotira saroyi usullaridan foydalanganimizda ongimiz bu obrazlarni qisman real voqelik deb qabul qiladi va o'z zaxirasiga qachonlardir bo'lib o'tgan voqea sifatida joylaydi. Aslini olganda, bu jarayon bir bag («bug» – «qo'ng'iz»). IT sohasida bu termin dasturdagi xatolikni anglatadi). Biz bu kamchilikni ficha («feature» – «xususiyat, funksiya») deb olamiz va o'z manfaatimiz yo'lida unumli foydalanamiz.

Zanjir usuli yaxshi samara berishi uchun voqeani biroz abstrakt, bema'ni, kulgili yoki g'ayritabiiy qilib tuzishimiz kerak. Shuni bilingki, ongimiz bu voqeaga qiziqish bildirmasa, ma'lumotni muhim hisoblamaydi va u tez orada unutilib yuboriladi.

Keling, hozir yuqoridagi so'zlar ketma-ketligini zanjir usulida yodlab ko'ramiz. Shu so'zlar ishtirokida bir g'alati hikoyani tuzib olamiz. Siz esa uni o'qish jarayonida ko'z oldingizga keltirishga harakat qiling:

Shamolda uchib ketayotgan bir uyum qog'ozlarni tasavvur qiling. Ular uchib-uchib bir yozuvchining (o'zingiz yaxshi bilgan yozuvchini oling) oldiga kelib tushdi. Shu zahotiy oq yozuvchi atrofida qaroqchilar paydo bo'lishdi. Har birining qo'lida qilich o'rniga ikkitadan lavash bor. Lavashlarning ichi esa go'sht o'rniga quyma oltin bilan to'ldirilgan. Qo'rqib ketgan yozuvchi stadionga qarab qochdi. Stadion o'rtasida charchab yiqildi va ro'parasiga qarab maktab binosini ko'rdi. Yaqinroq bordi. Negadir maktab devorlari menyular bilan qoplan-

gan edi. Shu payt judayam katta oppoq quyon devor oldiga kelib, menyularni shilib olib yeya boshladi. Qorni to'ygach, menyularning qoldig'idan atirgul yasadi. Uni kimga bersam ekan deb o'ylanib turgandi, oldiga shu maktab o'qituvchisi keldi va atirgulni oldi. Endi xursand bo'lib turgandi, osmondan burgut pastlab uchib kelib, atirgulni olib ketib qoldi. O'qituvchi shoshganicha velosipedga minib, burgutning ortidan quvib ketdi. Baxtga qarshi, yo'lidan katta avtobus chiqib, yo'lni to'sib qo'ydi. Avtobus ichi esa kremli tortlar bilan to'la edi.

Ana endi shu hikoyadan foydalangan holda yuqoridagi jadvalda berilgan so'zlar ketma-ketligini yozib ko'ring. Agar siz voqealar ketma-ketligini ko'z oldingizda gavdalandirgan bo'lsangiz, osonlik bilan so'zlarni yodlashning uddasidan chiqasiz.

E'tibor qilgan bo'lsangiz, yodlanishi kerak bo'lgan so'zlar avval obraz holatida tasavvur qilib olinadi va ular ishtirokida biror voqea tasavvur qilinadi. Avval eng birinchi obrazni tasavvur qilasiz. Keyin esa unga ikkinchi obrazni ta'sir ettirasiz. Masalan, avval shamolda uchib ketayotgan qog'ozni tasavvur qildik, shundan keyin tasavvurimiz «sahnasi»da yozuvchi timsoli paydo bo'ldi. Navbatdagi «qaroqchi» so'zi esa «yozuvchi»ning paydo bo'lishiga bog'liq. Shu yo'sindagi ikki obrazning o'zaro munosabatga kirishishini keyingi o'rinlarda «integratsiya» (birikmoq, qo'shilmog) deb ataymiz.

Obrazlar zanjir halqalari kabi bir-biriga ulanib ketadi. Bitta obraz ketidan faqat bitta obrazni ulaysiz, bara-

variga bir nechtasini emas. Agar: «Yozuvchi va qaroqchilar turgan joyga qog'ozlar uchib keldi», – deb tasavvur qilinsa, qaysi obraz qachon kelgani tushunarsiz bo'lib qoladi. Zanjir usuli raqamli va matnli ma'lumotlar, xorijiy so'zlar bo'g'inlarini yodlashda ishlatilishini hisobga olsak, ketma-ketlik eng muhim jihatlardan biri ekanligini tushunishimiz mumkin.

Bundan tashqari, bir obrazni eslaganingizda keyingisi esga tushish-tushmasligi yana bir omilga – integratsiya sifatiga bog'liq.

Integratsiya sifatli bo'lishi uchun obrazlar o'zlaridan biror natija, iz qoldirmog'i lozim. Aytaylik, bizda olma va pichoq obrazlari bor. Ularning integratsiyasiga eng real holatdan tortib eng absurd holatgacha misol keltiramiz:

Reallikka yaqin:

Pichoq va olma yonma-yon turibdi
Pichoq bilan olmani kesyapmiz. Olma hidi taralib ketdi. Pichoq ustida olma sharbati va bo'lakchalari qoldi
Pichoq shunchaki olmaga sanchib qo'yilgan
Pichoqning o'tkir tarafi tepaga qarab turgandi, ustiga olma tushib, ikkiga bo'linib ketdi
Bir uyum olmani joyidan qo'zg'atgandik, orasida pichoq yotganini ko'rib qoldik
Olmani pichoq bilan archdik

Balanslangan variantlar (reallikka o'xshash, lekin biroz mubolag'a ishlatilgan):

Pichoqni olmaga urgandik, olmaga hech narsa qilmadi, ammo pichoq qiyshayib qoldi
Pichoqning dastasi kesilgan olma bo'lakchalaridan yasalgan. Uni yeyish mumkin
Pichoqqa yashil olma tasviri tushirilgan
Olmani kesayotgandik, pichoq sinib, olma ichida qolib ketdi
Olmaga mitti pichoqchalar sanchib tashlangan
Olmaga pichoqni yarmigacha tiqdik, ammo pichoq narigi tarafidan teshib chiqmadi. Pichoqning yarmi g'oyib bo'ldi

O'ta mubolag'a (absurd):

Pichoqni yerga sanchgandik, ko'z o'ngimizda undan shoxlar o'sib chiqib, olma mevasini sola boshladi
Pichoq va olma – qo'l-oyoqlari bor multipersonaj. Ular bir-biriga qarab yugurib kelishdi-da, quchoqlashmoqchi bo'lishdi. Olma ikkiga bo'linib ketdi
To'yxonada bazm avjida. Pichoq kostyum kiygan, olma kelin ko'ylagida
Bahaybat olmaga pichoq yomg'iri yog'moqda (suv tomchilari o'rniga mitti pichoqchalar). Pichoqlarning ba'zilari olmaga sanchilyapti, ba'zilari shunchaki sirg'alib tushib ketyapti
Pichoqni ushlab turibmiz. Olma uning atrofida sun'iy yo'ldosh kabi aylana boshladi

Pichoqni qo'limizda g'ijimlab, yumaloqlab tashlagandik, unga yashil rang kirib, asta-sekin olmaga aylanib qoldi

Olmani ikkiga bo'lib, ichiga qarasak, danaklari o'rnida mayda pichoqlar bor ekan

Integratsiyada mubolag'a ishlatish yoki ishlatmaslik – bu sizga bog'liq. Ba'zi insonlar shunchaki real obrazlarni va holatlarni tasavvur qilishni yoqtirishadi. Kimgadir tasavvur erkinligi zavq bag'ishlaydi. O'zingiz bu toifalarning qaysi biriga mansubligingizni tushunish uchun har qanaqa usulda integratsiya qilib ko'ring va e'tibor bering: qaysi birini oson tasavvur qildingiz, qaysi biri ko'proq yoqyapti, qaysi biri yaxshiroq esda qolyapti?

Avvaliga obrazlarni bog'lash sekin amalga oshishi mumkin. Sababi, doim ham bunday mashqni bajarib yurmagansiz. Vaqt o'tishi va tajriba oshishi bilan variantlar quyilib kela boshlaydi.

Keling, endi hayotda ko'p kerak bo'ladigan holat – sotib olish lozim bo'lgan narsalar ro'yxatini zanjir usuli bilan eslab qolishga harakat qilib ko'ramiz:



1	Kartoshka	8	Pampers
2	Sabzi	9	Atir sovun
3	Malina	10	Bloknot
4	Gugurt	11	Tort
5	Bolta	12	Oyoq kiyim
6	Sut	13	Shvabra
7	Sharbat	14	Batareyka

Masalan, oyog'ingiz ostida bir qop kartoshka to'kilib yotibdi. Sifatini tekshirish uchun qo'lingizga olsangiz, kartoshka bo'linib ketdi va ichidan qip-qizil sabzi chiqdi. Siz bu sabzi ustiga chiroyli qilib malinalarni qo'ya boshladingiz... shu zaylda hikoyani davom ettiravering. Oxirida esa hikoyangizdan foydalangan holda obrazlar ketma-ketligini tiklang.

Matnlarni, prezentatsiya va muhokama qilinishi kerak bo'lgan mavzularni eslab qolishni matnlarni eslab qolishga bag'ishlangan bobda yana bir qator texnikalar bilan birgalikda ko'rib chiqamiz.

Shu yerda bir savol tug'ilishi mumkin: «Nima, endi biror narsani eslab qolmoqchi bo'lsak, hikoya tuzib o'tiramizmi?». Javob: yo'q, aslo. Birinchidan, zanjir texnikasi hamma tipdagi ma'lumot bilan ishlayvermaydi. Uni biz o'zimiz uchun eng kerakli bo'lgan ayrim narsalarda (xorijiy tilni o'zlashtirish, parishonxotirlikdan qutulish, murakkab tipdagi ma'lumotlarni kodlashda) ishlatamiz. Ikkinchidan, zanjir bo'ladimi, integratsiya yoki xotira makonimi, ular bilan ishlash jarayonida insonning e'tibori oshib, fikrlash qobiliyati yaxshilanib boradi. So'zlarni yodlash bo'limida zanjir texnikasiga yana qaytamiz. Hozircha shu. Davom etamiz.

**«Tasavvurim ishlaymay qolyapti.
Nima qilsam bo'ladi?»
yoxud kreativlikni oshirish**

Savol: Ijodkorlik qobiliyatini rivojlantirsa bo'ladimi?

Javob: Ha.

Savol: Qanday qilib?

Javob: Suzishni o'rganish uchun suzish, yurishni o'rganish uchun yurish kerak bo'lganidek, ijodkor inson bo'lish uchun ijod qilmoq lozim. Avvalo, bir narsani tushunib oling: aynan nima uchun o'zingizda bu qobiliyatni shakllantirmoqchisiz undan qanday hollarda foydalanib, qanday natija kutmoqdasiz?

Ba'zida tabiatan ijodkor inson ham o'zida ijodkorlik qobiliyati borligini bilmaydi. Yuqoridagi savollardan foydalanib qay sohada, qanday usulda yangilik yaratmoqchiligini aniqlashtirib olgach, yangi fikr va ixtirolarni yuzaga keltiradi.

Ammo shunday holatlar borki, uzoq vaqt umuman tasavvurini ishlatmay yurgan insonlar bu borada ancha «muzlab» qolgan bo'lishadi. Ularda fikr noaniqligi emas, balki tasavvur oqsashni boshlagani muammo hisoblanadi. Bu holatni bartaraf etish uchun bir necha tavsiyalarini berishimiz mumkin:

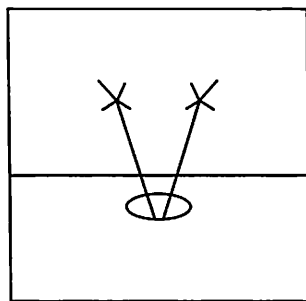
1. «Yaratilmagan gadjet» mashqi. Hayotda kashf qilingan gadjetlar soni qanchalik ko'p bo'lmasin, yaratilmaganlari ham yetarlicha. Har kuni hech bo'lmaganda bir marotaba yana qanday qurilmalarni ixtiro qilish

mumkinligi to'g'risida fikr yuritib ko'ring. Siz xayolan «kashf qilgan» qurilma g'ayritabiiy va amalda qo'llanilmaydigan bo'lsa ham mayli. Asosiysi – fikr yuritish. Masalan, pashsha va chivinlarni tutuvchi dron, uydagi narsalarni joy-joyiga qo'yuvchi robot, qon tomiri ichiga o'rnatilib, doimiy ravishda qon tarkibi haqida ma'lumot berib turuvchi qurilma va hokazo.

2. «Pushti tulki» mashqi. Ko'pchilik o'quvchilari-miz boshlang'ich bosqichlarda vizual tasavvur qilishga qiynalayotganidan shikoyat qilishar edi. Ular uchun maxsus shu mashqni yaratgandik. Bu mashq aynan bir xil rangda uchraydigan narsa-buyum, jonzotlarni boshqa rangda tasavvur qilishdan iborat. Masalan, tulki obrazini olaylik. Avval o'zingiz bilgan tulkini tasavvur qiling. Uni jonlantiring, harakatlantiring. Keyin esa asta-sekinlik bilan uning rangi o'zgarayotganini tasavvur qiling. Tulkining pushti, yashil, sariq, ko'k ranglarga o'zgarayotganini ko'z oldingizga keltiring.

3. Drudles (Droodles). Amerikalik komik Rojer Prays tomonidan o'ylab topilgan mashq. Sizga berilgan antiqa rasmdan har xil ma'no topishga harakat qilib ko'rasiz.

Masalan, shu rasmda nimani ko'ryapsiz? Biz bu rasmda chuqurchaga tushib ketgan tovuq, yerdan o'sib chiqqan ikkita gul, tuynukdan boshini chiqarib turgan ikkita jirafa, o'z qornini lazer ko'zlari bilan teshayotgan Sponge Bob kabi obrazlarni ko'ra oldik. Siz topadigan obrazlar qanchalik kulgili va qiziqarli bo'lsa, shuncha yaxshi.



4. San'at bilan shug'ullaning. Rasm chizish, musiqa bilan shug'ullanish, she'riyat, suxandonlik, xattotlik va boshqa har qanday san'at turlari miyamizdagi alfa-ritmlarni kuchaytiradi. Alfa-ritmlar haqida internetdan o'qib olishingiz mumkin.

Xulosa qilib aytganda, ijodkorlik qobiliyatini shakllantirish yoki rivojlantirish sizga nafaqat yaxshi kayfiyat va pozitivlik bag'ishlaydi, balki eslab qolish qobiliyatingizni yaxshilashda katta yordam beradi. Keyingi boblarda murakkab ma'lumot turlari bilan ishlaganimizda o'zingiz bunga guvoh bo'lasiz.

«Xotira saroyi» va uning turli xil nomlari...

Mavzu nomi sizga qiziq, lekin biroz g'alati tuyulgan bo'lsa, bu odatiy holat. Uning sharhiga o'tishdan avval sizga bir mashqni sinab ko'rishni taklif qilsam. Bosh irg'ab: «Ha, olg'a!» – desangiz ham, shunchaki: «Maaayliii», – desangiz ham, ortga yo'l yo'q – siz allaqachon mnemonistga aylanib bo'ldingiz.

Xullas, boshladik!

1. Uyingizning kirish eshigini eslang. Uning rangi, hajmi qanaqa? Temir yoki yog'och? Barchasi xayolingizda gavdalandimi? Endi eshikning yuqori qismidan murabbo quyib yuborilganini tasavvur qiling. Eshikni ochayotganingizda malinadan qilingan ushbu murabbo qo'lingizni yopishqoq qilib qo'ydi.

2. Endi uy ichkarisiga kiring va to'g'ri oshxonadagi suv jo'mragi tomon yo'l oling (qo'lingizni yuvishingiz kerak-ku). Afsuski, jo'mrakning ustida har tarafi loyga belangan etikni ko'rdingiz. Jo'mrakning ustiga etikni kim qo'ydi deya hayratlandingizmi?

3. Jahl ustida buni uydagilardan so'rash uchun o'g'irilib, muzlatkichga ko'zingiz tushdi. Uning ustida terilib turgan nonlarni ko'ryapsizmi? Nega ular muzlatkichning ustki qismida? Nimalar bo'lyapti o'zi? Lekin issiq non isi juda yoqimli... His qilishga urinib ko'ring.

4. Yo'lda davom etib, mehmonxonaga kiring. Televizor ko'rindi. Uning qoq o'rtasiga sanchilgan qilich. Bu nima-si? E'tibor berib qaragan edingiz, uning sopi sof oltindan yasalgan ekan. Chiqarishga harakat qilib ko'ring-chi. Juda og'irligi ko'rinib turibdi, chiqarish muammo...

5. Televizor yonidagi o'rindiqqa navbat keldi. Xotirangizda tiklang – uning rangi va hajmi qanday? Endi esa uning ustida turgan ulkan ilon... bosh qismi kengaygan holda sizga qarab turibdi. Qo'rqinchli, to'g'rimi?

6. O'rindiqning yonida kattagina stol bor. Qay holatda turganini eslang. Tasavvur qiling, stol ustida bir

savat limon turibdi. Ulardan eng yaxshisini olib, hidlab ko'ring. Keyin qo'llaringiz bilan uni ikkiga bo'ling. Limon suvi barmoqlaringizdan sizib, stolga toma boshladi. Limon bo'lagini og'zingizga solib chaynang. Limon shu qadar nordonki, yuzingiz burishib ketdi... Aytgancha, qadrli kitobxon, shu satrlarni o'qib so'lagingiz oqayotgan bo'lsa, tabriklayman – siz hozirgina «limon effekti» bilan tanishdingiz. Yo'q limonni yaxshilab tasavvur qilish orqali tanamizning haqiqiy limonga bo'lgan reaksiyasini chaqirishimiz mumkin. Bu holat boshqa obyektlarga ham taalluqli. Shunchaki limon eng sezilarlisi.

7. Tezlik bilan xonangizga yo'l oling. Kiyimlar solingan shkafni oching. Ulkan qora ayiqqa ko'zingiz tushdi. Ha, kiyimlar o'rnida ayiq. Lekin nima uchundir u qimirlagani yo'q. E'tibor qilib qarasangiz, u yog'ochdan qilingan haykal ekan. Uni chertib ko'ring.

8. Nihoyat charchaganingizdan so'ng yotog'ingiz ustidagi yostiqa ko'zingiz tushdi. U qanchalar yumshoq... Endi yotmoqchi bo'lganingizda yostiq ustida katta varaq turganini, unda «Oldim» so'zi yozilganini ko'rdingiz. Yana bir marotaba oppoq varaqqa qizil harflar bilan yozilgan so'zni o'qing: «OLDIM».

Barchasini tasavvur qilib bo'ldingizmi – aytilgan har bir joy va predmetni? Endi esa matnni qayta o'qimay turib ketma-ketlikda yana bir marta tasavvur qiling. Avvaliga biroz qiyinchilik tug'dirishi mumkin, ammo buni uddalashingiz aniq. Esladingizmi? Topshiriqni yana biroz qiyinlashtirishimga qarshi emasiz? Bu safar es-

lash davomida har bir predmetning (uyingizdagi joylarning emas, u bilan qoʻshib berilgan predmetlarning) bosh harflarini birlashtiring.

Murabbo

Etik

Non

Qilich

Ilon

Limon

Ayiq

OLDIM!

Bunga shubha qilmagandim! Boshlagan mashqimiz mohiyati va bizga foydali boʻlgan jihatlarini hozir bilib olasiz.

Loki taʼrifi, tarixi va uning afzalliklari. Xotira makonlari (loki) qisqacha taʼrifi – u oʻzingizga tanish boʻlgan joylar: uy, koʻcha, oʻquv binosi kabilardan kerakli maʼlumotlarni eslab qolishda foydalanish usuli demakdir. Uning tarixi haqida soʻz borganda har xil fikrlar bildiriladi. Lekin aksariyat manbalar uni Qadimgi Rim va yunon notiqalari bilan bogʻlaydilar.

Qadimgi yunon yozuvchisi va faylasufi Simonid bazmlarning birida nutq soʻzlaydi hamda oʻz tinglovchilarini faqatgina bir marotaba yuqoridan turib koʻradi. U ketganidan soʻng baxtsiz hodisa tufayli bino vayron boʻlib, ichidagi barcha odam vafot etadi. Jasadlar ham tanib

bo'lmis holatga kelganidan yaqinlari aziyat chekishayotganini ko'rgan Simonid xayolida binoni gavdalanti radi va ularning har biri zilzilagacha qayerda o'tirganini aytib beradi. Ushbu voqeani Sitseron o'zining «De oratore» kitobida keltirib o'tgan.¹

Miloddan avvalgi asrlardan hozirgi kungacha yetib kelgan, o'z ahamiyatini yo'qotmagan mnemotexnikaning ushbu uslubidan yosh-u qari birdek foydalanishi mumkin. Mavzu davomida o'zingiz ham bunga amin bo'lasiz.

«Xotira musobaqasi ishtirokchilarining strategiyasi oddiy. Ularning barchasi o'zlariga tanish bo'lgan joylarga predmetlarni joylaydilar. Keyin esa xuddi o'sha joylarga qaytib, qo'ygan predmet-ma'lumotlarini sug'urib oladilar», – deyiladi «New Scientist» gazetasida chiqqan «How to train your brain to be like a Memory Chempion» maqolada.

Har birimiz biror yo'lni, binoni, umumiy qilib aytganda, makonni yoddan bilamiz. «Men qila oldim» mashqini bajarganingizda uyingizda u yoqdan bu yoqqa yurdingizmi yoki o'tirgan joyingizda uyingizni tasavvur qildingizmi? O'ylaymanki, joyingizda qolgan holda barchasini tasavvur qila oldingiz. Chunki uyingizda nima qayerda joylashganini yaxshi bilasiz. Xo'sh, ongimiz buni qanday bajaradi va bu qobiliyat odamlarga nima uchun kerak?

Odamlardagi eng yaxshi ishlaydigan qobiliyatlar uzoq yillardan beri biz amalda qo'llab keladigan xatti-harakatlar hisoblanadi. Xavfdan qutulish, nasl qoldirish va ha-

¹ Frances Yates. The art of Memory. – London, 1966.

yotni davom ettirishga xizmat qiladigan jihatlarimiz avloddan avlodga, nasldan naslga o'tib boraveradi.

Eng ko'zi o'tkir jonzotlardan biri – burgut qanday qilib shunchalar uzoqni ko'ra oladi, bilasizmi? Chunki burgutlar balandlikdan turib uzoqdagi o'ljani topib yeyishlari kerak bo'lgan. Bunda ularga o'tkir ko'zlari yordam bergan. Bu ishni uddalay olmaganlari esa ochlikdan qirilib ketavergan. Ba'zi hasharot va hayvonlar o'z ranglarini o'zgartira olishlarini bilasizmi? Bu jihat ularga yirtqichlardan himoyalanişhda, o'z o'ljasini qo'lga tushirishda yordam beradi. Shu sababli bu kabi jonzotlar tezlik bilan atrofidagi rangni qabul qilib, ko'zdan g'oyib bo'lishni uddalashadi.

Xo'sh, insonlarga qanday jihatlar yordam bergan? Elementar misol – agar issiq dazmolga qo'lingiz tegib ketsa, darhol tortib olasiz va siltaysiz. Nega siltaysiz, o'ylab ko'rganmisiz? Bu jihat asrlar davomida insonga tanasi kuyishining oldini olishga yordam berib kelgan. Biz hech qachon qo'limizni tez tortib olishni mashq qilmaganmiz. Lekin bu ishda ustasi farangmiz. Shunday «o'z-o'zidan» yaxshi ishlaydigan qobiliyatlarimizdan biri – makonni eslab qolish. Joylar, narsalar va ular bilan bog'liq biz ko'rgan hodisalar. Masalan, sizga: «O'zingiz yaxshi ko'rgan kafe yoki restoranni eslang», – desam, u yerning interyeri, ko'rinishi, hidi, u joyda kimlar ishlashi – barchasi ko'z oldingizda gavdalana boshlaydi. Agar shu maskan obrazini xayolingizda biroz tutib tursangiz, asta-sekin u yerda bo'lgan voqealar, kimlar bilan

ko'rishganingiz, nimalar haqida suhbat qilganingiz ham esingizga tusha boshlaydi.

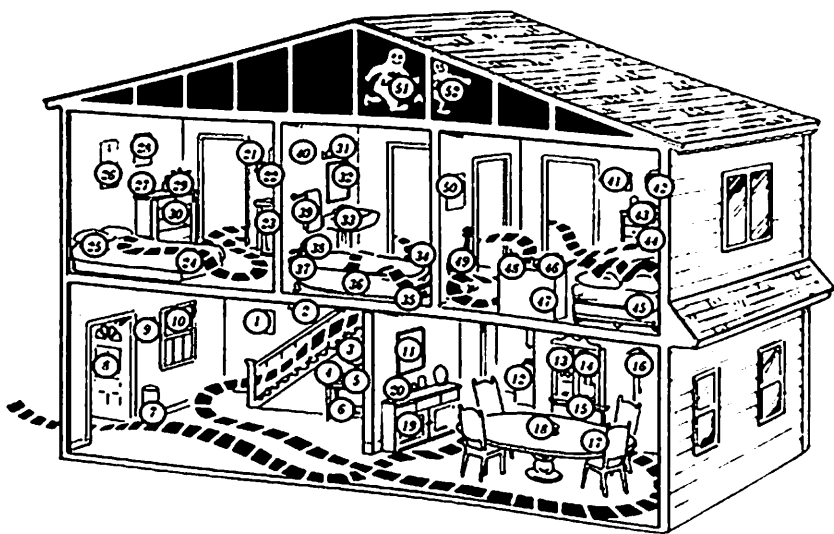
Qadimda bu qobiliyat insonlarga ma'lum bir hudud-dagi xavf-xatarni eslab qolish, suv va yegulik joylashu-vini yodda tutish, safarlarda o'z manzilini topib kelish uchun yordam bergan. Bugungi kundalik hayotimizda ham ishga yoki o'qishga borishimizda, ko'chamiz, ma-hallamiz joylashuvini, shahrimiz xaritasini bilishimizda asqatib kelmoqda. Biz shunchaki shu qobiliyatimizga yana bitta vazifa yuklaymiz – joy bilan birga u yerda biz tasavvur qilgan voqea – obrazni saqlash.

Bir qarashda bu jarayon xuddi bemaqsad o'yinga o'xshaydi. Lekin siz loki usulining amalda qanday ish-lashini ko'rdingiz. Uning imkoniyatlari cheksiz. Ular-dan ba'zilarini aytib o'tamiz:

- har qanday ma'lumot ketma-ketligini saqlagan hol-da eslab qolish (xoh sayyoralar, ismlar, mavzular bo'lsin, xoh xotira musobaqalarida beriladigan ra-qamlar, so'zlar bo'lsin);
- istalgan ma'lumotni saqlab qo'yish va kerak bo'l-ganda u yerdan (lokidan) chiqarib olish;
- kerakli matnni so'zma-so'z eslab qolish (yoqimsiz takrorlashlarsiz).

Sizga kerakli bo'lgan lokilar qanday tanlanadi yoki tuziladi? Eslatib o'taman, bu borada qat'iy belgilangan qonun-qoidalar mavjud emas. Mavjud bo'lgan taqdirda ham, ularni chetlab o'tib o'zingizga qulay bo'lgan loki-larni tanlashingiz maqsadga muvofiq. Bu borada o'zin-

gizda qandaydir yangi kashfiyot paydo bo'lsa, marh mat! Zero, eng asosiysi – natija. Quyida esa ishingizni osonlashtirish uchun bir necha ko'rsatmalar beriladi. Dastlabki lokilaringizni o'zingizga juda tanish bo'lgan yoki yoqtirgan joylaringizdan tanlashga harakat qiling. Chunki ular yodlamoqchi bo'lgan ma'lumotni saqlashda yordam berishlari kerak, yanada qiyinlashtirishda emas. Bunday joylar:



- uylar (o'z uyingiz, yaqin do'stingizning uyi, qarindoshingizning uyi);
- binolar (ishxonangiz binosi, o'quv yurtingiz binosi);
- yoqtirgan joylaringiz (kafe, park, sport zali);
- ko'chalar (siz doimiy yuradigan, hayotingizdagi qaysidir voqealar bilan bog'liq);
- davlatlar (eng mashhur joylar, haykallar);

- kinolardan olingan lokilar, xayoliy tuzilgan lokilar va hokazolar bo'lishi mumkin.

Ushbu uy misolida ko'rsatilganidek, uyning o'zidan ichki lokilar sifatida 50 tagacha joylar, narsalar tanlanishi mumkin. Agar uyingizda bog' yoki ko'chaning tashqi qismi ko'rinib tursa, ularni ham tashqi loki sifatida tanlashingiz va barchasini bir blok ostida birlashtirishingiz mumkin. Misol uchun:

I blok: Uylar (150 ta loki)

O'z uyim	Tashqi: 25
	Ichki: 25
Tog'amning uyi	Tashqi: 30
	Ichki: 20
Do'stim Farhodning uyi	Tashqi: 25
	Ichki: 25

Yoki quyidagicha ham guruhlash mumkin:

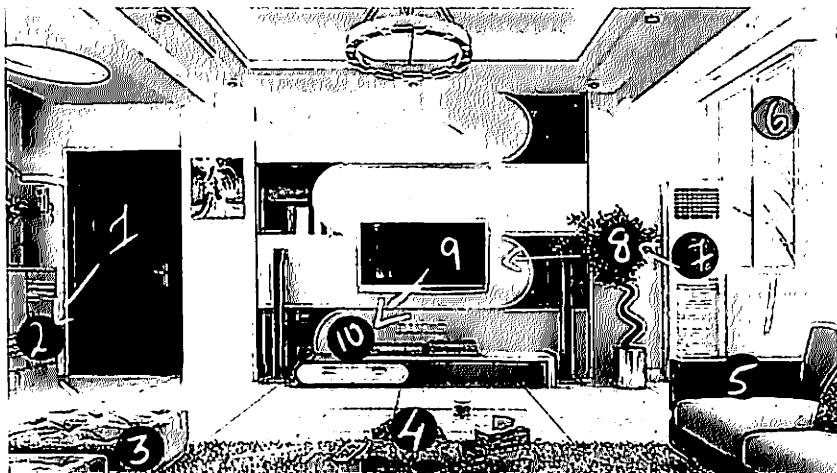
II blok: «Book cafe» va uning atrofi (110 ta loki)

Book cafe	30
Shu kafe oldidagi park	60
Amir Temur xiyoboni	20

Maslahatlar:

- Ba'zi misollardan tushunganingizdek, lokilar tanlashda ketma-ketlik juda muhim. Chunki ular ma'lumot joylashda chigallik tug'dirishi kerak emas. Misol uchun, agar birinchi loki sifatida xonangizdagi stulni, ikkinchi loki sifatida oshxonangizdagi muzlatgichni tanlagan bo'lsangiz, yana ortga qaytib uchinchi loki sifatida stul yonidagi shkafni tanlay olmaysiz. Bu sizni chalg'itadi va vaqtdan yutqazasiz. Shuning uchun ham bu holatda 1-stul, 2-shkaf, undan keyin esa oshxona tomonga yo'l olishingiz kerak (yoki umuman boshqa xonaga). Ya'ni boshlagan lokilaringiz bir maromda marshrut bo'ylab ketgani foydali.
- Tanlangan lokilar bir-biridan juda uzoq va bir-biriga juda yaqin bo'lmagani qo'yilgan ma'lumotlarning aralashib ketmasligiga yoki yo'qolib qolmasligiga xizmat qiladi. Agar loki sifatida daraxtning osilib turgan mevasini tanlagan bo'lsangiz, uning yonidagi bargini tanlash yaxshi fikr emas. Yoki maktabning kirish eshigidan so'ng uzoqdagi sinf xonasining doskasini tanlash ham yaxshi fikr emas.
- Lokilar hajm jihatidan juda katta va juda kichkina bo'lmagani maqsadga muvofiq (ma'lumot joylash nuqtayi nazaridan). Misol uchun, ko'chadagi katta bir binoning o'zi yoki gugurt qutichasi hajm jihatidan bir loki sifatida ishlatishga noqulay.

- Lokilarning joyi o'zgarib turadiganini tanlash ham (dastlabki paytlarda) chalg'itishi mumkin. Misol uchun, kitob, pult, telefon va hokazo.
- Loki sifatida aynan bir xil yoki o'xshash narsalarni tanlash biroz xatarli. Misol uchun, xonangizdagi stul va mehmonxonadagi stul. Agar ular boshqa-boshqa bloklarda bo'lsa yoki umuman bir-biridan farq qilsa, hech qanday muammo yo'q. Lekin ko'rinishi o'xshash yoki bir xil bo'lsa, ularning ikkisini bir blokda ishlatmagan ma'qul.



Yuqorida berilgan maslahatlar turli kishilarga turlicha ta'sir qilishi mumkin, albatta. Ba'zilar uchun chigal deyilgan narsalar qulay, oson deyilgan narsalar esa qiyinroq bo'lishi tabiiy. Shuning uchun ham mashg'ulotlar davomida har birini sinab ko'rishingiz, o'z savollaringizga javob topib borishingiz va o'zingizga qulay lokilarni tanlashingiz mumkin.

Lokini qo'llash. Loki haqida ma'lumotlar tushunarli bo'lgan bo'lsa, birgalikda loki tuzib, uni ishlatib ko'rsak, nima deysiz?

Rasmdagi ketma-ketlik asosida berilgan lokilarga e'tibor bering.

Ana endi sizga bozordan olishingiz kerak bo'lgan 10 ta narsaning ro'yxati beriladi. Ularni eslab qolishda qog'oz, telefondan emas, aynan lokilardan foydalanishga harakat qilib ko'ring.

Loki	Bozordan olinishi kerak bo'lgan narsa	Ma'lumotni mustahkamlash uchun «ilmoqlar»
1. Eshik	Go'sht	Eshikdagi parcha go'sht va undan oqayotgan qon...
2. Idishlar shkafi	Piyoz	Shkafni ochganingizda u yerdan to'kilib tushgan piyozlar, ularning ichida Chippolino ham bor.
3. Yumshoq o'rindiq	Tuxum	O'rindiqqa o'tirishingiz bilan sinib ketgan va o'rindiq ustini bir ahvolga keltirgan tuxumlar...
4. Stol	Sharbat	Stol ustidagi apelsin sharbati va olma sharbatining jangi. Ha, ular jonli. Sizningcha, qaysi biri g'alaba qozonadi?

5. O'rindiqning suyanchiq qismi (yog'och)	Ko'katlar	O'rindiqning yog'och suyanchiq qismi ko'katlardan qilingan bo'lsa...
6. Oyna	Sovun	Oynaga ko'pikli suv purkash va uning ustiga rasm chizish sizga ham yoqsa kerak? O'sha ko'pikli suvga «sovun» so'zini yozib qo'ying
7. Konditsioner	Gugurt	Konditsionerning havo haydaydigan qismidan o'tli gugurtlar chiqib kelyapti...
8. Sun'iy daraxt	Tarvuz	Sun'iy daraxtda osilib turgan, uchburchak shaklida kesilgan tarvuzlar, ammo ular tabiiy, mazali...
9. Televizor	Un	Unga botgan va uni yuzidan olishga harakat qilayotib aksirayotgan televizor...
10. DVD/CD pleyer	Yog'	Yog'ga bulangan DVD pleyer ishlashidan endi umid yo'q, o'pkasigacha yog'ga to'lgan, yoqimsiz hid anqib turibdi...

Boshida olishingiz kerak bo'lgan har bir narsani rasmga qarab tasavvur qiling. Biroz ko'proq vaqt olishi tabiiy. Bola ham yurishni o'rganmasidan avval yugurib ketmaydi-ku. Xotira musobaqasi ishtirokchilarining siri aynan mana shunda. Shunchaki ular barcha ishni tezlikda bajarishga o'rganganlar. So'zlar ketma-ketli-

gi, raqamlar, kartalar – bularning barchasi lokilar yordamida amalga oshiriladi.

Mavzu boshida berilgan mashq predmetlari yod-ingizdami? Bozordan olishingiz kerak bo'lgan mahsulotlar ro'yxati-chi? Ana endi o'zingiz 100 ta lokidan iborat bir blok tuzib ko'rishga harakat qiling. O'zingizga qulay tomondan yondashgan holda.

Loki – nafaqat musobaqa yoki mashqlarda, balki oddiy kundalik hayotingizda ham foydalanish mumkin bo'lgan metod. Shunchaki ertangi kun uchun rejalashtirgan ishlaringizni obraz-rasmlarga aylantirib lokilarga joylang va birma-bir ketma-ketlikda bajarib ko'ring. Faqat tasavvur davomida e'tiborli bo'lishga harakat qiling, miya hech qachon oddiy narsalarni tezlik bilan eslab qolmaydi. Faqatgina g'ayritabiiy, noodatiylari uni hayratga solishi va ma'lumotingizni osonlik bilan uzoq muddatli xotiraga o'tkazib berishi mumkin. Bu borada integratsiya haqidagi bo'limda ham to'xtalib o'tganmiz va misollar keltirganmiz.

Xotira makonlari – lokilar mnemonikaning eng asosiy mavzusi hisoblanadi, ayniqsa, musobaqada qatnashish istagidagilar uchun juda muhim. Ularni tanlashdan tortib qo'llay olishgacha bo'lgan qobiliyat insonga aslida tabiiy ravishda berilgan, lekin odamlar yillar davomida e'tiborsizlik bilan qarashgani tufayli yo'qolib ketgan, keyinchalik esa yana ilm sifatida qayta kashf etilgan. G'arbliklar tomonidan «Xotira san'ati» deb nomlanuvchi ushbu metod istalgan inson tomonidan, istalgan vaqt-

da va istalgan ma'lumotlar uchun ishlatilishi mumkin. Yuqorida berilganlar faqatgina boshlang'ich bilimlar bo'lib, boshqa boblarda to'ldirib boriladi.

Maxsus obrazlar sistemasi (MOS)ni yaratish va raqamli ma'lumotlarni yod olish

Avval ham aytganimizdek, xotiramizning muloqot tili bu – tasavvuriy obrazlar. Agar biz uchun yodlab qolish muhim bo'lgan ma'lumot tasavvur orqali xotiraga joylansa, oson o'zlashtiriladi va uzoq muddat saqlanib qoladi. Lekin biz uni ongimiz uchun begona bo'lgan harf, raqam va simvollar ko'rinishida yodlashga harakat qilamiz. Axir bu jiddiy muammo-ku! Mabodo raqamlar ongimizga maqbul bo'lmagan ma'lumot hisoblansa, unda tarixiy sanalarni, to'lov kartasi raqamini va yana bizga kerak bo'lgan yuzlab raqamli ma'lumotlarni qanday qilib eslab qolamiz?

Yechim: obrazli kodlash orqali

Matematikani o'rganganingizda tenglamalarga duch kelgansiz. Bizga noma'lum bo'lgan sonni biror simvol (harf) bilan almashtiramiz (masalan, «x») va misol javobini qidiramiz. Tasavvur qiling, bizga shunday misol berilgan:

$$5 + 6 = x$$

5 soniga 6 ni qo'shsak, 11 soni hosil bo'lishini bilamiz. Demak, «x» simvoli 11 soniga teng. Agar shu misolga tegishli bo'lgan boshqa misollar berilsa, «x» o'rnida 11 soni

nazarda tutilayotganini tushunishimiz mumkin. Quyidagi misolga qarang, undagi «a» sonni topishimiz uchun «x»ning 11 ga tengligini bilishimiz asqatadi:

$$a - x = 4$$

$$a - 11 = 4$$

$$a = 4 + 11$$

$$a = 15.$$

Ana, maktab dasturini biroz eslab oldik. O'quvchilik paytingizda: «Shu tenglamalar hayotda nimayam berardi?» – deb o'ylagan bo'lsangiz, marhamat – xotira xakerligida bu narsa qo'l keldi. E'tibor qilgan bo'lsangiz, ongimiz «x» o'rnida 11 sonini avtomatik tarzda ishlatishni boshlaydi. Chunki biz uni xayolan 11 ga tenglab oldik. Bu misolni nega keltirganimizni ushbu bobda anglab yetasiz.

6845809132 sonini 10 soniya kuzatib turib, keyin darrov ko'zni yumgan holda tasavvur qila olasizmi? Ma'lumot qanchalik aniq, bexato saqlanib qoldi? Yozuvga qaramasdan uni qancha vaqtgacha esda saqlay olasiz?

Ana endi diqqat qiling! Keyingi bir necha daqiqada hayotingizni butunlay o'zgartirib yuboradigan sirlarni bilib olasiz. Tasavvur qiling, uyingiz ostonasida yarmi kesilgan tarvuz turibdi. Uning ichiga yashil olmani bosib kiritdingiz, tarvuzning suvi chiqib ketdi. Boyagi olmaga qarasangiz, unda avtomobil rasmi chizilgan ekan, shu rasmning qoq o'rtasiga gugurt cho'pini tiqib qo'ydingiz va gugurtning ikkinchi uchiga kichkina o'yinchoq qulf osdingiz. Hozir ko'zingizni yumib, shu holatni yaxshilab tasavvur qiling. Zanjir usulidan unumli foydalaning.

Tasavvurimiz uchun 6845809132 soni hech narsani anglatmaydi. Lekin tarvuz, olma, avtomobil, gugurt, qulf kabi obrazlarni osonlik bilan jonlantira oladi. Biz ushbu sonni qismlarga ajratib, shu son bo'laklarini obrazlarga tenglab olishimiz mumkin. Bu jarayon **obrazli kodlash** deb ataladi.



Oldin jiddiy, aqlli nigoh bilan, yunonlarday qo'lni iyakka qo'yib, falsafiy ta'rif beramiz:

Obrazli kodlash aslida tasavvurimizga begona bo'lgan o'zgarmas ma'lumot birliklarini tasavvurimiz uchun tabiiy hisoblangan ma'lumot birliklariga tenglab olishdir.

Endi o'zimizning tilda, sodaroq qilib tushuntiramiz.

Ba'zi ma'lumot turlari ongimiz qabul qilishi uchun biroz noqulay. Masalan, raqamlar. Biz ma'lum bir diapazondagi raqamlarni obrazlarga tenglab olishimiz mumkin (00 dan 100 gacha, yoki 000 dan 1000 gacha). Bu yangilik emas. Qadimgi yunonlar bunday usullardan ustalik bilan foydalanishgan. Yuzlab, minglab raqamli ma'lumotlarni uzoq vaqt yodlarida saqlashgan. Hozir bu usul qanday ishlashini siz ham o'rganib olasiz.

Diqqat: bu misolda berilgan obrazlar shunchaki namuna uchun olingan. Keyinchalik sizning ma'lum qoida va tartibga asoslanib tuzilgan obrazlar jadvalingiz bo'ladi.

32 = Qulf

45 = Olma

68 = Tarvuz

80 = Avtomobil

91 = Gugurt

Ushbu tenglamalarga e'tibor qiling. Yuqorida siz bilan bir holatni tasavvur qilgandik. Uyingiz ostonasiga bir nechta narsani xayolan qo'ygandik. Matndan foydalanmagan holda shu qo'yilgan buyumlar ketma-ketligini eslab ko'ring-chi. Yodingizdami? Ana endi yuqoridagi tenglamalardan foydalanib har bir obrazni raqamga aylantiring va mana bu yerga yozib boring:

Samaradorlikni oshirish uchun shu joyda o'qishni to'xtatib, berilgan vazifani bajarib ko'ring. Hosil bo'layotgan raqamni yuqoridagi chiziqqa, biror daftar yoki telefoningizga yozib ko'ring. Bu juda muhim.

Yozdingizmi? Barakalla! O'z ustingizda ishlayotganingiz uchun rahmat! Vazifani bajarmay, «Yo'q, yozmadim» degan javobni bergan bo'lsangiz, rostgo'yligingiz uchun rahmat.

Davom etamiz. Ostonaga birinchi tarvuzni qo'ygandik. Namuna uchun berilgan jadvalda tarvuz 68 soniga teng. Undan keyin olma (45), avtomobil (80), gugurt (91), qulf (32) obrazlari keladi. Raqamlarni birgalikda, shu ketma-ketlikda yozsak, 6845809132 soni hosil bo'ladi. Ha, ha!

Bu xuddi o'sha, siz boya tasavvur qilolmagan son edi. Uni obrazlar ko'rinishida eslab qolishga muvaffaq bo'ldik!

Xotira musobaqalarida mnemo-atletlar bir necha yuz xonali raqamni 5 daqiqada eslab qolib, yoddan bexato yozib bera olishadi. Garchi eng befoyda ishlardan biri deb bilsak-da, π raqamining verguldan keyingi bir necha minglab sonini yoddan aytib bera oladigan kishilar bor. Buning barchasi yuqorida keltirilgan usul yordamida bajariladi.

Ma'lumot uchun, π raqami aylana uzunligining uning diametriga nisbatidir. Bu son cheksiz bo'lgani sababli ko'pgina fiziklar, dasturchilar, matematiklar va mnemonistlarning e'tiborini tortib kelmoqda. 3,14... ko'rinishida boshlanuvchi bu jozibador sonning verguldan keyingi 12 trillion (12 000 000 000 000) soni 94 kun davomida kompyuter tomonidan hisoblab chiqarilgan. Hind millati vakili, mnemonist Rajvir Mina verguldan keyingi 70 000 sonni yoddan aytib bera olgani uchun Ginnesning «Rekordlar kitobi»ga kiritilgan.

Hozirda bir qancha savol sizni qiynay boshlagani ni tushunamiz. «Nega aynan tarvuz?», «Qolgan sonlar-chi?», «Bu jadval yonimizda bo'lmasa-chi?», «Endi millionta songa millionta obraz qilib chiqamizmi?», «Bu obrazlar doim o'zgaradimi yoki saqlanib qoladimi?» va hokazo. Ularga va hali xayolingizga kelib ulgurmagan savollarga javob berishni boshlaymiz.

Raqamli ma'lumotlarni soniyalar ichida xotiraga muhrlay olishimiz uchun bizga asosan ikki narsa kerak bo'ladi: loki va raqamlarni MOSlab olish.

MOS bu – Maxsus Obrazlar Sistemasi.

Raqamlar uchun quyidagi turlari mavjud:

- Major;
- ShBH (Shaxs – Buyum – Harakat, inglizcha POA – Person – Object – Action).

Eng sodda MOS bu – yuzlik major sistemasi. Unda 00 dan 99 gacha sonlarga (100 ta) obraz tenglab olindi. Millenium-majorda xuddi shu jarayon 000 dan 999 gacha diapazonni o‘z ichiga oladi. Minglik sistemani ba’zi mnemo-sportchilar maqtashadi. Lekin oddiy yuzlik major sistemasida xalqaro grossmeyster unvonini olgan atletlar ham, minglik sistemada hech qanday rasmiy natijani qo‘lga kiritolmagan sportchilar ham taylagina.

Bordi-yu sizga kimdir 400, 500, 600 raqamni 5 daqiqada yodlashini aytsa, rasmiy chempionatlardagi natijasini ko‘rsatishini so‘rang yoki aralash yangi tuzilgan raqamlar kombinatsiyasini 5 daqiqada yodlashga bering va natijani tekshiring. Qalloblar judayam ko‘p, aldanib qolmang.

Gap MOSning katta-kichikligi yoki turida emas, balki uni qay darajada mukammal o‘zlashtirishimizda. Karra jadvalini yoddan bilgan odam katta xonali sonlarni ko‘paytira olgani kabi, MOSni yodlagan odam har qanday miqdor va kattalikdagi raqamlarni oson eslab qoladi. Tuzilgan vizual obrazlar mashqlar davomida reflektor darajada esda qoladi. Har qanday

mnemonist ikki xonali raqamni ko'rgani zamon darhol o'z obrazi xayoliga keladi. Bu jarayon ilk marotaba o'qishni o'rganishga o'xshaydi: oldin harflarni yodlab, keyin bo'g'inlab o'qiymiz. So'ng tajribamiz oshib, har qanaqa matnni «sharillatib» o'qishni boshlaymiz. MOS-ni ham avval tuzib olamiz, so'ng bosqichma-bosqich yod olamiz, keyin esa «sharillatib» eslash darajasiga olib chiqamiz.

Ilmoqli savol. Mavzuni o'qish davomida o'ylashingiz mumkin: «Shuncha narsani qilgandan ko'ra bu raqamlarni oddiygina eslab qolsam bo'lmaydimi?». Javob – maqsadga bog'liq. Agar shunchaki ma'lumotni saqlash lozim bo'lsa, marhamat, odatiy usulingizdan foydalaning. Lekin shu ma'lumotlardan gadgetlar ishlatishga ruxsat yo'q paytda (masalan, imtihonda) yoki ular ishlamay qolganda foydalanishga to'g'ri kelsa-chi? Mnemonika bu muammoni hal qiladi. Shuningdek, bu usuldagi yodlash bilan xotirani, diqqat kuchini va tasavvurni chiniqtirib boramiz.

Miyamiz raqamlarni o'z holatida yodlashga moslashmagan. Raqamli ma'lumotni ba'zi insonlar o'z tajribasiga tayanib mnemonikasiz ham, qolganlarga qaraganda yaxshiroq eslab qolishi mumkin. Ma'lumot qisqa muddatli xotiraga joylanadi. Lekin vaqt o'tib shu qisqa muddatli xotiramiz qarilik zarbasiga duch keladi va bu imkoniyatdan quruq qolish ehtimoli katta. Vaqt ayovsiz tarzda eslab qolish imkoniyatimizga hujum qilganida mnemonika uni saqlab qolishga yordam beradi. O'rta-

cha mnemonist 250 xonali sonni 7 daqiqada bexato eslab qolib, yoddan aytib berishi mumkin. «Raqamlardan qoʻrqmaydigan eng kuchli Top-5»ga kiradigan shaxslar ham 250 xonali sonni mnemonikasiz yodlab qolisholmaydi (yodlashsa ham, kamida bir necha kun vaqt sarflashadi).

MOS sizga minglab raqamli maʼlumotlar (telefon raqamlari, toʻlov kartasi raqamlari, hisob raqamlar, sanalar va hokazo)ni alohida, bir-biri bilan adashtirmagan holda yodlab qolish imkonini beradi. Eslab qolish tezligi mashqlar evaziga oshib boradi. Qanchalik muntazam mashq qilsak, miyamizda kerakli sinapslar shuncha tez shakllanadi va raqamlarni yod olish avtomatik bajariladigan jarayonlar safiga qoʻshiladi.

Odatda, raqamli maʼlumotlar ikki xil maqsadda yodlanadi:

1. **Mashq uchun.** Bu turdagi maʼlumot bizga qisqa muddatga – recall qilgunimizgacha kerak boʻladi va hayotda asqatmaydi. Lokilarga yozilgan obrazlar vaqt oʻtishi bilan oʻzi tozalanadi yoki maxsus tozalash jarayoni orqali oʻchiriladi.
2. **Hayotda kerak boʻladigan maʼlumotlar uchun.** Biz foydalanadigan barcha turdagi raqamdan tashkil topgan maʼlumotlar muntazam lokiga yoziladi va interval takrorlash orqali mustahkamlanadi.

MOS qanday tuziladi?

Ko'pgina usullari bor. Ulardan eng soddasi – Raqamli-Harfli Kodlash (RHK). Masalan, ikki xonali sonlardan tashkil topadigan sistemani tuzish uchun bir xonali sonlar ma'lum raqamlarga bog'lab qo'yiladi. Keyin esa shu harflar asosida 00 dan 99 gacha bo'lgan ikki xonali sonlarning har biriga bittadan obraz tanlanadi. Obrazlar iloji boricha sodda, qiziqarli, lokida tasavvur qilishga va integratsiyalashga qulay bo'lishi maqsadga muvofiq.

RHK tuzishda faqat undosh harflardan foydalaniladi. Sonlarga ba'zan 1 ta, ba'zan 2 ta harf biriktirilishi mumkin. Buning sababi, ma'lum bir harf kombinatsiyalariga obraz tanlay olmasangiz, alternativ harf yordam beradi. Quyida xalqaro RHK namunasi berilgan:

#	Harfli kodi	Izoh, assotsiatsiyalash
0	Z, S	Ingliz tilida «0» soni «zero» deyiladi. Shu so'zdagi «Z» va unga jarangdosh bo'lgan «S» undosh harflari tanlangan
1	D, T	1 raqami, «D» va «T»ning yozilishida bitta vertikal tayoqcha bor
2	n	«n» harfida 2 ta vertikal tayoqcha bor
3	m	«m» harfida 3 ta vertikal tayoqcha bor
4	R	Ingliz tilidagi «four» so'zining 4-harfi olingan. «To'rt» so'zida ham 4 ta harf mavjud

5	L	Rim raqamida «L» – 50 sonini bildiradi
6	b, p	«b»ning yozilishi «6»ga oʻxshaydi, «p» – uning jarangdoshi
7	K	«K» harfi goʻyoki ikkita «7» sonining qarama-qarshi yozilishidan tashkil topgandek
8	f, v	«f»ning yozma shakli «8»ni eslatadi. «v» – jarangdosh
9	g, y	Bu harflar yozilishi jihatidan bir-biriga oʻxshash

Masalan, biz tuzgan RHKda 0 raqamiga «Z/S» harflari, 5 raqamiga «L» harfi bogʻlab qoʻyilsa, 05 soniga shunday obraz tanlash kerakki, ushbu soʻzning birinchi undosh harfi «Z» yoki «S», ikkinchi undosh harfi «L» boʻlsin: ZuLuk, «ZiL», ZiLola ismli tanishingiz, SaLat, SaLfetka (eʼtibor qiling, tanlanayotgan obraz yozilishidagi birinchi va ikkinchi undosh harfgagina qaraladi, ulardan keyin nechta va qanday undosh harflar kelishining ahamiyati yoʻq). Berilgan misollar ichidan faqat bittasi tanlab olinadi va tenglanadi. Bu obrazlar biz bilgan biror buyum yoki shaxs boʻlishi mumkin. Koʻz bilan koʻrib, qoʻl bilan ushlab boʻlmaydigan mavhum soʻzlarni chetlab oʻtamiz. «Z/S, L» uchun «SaLovot», «ZiLzila», «SuLola», «SiL» soʻzlari ham harflari boʻyicha toʻgʻri keladi, lekin bu soʻzlarni tasavvur qilish, lokiga joylash noqulayligi sababli olmaymiz.

O'z o'rnida, 50 soni uchun birinchi undosh harfi «L», ikkinchi undosh harfi «Z/S» bo'lgan obraz tanlaymiz. Misol uchun, LaZer, LaZiz (biror tanishingiz yoki mashhur inson), LaSetti va hokazo.

Sistema nechta punktdan tashkil topishidan qat'i nazar, bir obraz takrorlanishi yoki ikkita juda o'xshash obrazlar olinishi mumkin emas. Yo'qsa, bu holat ma'lumotni tiklashda xatoliklarga olib keladi.




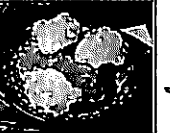














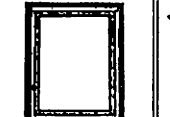



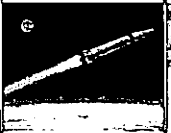


Obraz hajmi. Agar biz samolyot, oy, tog' kabi yirik obrazlarni sonlar uchun ishlatmoqchi bo'lsak, tezlik va integratsiyalashuvchanlik bo'yicha noqulayliklar keltirib chiqarishi mumkin. Shu sababli ixcham, lekin mayda bo'lmagan obrazlar tanlanishi tavsiya etiladi. Hajmi katta bo'lgan narsalar kichraytirilgan holda yoki muayyan bir qismigina olinsa, muammosiz ishlaydi.



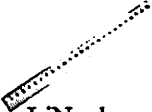






















Har bir obraz sinchkovlik bilan tanlansa, detallariga e'tibor qilib tasavvur qilinsa, mehr berilsa, bu sistemani yodlash oson, ishlatish qulay, esda tutish muddati esa uzoq bo'ladi.

RHKni ham, major MOSni ham noldan o'zingiz mustaqil tuzishingiz yoki biz quyida keltiradigan namundan foydalanishingiz mumkin.

Major sistemasiga misol

00  ZaZu	01  SuT	02  ZaNjir	03  SoMsa	04  ZoRfo
05  SaLla	06  ZeBra	07  SKameyka	08  SaVat	09  SiGaret
10  TuZdon	11  TuT	12  DoN	13  ToM	14  TaRoq
15  TiLla	16  Do`Ppi	17  TiKon	18  TuFli	19  TuGma
20  NoSvoy	21  NoutBuk	22  NoN	23  Na`Matak	24  NarVon

25	26	27	28	29
				
NiLufar	NoBel	NoK	NoVvot	NoGironlar aravasi
30	31	32	33	34
				
MuZ	MoTotsikl	MaNti	MaMont	MuRabbo
35	36	37	38	39
				
MaLina	MeBel	MaKaron	MaFia	MaGnit
40	41	42	43	44
				
RoZa (atirgul, rus.)	RaDar	RaNda	RaMka	aRRa
45	46	47	48	49
				
RuL	RuBob	RaKeta	RaFaello	RoGatka

50  LaZer	51  LaTta	52  LiNeyka (chizg'ich)	53  LiMon	54  LoR
55  LoLa	56  LuPa	57  LaK	58  LaVash	59  LaGan
60  BaSseyN	61  BaTareyka	62  BaNan	63  BoMba	64  BaRaban
65  BoLta	66  BoBoy	67  BaKlajka	68  PiVo	69  BeGemot
70  KoSa	71  KiTob	72  KoNfet	73  KaMon	74  KaRtoshka

75  KoLa	76  KuBik	77  Ko`Kat	78  KoFe	79  KG
80  VaZa	81  FoTo kamera	82  FeN	83  VaMpir	84  VaRrak
85  FoLga	86  VeBer	87  FaKs	88  VaFli	89  VaGon
90  GaZ plitasi	91  GiTara	92  GNom	93  GuMma	94  GuRuch
95  GaLstuk	96  GoBlin	97  GeKkon	98  GaVhar	99  GuGurt

Yodlash jarayoni

Raqamli kombinatsiya ikki xonali raqamlarga bo'lib chiqiladi va ular sistemadagi tegishli obrazlar bilan almashtiriladi. Obrazlar esa, o'z navbatida, o'zaro integratsiyalashtirilib, lokiga joylashtiriladi. 1 ta lokiga 2 ta obraz, ya'ni 4 ta raqam (2 ta ikki xonali) joylanadi.

Ya'ni 6548058412 sonini 64 va 48, 05 va 84, 12 kabi qismlarga ajratamiz (5 ta obraz hosil bo'ladi, 2 ta juftlik va 1 ta toq obraz) va 3 ta lokiga joylaymiz.

Muhim jihati – lokidagi ikki obrazning qaysi biri oldin, qaysi biri keyin kelayotganini adashtirib qo'ymaslik. Buning uchun o'zimizga qoida yaratib olsak bo'ladi. Masalan, birinchi obraz baliq, ikkinchi obraz telefon bo'lsa:

- Hajm. Birinchi obraz katta, ikkinchi obraz undan kichik: lokida bahaybat baliq tipirchilab yotibdi. Og'zi kichik mobil telefonlar bilan to'la;
- Ustma-ust. Birinchi obraz lokiga birinchi qo'yiladi, keyingisi birinchining ustiga joylanadi: lokiga xom baliqni (yoki baliqlarni) chiroyli qilib joyladik. Keyin esa har bir baliqning ustiga telefon qo'yib chiqdik;
- Syujet usuli. Mini-hikoya desak ham bo'ladi. Tasvirda avval birinchi obraz, keyin ikkinchisi paydo bo'ladi: baliq lokini dumi bilan kavlay boshladi va u yerdan telefon topib oldi;
- Harakat/holat. Birinchi obraz harakatsiz turadi, ikkinchisi unga nisbatan nimadir ish bajaradi: xom baliq lokida yotgan edi, telefon uni pichoqday kesib bo'laklarga bo'lishni boshladi;

- Butun va qism. Birinchi obraz lokiga qo'yiladi, ikkinchisining belgisi (rangi, biror qismi, xususiyati) unda namoyon qilinadi: lokida katta baliq yotibdi. Uning terisidagi tangachalar o'rnida telefonlar yaltirab turingibdi va hokazo.

Bunday shablonlarni yuzlab yaratishingiz va lokiga obrazlaringizni joylashda ta'bingizga qarab xohlaganinigizni ishlatishingiz mumkin.

Eslash jarayoni (recall)

Lokiga qaraymiz va qaysi obraz, qay holatda qo'yilganini eslab olamiz. Avval birinchi obrazni songa o'giramiz, keyin ikkinchisini. Navbatdagi lokiga o'tib, ma'lumotni to'liq tiklaguncha davom etamiz. Bor-yo'g'i shu.

Hozir biroz mujmal tuyulishi mumkin, albatta. Sizni tushunamiz – chunki o'zimiz ham shu pog'onadan o'tganmiz. Ishoning, ozgina vaqt va mashqdan so'ng hali o'zingiz hayron bo'lasiz, «Shu narsaning nimasiga qiyinalgandim o'shanda?» – deysiz. Ungacha ozgina mehnat va sabr talab etiladi.

Endi siz bilan doimiy kerak bo'ladigan raqamli ma'lumotlarni yodlash yo'llari bilan tanishib chiqamiz.

Telefon raqamlari

Mobil raqamlar uchun sodda usul bor. Misol tariqasida ushbu raqamni olaylik:

+998 91 234-56-78

«+998» bu – davlat kodi, undan keyingi 2 ta raqam operator kodi, oxirgi 7 ta son abonent raqami. Toshkent shahri operator kodlarining birinchi raqami «9» bo'lgani uchun (90, 91, 93, 94, 97 va hokazo) barcha mobil raqamlar «+998 9_» kombinatsiyasi bilan boshlanadi. Shu sababli Toshkent shahri mobil raqamlarini yodlashda «+998 9_»ni obrazga o'girish shart emas. Shunday qilib, 8 ta raqam qoladi:

___ _1 234-56-78

Bu sakkizta raqamni to'rtta juftlikka ajratib olamiz (12, 34, 56, 78) va tegishli obrazlarga almashtiramiz. Lokiga joylashtirishda 2 ta usuldan foydalansak bo'ladi:

- 1) Oddiy usul – 2 ta lokiga 2 tadan obraz qo'yamiz;
- 2) Haykal (monument) usuli – 1 ta lokiga 4 ta obrazni ustma-ust joylaymiz va xuddi telefon ekranini rasmga (screenshot) olgandek to'rtala obrazni qamrab olgan holda qarab qo'yamiz.

Har bir kitobxon bu ikki usuldan o'ziga yoqqanini tanlab ishlatishi mumkin. Agar davlat kodidan keyin «9»dan boshlanmaydigan operator kodi kelsa, 8 ta o'rninga 9 ta raqam yodlanadi. Masalan, quyidagi xonadonlarga tegishli (mobil raqam emas) formatni olaylik:

+998 78 123-45-67

Bu holatda «+998»dan keyingi barcha raqam qatnashadi. E'tibor qilgan bo'lsangiz, raqamlar soni toq va 4 ta obrazdan tashqari bitta raqam chetda qolib ketadi. Uni ham qo'shib yodlash uchun:

- Number-sheyp usuli orqali obrazga aylantirish. Ya'ni bir xonali raqam qaysi obrazni eslatsa, shu

obrazni ishlatib ketish (masalan, «7» o'roqni, «2» oqqushni eslatgani kabi).

- Bir xonali o'rniga shu raqam bilan tugaydigan ikki xonali son obrazidan foydalanish (recall paytida boshidagi eng birinchi raqam olib tashlanadi. Masalan, 08 raqamini olib, 0 raqami recall da shunchaki tushirib qoldiriladi);
- Takrorlanuvchi variantlar uchun 3 xonali sonlar ishtirokida alohida obrazlar tuzib olish. Masalan, siz yashaydigan hududda xonadon telefon raqamlari 77, 78, 79 kodlari va abonent raqami 2xx ko'rinishida boshlanadi. Bu o'rinda 772, 782, 792 sonlarini alohida boshqa obrazlarga tenglab olsak, 1 ta telefon raqami 4 ta obrazdan iborat bo'ladi.

UzCard to'lov kartasi

Juda ham oddiy. Hozirda ularning seriyasi 16 ta raqamdan tashkil topgan va «8600»dan boshlanadi. Bu to'rt raqamni qoldirib ketamiz, 12 ta raqamni 3 ta lokiga joylaymiz. Interval takrorlash.

Xalqaro kartalar

Xuddi shu tartibda, faqat to'liq yodlanadi. Ba'zida bu kartalar bilan onlayn to'lov qilishda kartaning amal qilish muddati va CVV kodi ham kerak bo'ladi. Maxsus karta uchun ajratgan joyingizda 6 ta loki yasab olishin-

giz mumkin. 4 tasiga seriya raqami, 5-lokada amal qilish muddati (oo/yy), oxirgisida CVV.

CVV kodi 3 xonali raqamdan iborat bo'lgani uchun shifr oldiga «0» raqamini qo'yib, 2 ta obraz ko'rinishida saqlab qo'yishingiz mumkin. Recall paytida CVV yozilgan joydagi birinchi «0», aslida, yo'qligini yodda tutsangiz kifoya.

POA sistemasini tuzish

Yuqorida biz ShBH (POA) sistemasini ham tilga olgan edik. Tarkibiy tuzilishi va ishlash mexanizmi major sistemasidan murakkabroq, lekin o'ziga xos qiziqarli jihatlari talaygina. Agar major sistemasida bitta ikki xonali raqamga bitta obraz bog'lansa, POA sistemasida har ikki xonali son uchun 2 yoki 3 ta parametr bog'lana-di. Keling, oldin bu sistemaning qanday ishlashini ko'rib chiqamiz, keyin esa tuzishni muhokama qilamiz.

Misol uchun quyidagi namuna jadvaldan foydalanaylik:

	Shaxs	Predmet	Harakat
00	Maykl Jekson	Shlyapa	Predmetni osmonga otdi
...
37	Odil Ahmedov	To'p	Predmetni tepdi
...
58	Leonardo da Vinchi	Surat	Predmetni bo'yamoqda
...			
99

Bu sistema bilan ishlaganda:

- birinchi juftlik son uchun ShBHDagi Sh – Shaxs olinadi;
- ikkinchi juftlik son uchun ShBHDagi B – Buyum, predmet olinadi;
- uchinchi juftlik son uchun ShBHDagi H – Harakat, holat olinadi.

Shu zaylda 1 lokiga 6 raqam joylanadi.

Aytaylik, «003758» raqamini POA sistemasida yod-lamoqchimiz. Obrazni qo'yish uchun oldindan bir loki tanlab olamiz va raqamli ma'lumotni xuddi major bilan ishlagandek 2 xonali sonlarga bo'lib chiqamiz. So'ng chapdan o'ngga qarab Sh-B-H tartibida kodlab boramiz. Ilk ikki xonali raqamga tegishli Shaxsni (Sh) olamiz. 00 sonining shaxsi Maykl Jekson. Uni lokida tasavvur qilib oling. Keyingi juftlikning buyumini olamiz (B). 37 sonining buyumi – to'p. Hozirgina lokiga qo'ygan Maykl Jeksonga to'pni tutqazib qo'ying. Navbatdagi son – 58 ning harakatini (H) olamiz – «Predmetni bo'yamoqda». Lokimizdagi Maykl Jekson to'pni bo'yoqlar bilan bo'yashni boshladi. Qanday rangga bo'yagani, bo'yoq qayerga sachragani, umuman, jarayonning qay holatda ro'y berayotgani foydalanuvchining fantaziyasiga bog'liq. Bu holatda siz – tasavvuringiz rejissyorisiz! To'liq ijodiy erkinlik.

Xuddi shu sonlardan iborat boshqa kombinatsiyani ko'rib chiqamiz. «580037» soni. 58 soni birinchi juftlik bo'lgani uchun uning shaxsi olinadi – Leonardo va Vin-

chi. Lokiga joylaymiz. Keyingi 00 soni navbat bo'yicha ikkinchi bo'lib kelgani uchun uning buyumi – shlyapani olamiz va lokimizdagi da Vinchiga tutqazamiz. Hosil bo'lgan obrazga keyingi sonning harakatini qo'shamiz: «Predmetni tepdi». Ya'ni bizning lokimizda shlyapani tepayotgan da Vinchi timsoli hosil bo'ldi. Maxsus effektlar, ovozlar, hidlar qo'shsak, holatga nisbatan biror munosabatni his qilsak, ma'lumot yaxshi esda qoladi. Masalan, da Vinchi: «Uno momento, bu shlyapa judayam xunukissimo!» – dedi va shlyapani tepib yubordi. Uning zarbasidan biroz chang ko'tarildi va shlyapa yirtilib ketdi. Siz esa changni, yirtilgan shlyapa bo'laklarini ko'rib, «Leonardo amaki lokiyimni bekor to'zgi'tdi-da», – deya ko'nglingizdan o'tkazib qo'ydingiz.

Namunadagi jadvalda faqatgina 00, 37, 58 sonlari uchun obraz bor. Mukammal POA sistemasida 00 dan 99 gacha bo'lgan har bir songa xuddi shu zaylda obraz bog'lab chiqiladi.

POA sistemasining soddalashtirilgan P+OA shakli ham mavjud. Unda ilk ikki xonali son uchun shu sonning shaxsi olinadi va keyingi ikki xonali sonning buyumi harakati bilan qo'shib olinadi. Bunday shakldagi sistemada 1 ta lokiga 4 ta raqam joylanadi. Masalan, 3758 sonini yodlab qolish uchun 37 ning shaxsi va 58 ning buyumi harakati birgalikda olinadi: Odil Ahmedov suratni bo'yamoqda.

Quyida POA va major sistemalarini taqqoslaymiz:

	Major	P+OA	P+O+A
1 lokida obraz	2	2	3
1 lokida raqam	4	4	6
To'liq sistemada obrazlar soni (yuzlik)	100	200 (100+100)	300 (100+100+100)
Takrorlanishsiz kombinatsiyalar soni	10 000 (100x100)	10 000 (100x100)	1 000 000 (100x100x100)

Sistemani tuzishda RHKdan yoki kategoriyalash usulidan foydalansa bo'ladi. 3 soni RHK bo'yicha «M» harfiga, 2 «N»ga tenglansa, 32 soni uchun ilk undoshlari «M» va «N» bo'lgan shaxs yoki personaj tanlanadi. MaNnon yoki MuNira ismli tanishingizni, MiNotavr maxluqini, xohlasangiz MoNika Beluchchini tanlashingiz mumkin. Predmetga MaNdarin, MaNngo, MiNa kabi buyumlarni olsa bo'ladi. Harakatga MiNmoq, MeNsimaslik, MaNmanlik qilish kabilarni predmetga moslab ishlatish mumkin. Mabodo biror punktga harfiga mos parametr topolmasangiz, istisno tariqasida shunchaki o'zingizga maqbul, yorqin parametr (shaxs, predmet, harakat/holat)ni tanlasangiz bo'ladi.

Kategoriyalash usulida har o'ntalik uchun biror manba tanlanadiki, u yerdan 10 shaxs yoki personaj olish mumkin bo'lsin. Manba sifatida biror serial, film, multfilm, turkum (qo'shiqchilar, sportchilar, qo'shnilar, sinfdoshlar va hokazo) olinishi mumkin. Predmetni va harakat/holatni shaxsga asoslangan holda tanlab olinadi.

Quyida ustozimiz Shohruh aka Rahmonovning kitoblaridan POA sistemasiga misol keltirganmiz. Ushbu jadval aynan siz uchun mukammal bo'lmisligi mumkin, chunki unda sizning obraz va assotsiyatsiyalaringiz ishlatilmagan. Lekin u sizda POA haqida tasavvur hosil bo'lishi uchun yetarli. E'tibor qilsangiz, jadvaldagi ixtiyoriy shaxs, obyekt va harakatni birlashtirish mumkin.

Misol uchun, 547896 soni jadval bo'yicha «Luiza Rasulova – Qafasni – Qo'lida ko'tarib afsun o'qigandi, qafas yorishib ketdi» obrazi hosil bo'ladi. Agar shu kombinatsiya 965478 holatida kelsa, «Garri Potter – Shtangani – Arralayapti» obrazi hosil bo'ladi.

№	RHK	Shaxs	Obyekt	Harakat
00	ZZ	ZaZu	Yong'oq	Obyekt og'ziga tiqilib qolgan, uni chiqara olmayapti
01	ZD	ZumraD	Xazina	Xazinani beliga ko'tarib olish
02	ZN	Zarina Nizo-middinova	Telefon	Obyekt orqali selfiga tushadi
03	ZM	ZeMfira	Ovoz kuchaytirgich	Obyektga qichqirib opera aytadi
04	ZR	ZorRo	Qilich	Obyekt ustida bir oyoqda muallaq turibdi
05	ZL	ZLAtan Ibragimovich	Sher	Obyektzni quchoqlab, silayapti

06	ZB	ZeBra	Ko'katlar yer- dan chiqqan	Yerdan chiqqan obyektni tishlari bilan tortib olishga harakat qilyapti
07	ZK	Ziyoda Kabulova	Ko'zoynak	Obyektni ko'zlariga taqib, atrofni tomosha qilyapti
08	ZV	ZVeri	Gitara	Obyektni gitaradek chalyapti
09	ZG	ZiGzag (Zig Ziglar)	Ruchkada	Obyekt bilan nimadur yozyapti
10	DZ	Tohir Sodiqov	Anor	Obyektni siqib, suvini chiqaryapti
11	DD	Djonni Depp	Shturval	Shturvalni aylantirib boshqarmoqda
12	DN	DoN kixot	Ritsar qalpog'i	Obyektni boshiga kiymoqda
13	DM	Dmitriy Medvedev	Tufli baland poshnali	Obyektni poyabzal qilib kiyib, yurmoqda
14	DR	Djuliya Roberts	Kelinlik liboslari	Obyekt bilan valsga tushyapti
15	DL	DiLnoza Kubayeva	Sumka va ryukzaklar	Kelgindi kelin bo'lib sumkalarni sudrab keladi.
16	DB	Den Broun	Kriptograf	Obyektning ichidan simlari chiqib yotibdi, shaxs uni tuzatyapti
17	DK	DoKtor	Fonendoskop	Obyektni qulog'iga tutib eshitishga harakat qilyapti

18	DV	DelFin	Kichkina basseyncha	Obyektga kalla tashlab sho'ng'ish
19	DG	DoG	O'yinchoq kuchukcha	To'rt oyoqlab obyektga qarab vovullayapti
20	NZ	NinZya	kichkina pichoqcha	Obyektni o'ng va chap qo'llari bilan galma-gal beto'xtov otyapti
21	ND	Nikita Djigurda	Bolta	Obyekt yordamida soqol olyapti
22	NN	NiNa	Eshak	Eshakning ustiga minib ketadi
23	NM	NeMo	Akvarium	Obyektni yorib chiqyapti
24	NR	NegeR	Omoch	Yerni shudgorlash
25	NL	Nelli Furtado	Quloqchin	Obyektni quloqchin qilib, rep o'qiyapti
26	NB	Napoleon Bonapart	Napoleon Bonapart portreti	Obyektga saroycha mulozamat bilan ta'zim qilyapti (reverans)
27	NK	Nikita Xrushev	Makkajo'xori	Obyektni cho'pga tiqib pishiryapti
28	NV	Nikolay Valuyev	boks grushasi	Zarba beradi, perchatka bilan
29	NG	Nikolay Gogol	pergament	Obyektga pero bilan yozyapti

30	MZ	ManZura	Robot	Obyektga sevgi izhor qilyapti
31	MD	Muhamma- diso Abdulxairov	Parik	Obyektni taroq bilan tarayapti
32	MN	MaymuN	banan	Obyektga toyib yiqildi
33	MM	Merilin Monro	Pudra	Makiyaj qiladi
34	MR	Murod Rajabov	Osh	Obyektni osh kabi qo'lda yeyish
35	ML	MoL	Presslangan somon	Obyektni shoxlayapti
36	MB	MiB xodimi	Kishan	Obyekt qo'liga kishan qilib ishlatilgan
37	MK	Mixail Krug	Stul	Stulda o'tiribdi
38	MV	MaFiya	Pistolet	Otib tashlaydi
39	MG	Mixail Galustyan	G'isht	Devor qurmoqda
40	RZ	Ra'no Zokirova	Zakolka	Uzun sochiga obyektni taqyapti
41	RD	Roy Jons	Suvi to'ldirilgan butilka	Obyektdan suv idish sifatida foydalanib suv ichyapti
42	RN	RoNaldo	To'p	Obyektni to'p kabi oyoqda o'ynatyapti
43	RM	Ronald MakDonald	Gamburger	Obyektni janglyor kabi o'ynatyapti

44	RR	Ronald Reygan	Amerika bayrog'i	Bayroqni tepaga ko'tarish
45	RL	Rayhon Ulasenova	Eshik	Aldangan ayol bo'lib boshini obyektga uradi
46	RB	Roman Abramovich	Quyma oltin	Cho'ntagidan obyektни chiqarib maqtanyapti
47	RK	Roy King	Keda	Obyektga shnur (poyabzal ipi) o'tkazib chiqyapti
48	RV	Robi Uilliams	Lasso	Lasso aylantiryapti
49	RG	Rayhon G'aniyeva	Rayhon (o'simlik)	Obyektни maza qilib hidlayapti
50	LZ	EliZabeta qirolicha	Qirol toji	Obyektни yaltiratib ohista artmoqda
51	LD	Lendon Donovan	Soch olish mashinkasi	Sochni obyekt yordamida tepakal qilib olib yuborish
52	LN	Albert Eynshteyn	Mel	Doskaga obyekt bilan yozmoq
53	LM	Layli va Majnun	Sharob quyiladigan jom	Obyektни ushlavolib mast holda yuribdi
54	LR	Luiza Rasulova	Shtanga	Yotgan holda obyektни shtanga qilib ko'tarish
55	LL	Aleksandr Lukashenko	Kartoshka	Obyektни ekmoq

56	LB	ALLa Pugachyova	Qizil atirgullar	Yengil qadamlar bilan obyektzni atirgul barglaridek sohib ketyapti
57	LK	LaylaK	Laylak polaponlari	Obyektzni ovqatlantiradi
58	LV	Lui Van Gal	Uchar gilam	Obyekt ustida uchyapti (Uchar Gollanddan olingan)
59	LG	LeGo soldat	Lego donasi	Lego donachalaridan obyekt maketini yasayapti
60	BZ	Botir Zokirov	Rasm chizadigan planshet	Qo'llari bilan obyekt- ga bo'yoq surtmoqda
61	BD	Pavel Durov	Konvert	Pochtalyon sumkasiga ko'p qilib obyektzni solib olgan. Sumkadan toshib ketyapti
62	BN	BayroN	She'riy kitob	Obyektga yozilgan she'rni ovozini baland qilib o'qiydi
63	BM	Bob Marli	Trubka	Chekadi
64	BR	BaRbi	Barbi qo'li	O'z qoli o'rniga obyektzni o'rnatib olgan
65	BL	Bryus Li	Nunchaki, o'z quroli	Obyektzni nunchaki qilib ishlatyapti

66	BB	Ben Bernanke	Dollar pullari	Sochib tashlash
67	BK	Bill Klinton	Ko'zgu	Obyektga qarab tabassum qilishni mashq qilyapti
68	BV	BuFfon	Darvozabon qo'lqopi, katta	Obyektni qo'lga qo'lqop qilib kiymoqchi
69	BG	BuG'u	Qizil mato	Obyektni quvlab yuribdi
70	KZ	KaniZa	Paxta gulli choynak	Obyektdan choy quyadi aylanib
71	KD	Kventin Tarantino	Kamera	Obyektni kamera qilib ishlatmoq, kino olmoq
72	KN	KoNduktor	Bilet	Obyektni yirtib, yarmini uzatyapti
73	KM	Kamol MustafO Otaturk	Miltiq	Obyektni miltiq qilib yelkasiga osib olib soldatlarcha qadam bosish
74	KR	Kritik Roshan	Rolik	Obyektni rolik qilib uchyapti («Tezlik» filmidan)
75	KL	KAA (ilon)	Qop	Qopdan chiqib o'ynaydi
76	KB	Kobi Brayant	Basketbol to'pi	Obyektni basketbol to'pidek yerga urib sakratyapti
77	KK	Ku Klux Klan	Xoch	Obyektni yondiryapti

78	KV	Kvazimodo	Qafas (panjara)	Obyektni arralayapti
79	KG	Klara Jalilova	Do'ppi	Obyektni ignada tikmoq
80	VZ	Farrux Soipov	telefon	Obyektni telefon qilib gaplashyapti
81	VD	FarishTa	Oq mato	Oq matoda qo'rqitish
82	VN	VaN dam	mayka	Obyektni kir yuvgandek yuvish
83	VM	Vadim Men- kov	kanoe	Obyektni arqonda tortish ..
84	VR	VampiR	Qon solingan xaltacha	Obyektni tishlab qonini ichmoq
85	VL	Vladimir Lenin	Lenin haykalchasi	Obyektni haykaltaroshlik qilib yasayapti
86	VB	FolBin	Sehrli lampochkasi	Lampa orqali duolar qilib qo'rqitadi
87	VK	Vitaliy Klichko	Medal	Obyektni bo'yniga taqyapti
88	VV	ViValdi	Skripka	Strunada chalib tashlaydi.
89	VG	Vladimir Jiri- novskiy	Minbar	Obyektni mushtlab baqiradi
90	GZ	George Soros	Hujjatlar	Obyektga muhr bosyapti
91	GD	GaDo	Eski shlyapa	Obyektni ushlab olib tilanchilik qilyapti

92	GN	GeNdelf	Tayoqchasi	Obyektga suyanib turibdi
93	GM	Garik Martirosyan	Pianino klavishlari	Obyektga pianino kabi musiqa chalyapti
94	GR	GeRakl	Gira (polvonlar toshi)	Obyektga polvonlar kabi ko'taryapti
95	GL	GaL gadot	Wonder woman qalqoni	Obyektga qalqon qilib to'sib olgan
96	GB	Garri Potter	Sehrli tayoqcha	Obyektga bir qo'lida ko'tarib afsun o'qigandi, obyekt kuchli nur tarata boshladi
97	GK	Garri Kasparov	Shaxmat donachalari	Obyektga shaxmat donachalari kabi taxlab chiqyapti
98	GV	Giraffe	baland daraxt	Obyektga yaqin kelib, o'z bo'yini solishtirmoqda
99	GG	GaGarin	Raketa	«Nu, poyexali», – deb uchib ketadi

Millenium sistemasi

Raqamlarni yodlashda ishlatiladigan maxsus «kodlash» sistemalaridan yana biri Millenium bo'lib, dunyoda eng yuqori ko'rsatkichli (Top-100) mnemoatletlar (Aleks Myullen, Muhamed Ramadan) musobaqalarda undan foydalanadilar. Agar sistema faqat o'zingizga kerakli ma'lumotni eslab qolish uchungina kerak bo'lsa, Major yoki POA sistemasidan foydalangan qulayroq. Sababi, Millenium 000 – 999 gacha obrazlardan (ya'ni 1000 ta obrazdan) tashkil topgan. Qisqa qilib aytganda, Millenium bu – Majorning uchlik shaklidir.

Qanday qilib tuzib chiqish qulayroq va osonroq deysizmi? Har 100 lik uchun 1 mavzu tanlash sistemangizni tuzish va yodlash jarayonini osonlashtiradi. Masalan:

000 – 099 Garri Potter

100 – 199 Anime

200 – 299 Do'stlar

300 – 399 Vinni Pux

Milleniumni, umuman olganda, har qanday sistemani tuzish – individual jarayon. Quyida ishlatish mumkin bo'lgan tayyor namunani topasiz. Unutmang, mavzular doirasida faqatgina predmetlardan emas, shaxslardan, personajlardan ham foydalanish mumkin.

Bundan tashqari, Milleniumni Millenium POA shakliga ham aylantirish mumkin. Buning uchun esa har bir raqam ostida ham shaxs, ham predmet (harakati bilan birgalikda) yozib chiqishingiz kerak bo'ladi. Masalan:

000 – Kungfu Panda – qo‘lqopni taqmoq

001 – Olmaxon – yong‘oqni chaqmoq

Sistemani tuzishda raqamni harfga aylantirish (RHK) usulidan foydalanish ham mumkin. Lekin obrazlar ko‘p bo‘lgani uchun jarayon qiyin kechishi aniq.

357 – MuLatKa – pomada qo‘ymoq

621 – PaNDa – yog‘ochda urmoq

Mavzularga bo‘lib obrazlar tanlash ham, tuzish ham yodlash jarayonini osonlashtiradi.

Namuna:

- (100 – 109, ish qurollari)
- (110 – 119, Yegulik)
- (120 – 129, o‘quv qurollari) va hokazo

ShBHni tanlash qoidalari

1. Shaxs – inson (siz tanigan, ko‘rgan va bilgan), film yoki serial qahramoni (fantastik yoxud oddiy), multfilm qahramoni (odamlashtirilgan obraz bo‘lgani maqsadga muvofiq).

✓ **Sistemaga olish mumkin bo‘lgan shaxslar:**
mashhur insonlar, kino yulduzlari, ashulachilar, sportchilar, sinfdoshlar, kursdoshlar, qarindoshlar, qo‘shnilar, hamkasblar, ulfatlar va hokazo.

✗ **Sistemaga olish mumkin bo‘lmagan shaxslar:**
siz tanimagan, tanisangiz ham yuzini ko‘rmagan mashhur kompozitorlar, yozuvchilar, tarixiy

shaxslar va hokazo. Chunki biz bilma-
gan insonlarni xotiramiz xuddi mana
bu suratdagi kabi eslab qoladi. Biz esa
recall paytida: «Bu kim edi-ya?» – deb
bosh qotirib o‘tiramiz.




Odamga o‘xshamagan multqahramonlar.
Odam bajaradigan ba’zi ishlarni ular baja-
rayotganini tasavvur qilish biroz mushkul-
ligi sababli bunday obrazlarni olmaganimiz
ma’qul.


Takroran olish. Masalan, aktyorlar turku-
mida Robert Daunini olgan bo‘lsangiz, uni qaytib «Mar-
vel» turkumida, Temir odam timsolida olish kerakmas.
Chunki har ikki obraz aslida bir kishiligi ma’lumotni
tiklashda chalg‘itishi mumkin.


Yaqin insonlarimiz, oila a’zolarimiz. Ularni siste-
mada ishlatmaganimiz ma’qul. Sababi, boshqa bir per-
sonaj bajarishi kerak bo‘lgan harakat ularga tushib
qolishi mumkin. Masalan, «Kasblar» kategoriyasida
«Masxaraboz tortni o‘zining yuziga urdi» punkti bor. Bu
harakatni ko‘nglimizga yaqin olgan insonlarimiz bilan
tasavvur qilish biz uchun yoqimsiz holat bo‘lishi mum-
kin. Maslahatimiz: yaqinlaringizni e’zozlang. Hatto
tasavvuringizda ham.

✓ **Olish mumkin bo‘lgan predmetlar:** ko‘z bilan
ko‘rib, qo‘l bilan ushlasa bo‘ladigan deyarli bar-
cha narsalar. Hayvonlarni ham predmet sifatida
olishingiz mumkin. Lekin bir jihati bor: agar ta’sirchan

bo'lsangiz, jonzotlarni sistemaga olmaganingiz ma'qul. Bir shaxsning harakati ko'pincha boshqa shaxs va predmet bilan keladi. Masalan, «da Vinchi shlyapani tepdi» holati o'rnida «da Vinchi mushukchani tepdi» obrazi hosil bo'lishi mumkin. Ayrim insonlar xotirasida bu jarayon yorqin obraz sifatida qolsa, boshqa bir insonning ta'bini xira qilishi mumkin.

 **Olish mumkin bo'lmagan predmetlar:** sochilib ketadigan, haddan ziyod yirik yoki mayda predmetlar, tutun va gazlarni olish tavsiya etilmaydi. Chunki sistemadagi barcha harakatni ham ular bilan bajarib bo'lmaydi. Shunday predmetni olingki, u bilan jadvalingizdagi 100 ta harakatni ham qilish mumkin bo'lsin. Buni aniqlash uchun 100 marotaba tekshirish shart emas – 1-2 ta harakat bilan ishlatib ko'rish kifoya.

 **Olish mumkin bo'lgan harakat va holatlar:** ular bevosita predmet bilan bajariladi. Siz bir qarashdayoq lokidagi shaxs nima qilayotganini tushuna olishingiz zarur. Masalan, predmetni sudrash, tepish, predmetda yotish, uni tishlash, bo'yash, chopish va hokazo. Bundan tashqari, tanlanayotgan harakatni sistemadagi barcha predmetlar bilan bajarish mumkin bo'lishi maqsadga muvofiq.

 **Olish mumkin bo'lmagan harakat va holatlar:** bajarilishi jihatidan bir-biriga o'xshash (koptokni osmonga otdi, do'ppini osmonga otdi va hokazo), faqatgina ma'lum bir narsalar bilangina bajarsa bo'ladigan harakatlar (kiyish, shaxmat o'ynash, varaqlash

va hokazo). Masalan, «Eynshteyn – kitob – predmetni varaqlash» olinsin. Agar raqam yodlayotganimizda shu harakatga koʻptok toʻgʻri kelib qolsa, Eynshteyn bu predmetni varaqlayotganini tasavvur qilish uchun koʻproq vaqt ketkazamiz. Undan koʻra ham kitob bilan, ham sistemadagi boshqa predmetlar bilan bajarish mumkin boʻlgan harakatlarni olganingiz maʼqul. Kimdadir bu holat, aksincha, yaxshi natija berishi ham mumkin. Sizda qay tarzda kechishini bilish uchun albatta sinab koʻrishingiz kerak boʻladi.

Harakat-holatning dinamikasi (bajarilish jarayoni va uning tushunarligi). Yuqorida aytganimizdek, oʻzingiz uchun bir qarashda tushunarli boʻladigan harakatlar olinishi kerak. Chunki ish oʻz predmeti bilan kelganida uni tanib olish oson. Lekin klassik POAda bir predmetning harakati koʻpincha boshqa predmetning harakati bilan keladi. Quyida berilgan misolda futbolchini darrov tanib olamiz. Lekin keyingi ikki shaxs nima qilayotganini tushunish qiyin.



Chap tarafdagi harakat dinamikasi juda sodda va tushunarli. «Tepmoq».

Oʻng tarafdagi biroz tushunarsiz va koʻpgina harakatlarni eslatishi mumkin. Bu keyinchalik recall jarayonida adashtirishi ehtimoli katta.

Bo'lim xulosalari:

- raqam va simvollar ongimiz uchun qadrdon emas, vizual obrazlar esa xotiramiz uchun tushunarli va tabiiy;
- MOSlangan raqamlar bilan barcha turdagi va qiyinlikdagi raqamli ma'lumotlarni oson eslab qolish mumkin;
- sistema tuzayotganingizda yuqorida berilgan tavsiyalarga e'tiborli bo'lish ishingizni yengillashtiradi;
- berilgan sistema va tavsiyalarning qay biri sizning xotirangizga ma'qul bo'lishini bilish uchun ularni bir nechta mashqlarda ishlatib ko'rishingiz kerak bo'ladi;
- MOSni mashq sifatida yoki kerakli ma'lumotni yod olish uchun ishlatamiz;
- raqamlarni yod olish tezligingiz sistema turidan ko'ra mashqlar muntazamligiga ko'proq bog'liq.

Tarixiy sanalar bilan ishlash va dunyo rekordchisi ishlatadigan maxsus usul

5 daqiqada qancha tarixiy sanalarni voqeasi bilan birga eslab qola olasiz? 15? 25? Hozirgi kundagi jahon rekordi 154! Hind xotira sporti ustasi Prateek Yadav udalagan bu ajoyib natijaning siri nimada?

Xotira musobaqalarining eng qiziqarli va mashhur shartlaridan biri «Tarixiy sanalar» hisoblanadi. Aslini olganda, bu bizning kundalik hayotimizda ham kerak

bo'ladigan ma'lumot turidir. Yaqinlaringizni tug'ilgan kuni bilan doimo vaqtida tabriklash, oilaviy muhim kunlarni yodda saqlash, tarix fanidan a'lochi bo'lish yoki hech bo'lmaganda dunyoqarashni kengaytiruvchi ma'lumotlarni sanalari bilan birga bilish o'zingiz uchun ham yoqimli, ham foydali, albatta.

Oddiy tarixiy sanalar uchun mnemotexnikani qanday qo'llash mumkin? Tasavvur qiling, Birinchi salib yurishlari nechanchi yilda boshlanganini eslab qolishingiz kerak. Albatta, bu birgina sana va uni eslab qolish mashaqqatli emas. Ammo ular yuzlab bo'lsa-chi? Test ko'rinishida bo'lsa-chi? Bu holatda siz ancha vaqtinigizni va asablaringizni yo'qotasiz (tug'ma qobiliyatli insonlar bundan mustasno, lekin tug'ma xotira egasi bo'lmaganingiz sizni testdan xalos qilmaydi). Yuqorida bir necha bor takrorlaganimizdek, miyaning eng yaqin do'stlari tasavvur, bog'lash, rang-baranglik, noodatiy narsalardir. Xuddi ana shulardan foydalangan holda sanalarni eslab qolish qismiga o'tsak. Bunda raqamlar uchun tuzgan sistemangiz va biroz tasavvurni ishlatishingiz kerak bo'ladi, xolos.

Telefon qachon ixtiro qilinganini bilasizmi? Unday bo'lsa, shu ma'lumotdan misol tariqasida foydalanamiz.

1876-yilda Aleksandr Bell tomonidan **telefon** ixtiro qilingan. Tarixiy sanani eslab qolishda o'zingiz uchun doimo birinchi navbatda asosiy so'z (keyword)ni toping va belgilab qo'ying. So'ng tayyor sistemangizdagi (tayyor holatdagi va yodlangan) raqamlardan foydalaning.

18 (tovuq) + 76 (kabob) + telefon = qanchalik bog‘lab, tasavvuringizga mahkamlay oldingiz?

Avvaliga bu biroz g‘ayritabiiy va ko‘p vaqt oladigan-day ko‘rinishi tabiiy. Lekin mnemonika usullarini ishlatishda tajribangiz oshgani sari bu jarayon siz uchun yengillashib boradi.

Misol uchun, 09.06.1953 sanasini qanday eslab qolish kerak? Bu holatda ham sistemangizni ma‘lumot bilan bog‘lab ishlatishingiz mumkin. Yoki oylar uchun alohida jadval tuzib olsangiz bo‘ladi:

Oy nomi	Tartib raqami	Obraz
Yanvar	01	Archa
Fevral	02	Medal
Mart	03	Mimoza (8-mart)
April	04	Tomchi (erish)
May	05	Kabutar (may bayramlari)
Iyun	06	Quyosh
Iyul	07	Qulupnay
Avgust	08	Olma
Sentyabr	09	Barg
Oktyabr	10	Muz
Noyabr	11	Qor
Dekabr	12	Qorqiz

Agar yodlashda major sistemasidan foydalanayotgan bo‘lsangiz, kun, oy, yilning sonlarini sistemangizdan ola-

siz va lokiyingizga joylaysiz. Alohida oylar uchun tuzilgan jadval bilan ishlashda esa oy raqamining o'rniga majordagi obraz emas, jadvaldagi obrazdan foydalaniladi.

Xotira musobaqalarida qanday sanalar beriladi va qanday sistemani qo'llash qulayroq? Musobaqalarda tarixni yaxshi bilgan insonlarning qatnashishi ehtimoldan xoli emas. Shu sababli ham adolatni ta'minlash maqsadida hech qachon real tarixiy sana hamda voqeadan foydalanilmaydi. Ularning barchasi to'qima ma'lumot sifatida beriladi. Misol uchun, «1896 – Tuya fazoga uchirildi» kabi. Ma'lumotlar bu tarzda berilishining o'ziga yarasha qulay va noqulay tomonlari bor.

+	-
Ma'lumot faqatgina yil va voqeadan iborat bo'ladi	Yodlangan ma'lumot tartibi, keyingi varaqda beriladigan javoblar varaqasi tartibi bilan umuman mos kelmaydi
Lokilardan foydalanish shart emas, chunki eslash uchun berilgan qog'ozlarda voqealar yozilgan bo'ladi (bunda esa siz yodlab qolgan 2 narsadan biri bor, ana shu ilmoq orqali ikkinchisini topishingiz mumkinligini bildiradi)	Bir-biriga o'xshash ma'lumotlar voqea sifatida keltirilishi mumkin, chalg'itish uchun, albatta. Misol uchun: 1569 – Daraxt meva bermadi 1963 – Daraxt mevasi yerga tushmadi
Voqealar to'qima bo'lgani uchun ham noodatiy tasavvurlar uchun osonroq bo'ladi	Yillar ham to'qima bo'lgani uchun 2020-yildan kattaroq yillar uchrashi mumkin (2089, 3010)

Quyida «Tarixiy sanalar» shartiga oid mashq namu-
nasi keltirilgan. Yodlash varaqasi (memo):

Javoblar varaqasi (recall):

Ko'rib turganingizdek, javoblar varaqasida voqealar-
ning o'rnini o'zgartirilgan. Ishtirokchi voqeani o'qib, uning
yilini bo'sh katakchaga yozishi kerak bo'ladi.

Bu holatda asosan 3 ta ish bajariladi: yilni obrazga
aylantirish, voqeani obrazga aylantirish va bu ikki ob-
razni o'zaro bog'lab qo'yish. Keling, dastlab voqeani
obrazga aylantirishni muhokama qilamiz. Masalan,
«1896 – Tuya fazoga uchirildi»ni eslab qolishingiz ke-
rak. «Tuya fazoga uchirildi» voqeasi uchun biz mualliflar
obraz sifatida:

- tuya atrofida asteroidlar halqa hosil qilib uchib
yurgan holati;
- skafandr kiydirilgan tuya osmonga uchirib yubo-
rilayotgan holati;
- samoga uchirilayotgan raketaga katta tuyaning
yopishib olgani holati;
- tuya vaznsizlik holatida samoviy jismlar bilan
uchib yurgani holati va hokazolarni tanlagan bo'lar
edik.

E'tibor qiling, bu shunchaki bizning tasavvurimizda-
gi narsalar. Sizing fantaziyangiz mahsuli bundan ba-
tamom farq qilishi ham mumkin. Endi esa yilni voqea
bilan birgalikda eslab qolishni muhokama qilamiz.

1. Odatiy usul. Shunchaki raqam uchun tuzilgan sistemadan foydalanish (Major, POA):

18+96+ «Tuya fazoga uchirildi».

2. 7 karra Hindiston milliy xotira chempioni va bir necha dunyo rekordlarining (5 daqiqalik tarixiy sanalar va 5, 15 daqiqalik soʻzlar) sohibi P.Yadav foydalanadigan usul. Yillarning dastlabki 2 xonasi uchun maxsus lokilar tayyorlab qoʻyish hamda keyingi ikki raqam va voqeani aynan oʻsha joyga bogʻlash. Misol uchun: 10 – dengiz , 20 – sahro, 13 – Parij. Agar «1066-yilda Ilon birinchi marta yurdi» voqeasi boʻlsa:

10 (dengizda) + 66 (MOSdagi obraz) + ilonni tasavvur qilishingiz kerak boʻladi.

Aytaylik, yodlash uchun berilgan yillar orasida

Musobaqa davomida ketma-ket yodlash shart emas, har bir toʻgʻri topilgan yil uchun ball olinishini hisobga olsak, bitta lokiga 5 tadan hodisa joylash ham mumkin.

3. Agar sizda Millenium sistemasi boʻlsa, u holda raqamning birinchisini tashlab ketib, qolgan uchtasini voqea bilan bogʻlash. Bunday vaziyatda faqatgina 1 bilan boshlangan sanalarni yodlash yoki birinchi raqamni «number shape» orqali voqeaga bogʻlab yuborish mumkin boʻladi.

1+876+Voqea

Maslahatlar. Agarda siz mnemotexnikadan real sanalar uchun foydalanmoqchi boʻlsangiz, ular uchun alohida doimiy lokilardan foydalaning. Doimiy lokiga faqatgina

bir ma'lumot joylanadi, bu esa istalgan vaqtda u yerdan ma'lumotni chalkashliklarsiz chiqarib olish imkonini beradi. Agar siz musobaqada ishtirok etish niyatida bo'lsangiz, eng kamida 10 ta mashqsiz o'zingiz uchun doimiy bir sistemani tanlamang. Tanlab bo'lganingizdan so'ng esa uni bir necha marotaba o'zgartirmang, shunchaki uning ustida tinimsiz ishlang.

Xulosa. Tarixiy voqealar – hayotimizning ajralmas qismi. Birgina tanishgan kuningizni eslab do'stingizga qilingan qo'ng'iroq uning kayfiyatini ko'tarishi yoki auditoriyada o'qituvchining yil haqidagi savoliga to'g'ri javob bergan yagona odamga aylanib o'zingizga ishonchni yanada oshirishingiz mumkin. Ishingizni osonlashtirish uchun yuqorida berilgan bir nechta sistemalar qay darajada sizga mos yoki o'zgartirish kiritilishi kerakligini mashq davomida bilib olasiz. Tarixiy voqealarni eslab qolish sizning sevimli hobbiringizga aylanganida esa keyingi jahon rekordi aynan sizniki bo'lishi mumkin.

Matnlarni eslab qolish

Biz qabul qiladigan ma'lumotlarning bir qismi multimedia shaklida bo'lsa, aksariyat qismi matn formatida bo'ladi. Ijtimoiy tarmoqlarga, messenjerlarga kirganda qisqa bo'lsa-da matnlarni o'qiymiz. Dars jarayonlarida ham kitoblarni, maqolalarni mutolaa qilamiz. Ushbu turdagi ma'lumotlarni o'qib tushungandek bo'lamiz-u,

lekin qisqa muddatda esimizdan chiqarib yuboramiz. Aniqrog'i, eslab qolmagan bo'lamiz. Ma'lumotni o'zlashtirish jarayonidagi bu xatoni tuzatish uchun nima qilish kerak?

Avvalambor, bir narsani aniqlashtirib olishimiz lozim: bu ma'lumot bizga qancha muddat xizmat qilishi kerak? Aytaylik, siz o'qiyotgan maktab, kollej yoki universitetda sizga umuman qizig'i bo'lmagan bir fan bor. Undanam achinarlisi, shu fan bo'yicha imtihondan o'tishingiz kerak. Bu turdagi ma'lumot sizga qiziq ham, foydali ham emas. U ma'lumotlar hayotingiz sifatini oshirishga yoki qiziqib o'rganayotgan sohangiz mashaqqatini kamaytirishga yordam bermaydi. Lekin yaxshi baho olishni istayapsiz.

Tanish holatmi? (Shu joyda ta'lim tizimimizdagi qusurlar ko'zga tashlanadi.)

Marhamat qilib tanishing: ushbu holat butun o'rganish jarayonining eng yoqimsiz va eng zararli qismlaridan biri hisoblanadi. Chunki vaqtimiz, kuchimiz bekorga ketayotganini o'zimiz bilib, his qilib turamiz. Shunday bo'lsa ham, o'zimizni majburlab o'rganishda davom etamiz. Ong ostimizda nafaqat bu fandan zo'riqish, balki yangi ma'lumotlarni qabul qilishga nisbatan qarshilik paydo bo'ladi. Tanamiz o'zini katta negativ emotsional to'lqindan himoyalashni boshlaydi. Oqibatda vaqt o'tishi bilan tanamiz eslab qolish qobiliyatimizga kamroq kuch sarflay boshlaydi. Chunki uning uchun «eslab qolish = zarar ko'rish» dasturi konstanta bo'lib qoladi.

Xo'sh, bu o'rinda mnemonika qanday yordam bera oladi?

Eng katta foydasi – jarayonni qiziqarli qilib beradi. Fan siz uchun juda zerikarli, to'g'rimi? Obrazli yodlash esa o'rganish jarayonini birmuncha qiziqarli qiladi. Chunki tasavvurimiz obrazlarni sevadi, ulardan kuch oladi. Shu yo'sinda zerikarli ishni maroqli o'yinga aylantirib yuboramiz.

Ikkinchi foydasi – ma'lumotni eng samarasiz hisoblangan qayta-qayta takrorlash yo'li orqali yodlab, tez orada unutib qo'yish xavfidan qutulasiz. Ongimiz uchun hazm qilish qulay bo'lgan obrazlar – vaqti-vaqti bilan eslab turish (interval takrorlash) orqali uzoq muddatli xotiramizga ancha oson o'tkaziladi. Shunchaki: «Qani, obrazlarimiz haliyam turibdimi?» – deb ularga tasavvurda qarab qo'yishimizning o'zi ushbu ma'lumotga murojaat hisoblanadi. Bunday murojaatlar ketma-ket va ko'p emas, balki interval bilan muntazam amalga oshirilsa, xotiramiz nazdida shu ma'lumotning muhimlik darajasi oshib boradi. Uning unutilish tezligi pasayib, u bilan bog'liq bo'lgan neyronlar tezroq miyelin qobiqchalariga o'ralib oladi.

Bu usul nisbatan qisqa muddat uchun kerak bo'lgan ma'lumotlarni eslab qolishga xizmat qiladi. 3 – 7 kundan 1 oygacha muddatda imtihon biletlariga tayyorlanib, so'ng interval takrorlashni to'xtatish mumkin. Ko'p martalik lokidan foydalangan bo'lsangiz, lokatsiyalarni tozalab tashlash va ularni bo'sh holatda takror-

lab turish talab etiladi. Biroz vaqtdan so'ng xuddi shu «xotira papkalari»ga boshqa ma'lumotlarni yozishingiz mumkin.

Agar ma'lumot sizga 10 – 15 yil yoki bir umrga kerak bo'lsa-chi? Bunday holatda avvalo ko'p martalik lokilar bir martalikka aylantiriladi. Ya'ni kerakli ma'lumot joylashtirilganidan so'ng u lokatsiyalarga boshqa ma'lumot yozilmaydi. Interval takrorlashga yana 3-4 bosqich qo'shiladi va har nechadir oyda «lokatsiyalar reydi» o'tkazib turish talab etiladi. Asosiy farq shu.

Matnli ma'lumotlar quyidagi ko'rinishda bo'lishi mumkin:

1. So'zlar (xorijiy, termin).
2. Iqtiboslar, jumlar.
3. She'rlar va boshqa poetik asarlar.
4. Ta'riflar, qoidalar va shu kabi boshqa matnlar.

Yuqorida keltirib o'tilgan barcha matnli ma'lumotlar quyida keltiriladigan 3 mashhur texnikaning biridan foydalangan holda eslab qolinishi mumkin:

1. Matryoshka.
2. Zanjir.
3. Lokiga qo'yib yodlash.

Uch texnika uchun ham birinchi navbatda qilinadigan ish matndagi kalit so'zlarni aniqlashdir.

Odatda, to'liq matndagi ma'lumotning umumiy ma'nosini tushunish uchun undagi ba'zi so'zlarni ko'rib chiqishning o'zi kifoya qiladi. Sababi, bu kabi kalit so'zlar gapdagi asosiy ma'noni o'zida mujassam etadi.

Masalan:

«Hozirgi paytga kelib butun dunyo aholisini tashvishga solayotgan muammolardan biri bu – **global isishdir. 1850-yildan** boshlab har **o'n yillikdagi havo harorati** undan avvalgi o'n yilliklardan **issiqroq** bo'lgan».

Agar shu kichik matndagi qora bilan belgilangan kalit so'zlarning o'zinigina o'qib chiqsangiz, matnning asosiy ma'nosini tushunib olish mumkin. Aynan shuning uchun ham matnni o'rganishda undagi kalit so'zlarni topish juda muhim.

Kalit so'zlar aniqlangach, ular obraz ko'rinishiga keltirib olinadi. Undan so'ng esa bu obrazlarni ketma-ket yodlash uchun yuqorida aytilgan texnikalar ishga solinadi:

I. Matryoshka usuli. Rus xalqining shu nomli o'yinchog'i bor. Shakli bouling o'yini kegelini eslatuvchi, yog'och yoki sopoldan yasalgan, ayol timsoli tushirilgan qo'g'irchoq. Uni ochsangiz, ichida yana xuddi shunday, faqat hajmi biroz kichik qo'g'irchoq yashiringan bo'ladi. Shu kichik qo'g'irchoqning ichida undan ham kichikroq bo'lgan xuddi shunday o'yinchoqni ko'rishingiz mumkin. Bitta matryoshka mana shunday bir nechta o'yinchoqlarni o'zida jamlaydi.

Texnikaning mohiyati ham shunda. Biz bir kalit so'z obrazini olib, xayolan unga keyingi obrazning kichraytirilgan ko'rinishini biriktiramiz. Keyin esa shu kichik obrazni xayolan kattalashtirib olamiz va undan keyingi

obrazni kichik holatda biriktiramiz va hokazo. Masalan, matndagi birinchi kalit soʻz – «global isish». Aytaylik, uni biz qizib ketayotgan globus obrazi koʻrinishida tasavvur qildik. Keyingi kalit – «1850»ning MOSdagi obrazlarini (aytaylik, tufli + lazer) kichik holda globusning biror qismiga qoʻyib tasavvur qilamiz. Qiziyotgan globusning ustida kichik qizil tufli bor. Shu tufli yashil rangdagi lazer yordamida kesilmoqda. Soʻng shu tufli + lazer obrazlarini xayolan kattalashtirib olamiz. Navbatdagi kalit obraz – «oʻn yillik». Aytaylik, yil tushunchasi bizga Yangi yil bayramini eslatadi. Bu bayram timsoli – archa. Yil = archa. Oʻn raqamini eslab qolish uchun MOSdagi obrazni olish mumkin. Yoki ikki qoʻlimizda oʻnta barmoq borligini hisobga olib ikkita qoʻl sifatida obrazlab olsak ham boʻladi. Natijada ustida ikki ochiq kaft turgan archa obrazi hosil boʻladi. Boyagi kesilayotgan tuflining poshnasini yaqindan kuzatsak, mana shu holdagi archa turganini koʻz oldimizga keltiramiz. Havo harorati – termometr obrazi. Archadagi kaftlarni xayolan yaqinlashtirib qaraymiz va ular kichik termometrni ushlab turganini koʻramiz. Keyin esa shu termometrni kattalashtirib qaraymiz. Navbatdagi kalit soʻz – is-siqroq boʻlmoq (yoki qizib bormoq). Boyagi termometr sovuq, simobli koʻrsatkichi past holatda tasavvur qilib olinadi. Soʻng shu koʻrsatkich xuddi multfilmlardagi kabi koʻtarilib, termometr qizib borayotganini koʻz oldimizga keltiramiz.

Shunday qilib, kalit soʻzlarga tanlangan obrazlar kichraytirilgan holda bir-biriga birlashtiriladi.

2. Zanjir usuli. Kreativlik haqidagi bobimizda biz zanjir usuli orqali soʻzlar (obrazlar) ketma-ketligini eslab qolishni koʻrib chiqqan edik. Xuddi oʻsha jarayon matn yodlashda kalit soʻzlarga nisbatan qoʻllaniladi. Masalan, qizib ketayotgan yarim globusning sharini koʻtargan holda ichiga nazar soldik. Uning ichida qizil tufli yotganini koʻrganimiz zahoti u tutay boshladi va biz bu tutun sababi yashil lazer ekanini aniqladik. Lazer kesgan joydan archa oʻsib chiqa boshladi. Archaning eng tepa qismida Yangi yil bezagidagi yulduz oʻrniga kaftini ochib turgan ikkita qoʻl panjasi turganini koʻrdik. «Kel, bekor turmasin», – dedik-da, unga termometrlar tutqaza boshladik. Birinchi termometr salgina isidi, keyingisi undan koʻra kuchliroq, undan keyingilari oʻzidan oldingilariga qaraganda koʻproq qiziyotganini koʻrdik.

3. Loki usuli. Lokatsiya mavzusida koʻrib chiqqanimizdek, obrazlar lokilarga joylab chiqiladi. Oʻz lokatsiyalaringizdan ikkitasini tanlab oling. Birinchi lokiga qiziyotgan globus va lazer kesayotgan tufli obrazlarini joylaysiz. Qay holatda integratsiyalash oʻzingizga havola. Keyingi lokiga ustida ikkita panjasi bor archa va birin-ketin qizib borayotgan termometrlar obrazini qoʻyasiz.

Bu usulning yuqoridagi ikkita usuldan ustunlik tomoni shundaki, oʻrtadagi birorta kalit soʻz unutib qoʻyil-

gan taqdirda undan keyingi lokatsiyadagi obraz orqali matnni tiklashda davom etish mumkin. Ya'ni barcha obrazlar bir-biriga emas, lokatsiyalarga bog'langan bo'ladi. Bitta lokatsiyaga nechta obraz qo'yishni o'zingiz hal qilasiz.

Uchala usulda ham kalit so'zlarni yodlab olgandan keyin matnni yana bir bor o'qib, shu obrazlarni takrorlab olishni tavsiya etamiz. Ya'ni qaysi obraz nima haqida ma'lumot berayotganini mustahkamlab olasiz.

Recall qilish jarayoni avval obrazni eslash, keyin esa shu kalit so'z orqali gapning asosiy ma'nosini tiklab olish orqali amalga oshiriladi.

O'zingizni sinab ko'rish uchun quyidagi matnni yuqoridagi 3 usuldan birini ishlatgan holda yodlab ko'ring:

«Mark Sukerberg (Mark Zuckerberg) 1984-yil 14-mayda AQShda tug'ilgan. U amerikalik yahudiy, Facebook jamoat tarmog'i yaratuvchisi va asoschisi. Bugungi kunda Kaliforniya shtati Palo-Alto shahrida (AQSh) istiqomat qiladi.

Mark Sukerberg o'z milliardlariga insonlarning muhoqotga ehtiyoji va mashhur bo'lishdek istak-intilishlari asosida ega bo'ldi. U 2004-yil fevral oyida Facebook jamoatchilik tarmog'ini tashkil qildi. Unda foydalanuvchilarga fotosuratlarini va o'zi haqidagi istagan ma'lumotlar – ilmiy va ijodiy qiziqishlaridan tortib to maishiy turmush va sevgi-muhabbat sohasidagi axborotlarni

joylashtirish taklif etiladi. To'rt yil davomida universitetning oddiy ijtimoiy portali millionlab ro'yxatdan o'tgan foydalanuvchilar uchun sevimli Internet manzil bo'lib qoldi. Facebook OTMLlarda offlaynda mavjud bo'lgan guruhlar, kurslar va muloqotlar bo'yicha o'zini o'zi shakllantirish qulayligi sababli talabalar orasida mashhur bo'ldi. 2008-yil dekabr oyi holatiga ko'ra, saytda 80 milliondan ortiq faol ishtirokchilar qayd etilgan, 2009-yil noyabr oyida ularning soni 350 millionni tashkil etdi va bu ko'rsatkich doimiy ravishda oshib bormoqda. Hozirgi vaqtga kelib ro'yxatdan o'tgan foydalanuvchilarning soni 500 millionga yetdi. Ingliz tilida so'zlashuvchi ko'pchilik mamlakatlarda bu eng mashhur ijtimoiy tarmoq hisoblanadi. Garvard talabalari muloqoti uchun sayt kabi mo'ljallangan Facebook jahonda birinchi ijtimoiy tarmoqqa aylandi».

O'yin kartalari – zararli qurol yoki xotira trenajyori

O'yin kartasi bizda darhol negativ fikrlarni uyg'otishi tabiiy hol. Chunki undan ko'pincha qimor va befoyda o'yinlar uchun foydalaniladi. Lekin Indoneziyada xizmat safarida bo'lgan paytimizda, mahalliy aholi o'ta dindor va taqvoli bo'lishiga qaramay, hech qanday negativ munosabatni ko'rmadik.

O'yin kartalarining tarixi miloddan avvalgi asrlarga, Uzoq Sharq diyorlariga, xususan, Xitoyga borib taqala-

di. Ular aynan Tan sulolasi davrida ixtiro qilingan, so'ng Eron va Misrga tarqatilgan. Keyinchalik Yevropa davlatlariga ham yetib kelib, ba'zi o'zgarishlarga uchragan. Hozirgi kundagi barchaga ma'lum kartalar esa fransuz uslubida bo'lib, dastlabki kartalardan tamomila farq qiladi.



Indoneziya, 2019-yil. O'smirlar kategoriyasidagi mnemo-atletlar o'yin kartalari bilan mashq qilmoqdalar. Sariq stol oldida o'tirgan ko'k ro'molli qiz – Shafa an-Nisa Ramadani xalqaro toifadagi sport ustasi, ko'plab xalqaro chempionatlarning mutlaq g'olibi. Dunyoning Top-50 taligiga kirgan.

Nima uchun xotira sportida aynan o‘yin kartalaridan foydalaniladi?

Hozirgi kunda insoniyatga avvaldan ma’lum bo‘lgan, barcha millat-u elatga birdek tushunarli narsalardan biri raqamlar bo‘lsa, boshqa biri o‘yin kartalari hisoblanadi. Xotira sporti vakillari yoki aynan mnemotexnika bilan shug‘ullanuvchi insonlarning eslab qolishning ushbu turi bilan mashq qilishiga sabablardan biri ularda miyani chalg‘itish va mashq qildirishga mo‘ljallangan barcha narsaning jamlanganligidir: raqamlar, shakllar va ranglar. Bundan tashqari, standart bo‘lishi ularning muntazam qulay bo‘lishini ta’minlaydi. O‘yin kartalarining doimiy 52 ta bo‘lishi yildagi 52 hafta bilan, ularda 4 xil gul bo‘lishi (yurak, qarg‘a, chillik, g‘isht – boshqa nomlar bilan ham atalishi mumkin) yildagi 4 fasl bilan, har bir gulda 13 tadan karta mavjud bo‘lishi Oying Yer atrofini yil davomida 13 marotaba aylanishini ifodalaydi.

Ma’lumki, yangi, qiyinroq narsani eslab qolish bilan mashq qilinganda inson miyasi o‘zi uchun yangi yo‘llarni, ilmiy til bilan aytganda, miya sinapsislarini yoki ularning tizimini hosil qiladi.² Bundan tashqari, «... takrorlanib turuvchi mashqlar miyada yo‘qolib borayotgan eski yoki yo‘qolib borayotgan neyron sinapsislarni yangilari bilan to‘ldirib boradi. Bunday sinaptik tizimlarning

² Markus Butz, Arjen van Ooyen. A Simple Rule for Dendritic Spine and Axonal Bouton Formation Can Account for Cortical Reorganization after Focal Retinal Lesions. PLoS Computational Biology, 2013.

hosil bo'lishiga asosiy sabab o'rganish ekanligiga shubha yo'q», – deydi Frayburg Fiziologiya instituti ilmiy xodimi Tomas Heyn Myuller.

O'yin kartalari bilan mashq qilinganda 2652 (2 tadan eslab qolinganda Major), 32600 (3 tadan eslab qolinganda POA) birikmaga duch kelish mumkin. Bu esa mashqlarning doim turli-tuman va qiziqarli o'tishini ta'minlaydi. Yuqorida aytilgandek, miyada yangi turdagi «yordamchi yo'llar»ni hosil qilish bilan bir qatorda ularni mustahkamlaydi.

Ular qay tartibda eslab qolinadi, buning uchun nimalar kerak?

O'yin kartalarini eslab qolish jarayoni xuddi raqamlar singari qisqa muddatda – 1 qutini (speed cards) yoki uzoq muddatda – bir nechta quti kartalarini (1 hour cards) eslab qolish bo'lishi mumkin. Tartib juda muhim bo'lgani uchun ham makonlar ishlatilishi shart. Barcha xotira sporti ustalarining o'z uslubi bo'lib, ular yordamida minut, hattoki sekundlarda aralashtirilgan 52 ta o'yin kartalarini ketma-ketlikda yodlab qolishlari hamda ikkinchi yangi qutidagi kartalarga xuddi shunday terib berishlari mumkin. Buning uchun, albatta, makonlardan tashqari karta uchun maxsus sistema kerak bo'ladi. (Yuqoridagi sistemalar haqidagi bobni yana bir bor ko'zdan kechiring.) Ushbu bobda ularning eng mashhurlaridan 2 tasi misol tariqasida keltirib o'tiladi.

I. Major sistemasini qo'llash.

1) Har bir gul uchun alohida mavzu tanlab, yodlash jarayoni yengil bo'lishi uchun o'xshatish va bog'lash orqali predmet, hayvon yoki qahramonlarni tanlash Misol uchun:

♥ uchun Sevgi mavzusi;

2 ♥ - Oqqush («2»ning oqqush kabi ko'rinishidan kelib chiqqan holda);

D♥ - Julyetta (qaysidir bir aniq aktrisa yoki multqahramon).

2) Har bir mavzu uchun alohida mavzu tanlab, raqamlarning harfga qilinadigan kodirovkasidan foydalanish. Misol uchun:

♦ uchun Boylik mavzusi;

6♦ – pul \$ (6 – b, p ekanligidan kelib chiqqan holda);

9♦ – Gavhar tosh (9 – g, y ekanligidan kelib chiqqan holda).

3) O'zingizga qulaylik yaratish uchun ikkisining aralashmasidan foydalangan holda sistemani yaratishingiz, ayni damda, turli tillardan foydalanishingiz mumkin.

Quyida berilgan to'liq sistema namunasidan o'z sistemangizni tuzishda foydalanishingiz yoki uning o'zini yodlash jarayoniga ishlatishingiz mumkin. RHK-ni o'zimizga qulayroq qilish uchun bir necha tildan foydalandik.

	♥ Sevgi	♦ Boylik	♣ Tabiat	♠ Urush
1	Dove	Tangalar	Daraxt	Tank
2	Oqqush	Naqshlar (temirdan)	Ninachi	Narvon
3	Murabbo	Malibu (mashina)	Mol	Mo'ri
4	Rose (atirgul)	Rasm (Mona Liza)	Rain	Raqib (jangchi yoki sizning raqibingiz)
5	Love stone (yurak shaklidagi tosh)	L&V (misol uchun: sumka)	Lola (dona)	Ловушка (to'r ma'nosida)
6	Bembi	Pul	Bo'ri	Bomba
7	Gnom	Kursi	Karam	Kamon
8	Feya (muhabbat timsolidagi)	Vaza	Fil	Vulqon (qismi)
9	Gazli pufaklar	Gilam (qimmatbaho)	Gilos	Gun
10	Chol va kampir (haykalchasi)	Oltin (quyilgan)	O'lik	O'q (qurol o'qi)
J	Romeo	Soat (o'rta asrlardagi)	Sher	Temir sovut
Q	Julyetta	Shohona ko'ylak	Qora tuproq (loy)	Zahar (uzukda)
K	Larva (mehribon ota)	Qirol toji	Qor (qorbobo shaklida bo'lishi mumkin)	Qalqon

II. POA sistemasini qo'llash.

Dastlab eslab qolish jarayonida biroz uzoqroq vaqt ketsa-da, makonlarni tejash imkonini beradi. Uni tuzishda har bir gul uchun alohida mavzuda odamlarni va o'zlariga mos/bog'liq bo'lgan predmetlarni tanlash mumkin. Har bir gul alohida blokni tashkil qiladi. Misol uchun:

♥ uchun Yaqinlar (do'stlar) mavzusi;

2 ♥ – Nodir – Telefon (so'zlashish);

9 ♥ – Guli – Xamir (qorish).

Quyida berilgan to'liq sistema namunasidan o'z sistemangizni tuzishda foydalanishingiz yoki uning o'zini yodlash jarayonida ishlatishingiz mumkin. Jadvalning blank (bo'sh) versiyasini kitobga bog'langan maxsus bot orqali olishingiz mumkin.

♥ Aktyorlar		♦ Aktrisarlar		♣ Multqahramonlar		♠ Qo'shiqchilar	
Odami	Predmet/ harakat	Odami	Predmet/ harakat	Odami	Predmet/ harakat	Odami	Predmet/ harakat
1		1		1		1	
2		2		2		2	
3		3		3		3	
4		4		4		4	
5		5		5		5	
6		6		6		6	
7		7		7		7	

8		8		8		8	
9		9		9		9	
10		10		10		10	
J		J		J		J	
Q		Q		Q		Q	
K		K		K		K	

Xotira musobaqalarida aynan kartalar bilan bog'liq qismlar qanday tekshiriladi va baholanadi? Agar musobaqa qisqa muddatli, ya'ni tezlik uchun (speed cards) 52 kartani eslab qolish kerak bo'lsa, u holda har bir ishtirokchi uchun 2 quti karta taqdim etiladi. Ularning biri aralashtirilgan (shuffled), ikkinchisi esa yangi standart holatda bo'ladi. Ishtirokchi birinchi qutidagi kartani imkon boricha qisqa muddatda yodlab bo'lganidan so'ng (eng ko'pi 5 daqiqa beriladi) ikkinchi qutidagi kartalarni birinchisi bilan aynan bir xil qilib terishga harakat qiladi (bu ham faqatgina 5 daqiqa mobaynida). Tekshiruv jarayonida kartalarning biri ishtirokchining qo'lida, ikkinchisi hakamning qo'lida bo'ladi va tekshirish boshlanadi. Agar umuman xato bo'lmasa, ishtirokchining yodlashga ketkazgan vaqti hisobga olinadi. Agar xato bo'lsa, birinchi xatogacha bo'lgan joygacha sanab chiqilib, o'sha son yoziladi. Misol uchun, 5 daqiqada: 26, agar bu kamroq vaqtda amalga oshirilgan bo'lsa ham.

Agar musobaqa uzoq muddatli (1 hour cards) ko'rinishda bo'lsa, u holda ishtirokchiga o'zi istaganicha qutida kartalar taqdim etiladi. Ishtirokchi 1 soat davomida ularni yodlab chiqishga harakat qiladi hamda 2 soat

davomida qayta eslab ularni aynan bir xil qilib qayta terib chiqadi. Bordi-yu qaysidir karta qutisida xatolikka yo'l qo'yilgan bo'lsa, u to'laligicha hisobga olinmaydi. Ya'ni agar ishtirokchi 1 soat davomida 15 quti kartani ketma-ketlikda yodlay olgan bo'lsa-yu, ularning har birida 1 tadan xato bo'lsa ham, uning bali «0» deb belgilanadi. Agar boshqa ishtirokchi 5 quti kartani bexato yodlab, qayta tera olsa, uning jamg'argan ballari miqdori yuqorida keltirilgan ishtirokchilikidan ko'proqni tashkil qiladi.

Qanday qilib sistemani tezroq yodlash hamda yodlash jarayonida tezlikni kuchaytirish mumkin? Sistema tuzib bo'lingandan so'ng ularni yodlab olish ikkinchi asosiy vazifadir. Chunki sistema sizning urushdagi qurolingiz, u qanchalik o'tkir bo'lsa, sizga shunchalik ko'proq xizmat qiladi va pand bermaydi.

Tavsiyalar:

– Yodlashni osonlashtiruvchi va keyinchalik ham tezlikni oshiruvchi eng asosiy narsalardan biri – flesh kartalar bilan ishlash. Kartalarning o'zidan flesh karta sifatida foydalanish mumkin. Yodlagandan so'ng esa tezlikni oshirish uchun muayyan vaqtga qo'yib, uni tezlik bilan ko'rib chiqishga harakat qiling. (Misol uchun, to'liq 52 kartani 2 daqiqa mobaynida yoki undan kamroq.)

Flesh kartalarni yasashda 2 ta kolodadan foydalanishingiz mumkin. Birinchi kolodada obraz nomini kartaning yuz tarafiga yozasiz. Bu koloda obraz va uning

kartasini birgalikda ko'rib, takrorlashga yordam beradi. Ikkinchi kolodada esa obraz nomini kartaning orqa tomoniga yozasiz. Takrorlash jarayonida kartaning o'ziga qarab uning obrazini eslashga harakat qilasiz. To'g'ri eslagan-eslamaganingizni karta ortiga qarab tekshirib borasiz.

– Qayta eslash jarayoni osonroq kechishi uchun yodlashda har bir obrazingizni to'liq ko'rib chiqishga harakat qiling. Agar u gul bo'lsa, qaysi gul? Qaysi rangda? Nechta? Agar u xonanda bo'lsa, qaysi kiyimda? Rangi? Soch turmagi qanaqa? Agar u «ushlab turibdi» harakati bo'lsa, qay holatda? Qo'llarni ko'tarib yoki mahkam musht bilan?

– Yodlaganingizga amin bo'lib, lekin qayta eslash jarayonida xatolarga yo'l qo'ygan bo'lsangiz, xatolaringizni birma-bir ko'rib chiqishni unutmang. Makonlar bilan bog'liqmi? Yoki 2 kartaning joyini almashtirib qo'yish? Yoki aynan bir obrazni umuman eslay olmaslik? Ayniqsa, bu xatolar ko'p takrorlansa, ko'rib chiqilishi zarur. Ularning har biriga yechim mavjud. Aynan shuning uchun ham hozirgi kundagi jahon rekordi 12,74 sekund bo'lib, mongoliyalik Shijir Erdenega tegishli.

Bob uchun xulosa. Kartalarni eslab qolish va ularni qayta eslash miyani shug'ullantiruvchi mashqlardan biridir. Ayniqsa, xotira musobaqalarida ishtirok etish istagida bo'lganlar uchun muhim hisoblanadi. Ularni yodlash foydalanilgan sistemalar uchun alohida qo-

nuniyatlar yo'q. Bundan tashqari, biri ikkinchisidan ancha kuchli degan tushuncha haqiqatdan uzoq. Chunki sistemani inson o'zining tabiatidan kelib chiqib, qulaylik darajasiga qarab tanlaydi va kuchaytiradi. Kim uchundir faqatgina jonsiz narsalar bilan ishlash qulay bo'lsa, kimlardir sistemada jonli narsalar ko'proq o'ziga tortishini ta'kidlaydi. Shu sababli ham turli xotira ustalarining sistemalari turlicha.

Yuqorida keltirilgan ba'zi maslahatlar ham shaxsiy rekordingizni o'rnatishda yoki uni yangilashda yordam berishi mumkin. Mashqlar yordamida yangi dunyo rekordchisi bo'lishga da'vogarlik qilishingiz ham mumkin. Shunday ekan, o'z ustingizda ishlashdan to'xtamang.

Xorijiy tillarni o'rganishda mnemonika

Kitobni boshidan o'qimay, darhol shu joyini mundarijadan topib o'qiy boshlagan kitobxonlarga alohida salomlar! Ilm o'rganishda shoshilmang. Kitob boshidagi mavzular bunda sizga yordam beradi. Barchasiga ulgurasiz. Sizga muvaffaqiyatlar tilagan holda mavzuni yoritishda davom etamiz.

Qanday tilni o'rganishingizdan qat'i nazar, jarayonni kamida 4 yo'nalishga ajratishingizga to'g'ri keladi:

1. O'qib tushunish.
2. Eshitib tushunish.
3. Gapira olish.
4. Yoza olish.

E'tibor qilsangiz, xalqaro til sertifikatlarini berishda ham shu yo'nalishlarda imtihon qilinadi. Har bir yo'nalish bo'yicha batafsil to'xtalib, kerakli mashq va texnikalar bo'yicha ma'lumot berib o'tamiz.

Lekin undan oldin siz bilan eng dastlabki va eng muhim bosqichni tahlil qilib olishimiz kerak.

Odatda, ingliz tilini o'rganayotgan talabaga «Siz nega shu tilni o'rganyapsiz?» degan savolni bersangiz, «Axir kerak bo'ladi-ku!» degan javobni eshitasiz. Bir tarafdin, bu to'g'ri fikr. Lekin ba'zida shu soddagina savol ortida katta mavhumliklar joy olgan bo'ladi.

Qayerda kerak bo'ladi?

Nima uchun kerak bo'ladi?

Bu fikr siznikimi yoki kimningdir aytganini shuncha-ki haqiqat deb qabul qildingizmi?

Nega bu savollarni beryapmiz? Stiven Kovining bir gapi bor: «Agar narvon siz xohlagan devorga qo'yilmagan bo'lsa, qancha zinalarni bosib o'tishingizning farqi yo'q – baribir o'z manzilingizga borolmaysiz». Aksariyat hollarda odamlar nima uchun til o'rganayotganini, nega institut yoki universitetda o'qib yurganini, nima sababdan stomatolog, biznesmen yoki ACCA hisobchisi bo'lmoqchi ekanligini umuman o'ylab ko'rmaydi. Bu esa tez orada ulardagi qiziqishning so'nishiga olib keladi.

Sizda hech shunaqasi bo'lganmi: biror kursga qiziqishingiz ortadi. «Ochiq eshiklar» kuniga borasiz. Kursga yozilasiz. Boshida hammasi ajoyib bo'ladi. Hattoki umr-

bod shu sohada faoliyat yuritishni o'ylay boshlaysiz. O'zingizni bir necha yildan keyin shu sohadagi mutaxassis sifatida tasavvur qilasiz. Xayolingizda siz professional bo'ldingiz, yutuqlarga erishdingiz, davlat rahbaridan shaxsan mukofot oldingiz. Endi maza qilib xayol qilib turgandingiz, dars qilgingiz kelmay qoldi – qiziqish so'ndi. Qisqa fursatda ushbu kursni ham «Chala tashlab ketgan ishlarim» qutisiga solib qo'yasiz va biroz g'amgin tortasiz. Tanish holatmi?

Keling, taxmin qilib ko'ramiz. Siz o'zingizni dangasalikda ayblaysiz. Boshlagan ishlarini oxiriga yetkazadigan, medallar olgan tanishlaringizni eslaysiz. Ota-onangiz yoki yaqinlaringizdan eshitgan tanqidlaringiz yodingizga tusha boshlaydi. O'zingizdan hafsalangiz pir bo'ladi.

Aslida esa katta ehtimol bilan birgina xatoga yo'l qo'yan bo'lasiz: siz shunchaki qaysi yo'ldan ketayotganingizni tushunmay qolgansiz.

Tasavvur qiling, bir o'quv markazida ingliz tili kursi ochilmoqda. Unga ikki tengdosh, 16 yoshli yigitlar – Toshmatello va Eshmatidze ariza topshirishdi. Darslar boshlandi.

Eshmatidze – oilada to'ng'ich farzand. U tog'asidan qarz olgan. Onasi betob, otasi vafot etgan. 7 yoshli ukasi bu yil maktabga chiqishi kerak. 4 yoshli singilchasi hali ham qorboboga ishonadi va Yangi yil sovg'asini orzu qiladi. Ular eshik qo'ng'irog'i jiringlashidan qo'rqishadi. Chunki, odatda, qarzlarni undirish uchun

kommunal xizmat vakillari eshik qoqib kelishadi. Eshmatidze darsdan tashqari paytda ofitsiantlik qilib ishlaydigan oshxonada bir mehmon unga ish taklif qildi. 2 oydan keyin yangi korxonada ishga tushadi. 2000 dollar oylik. Faqat hech bo'lmaganda ingliz tilidan boshlang'ich darajada muloqot qilishni bilish kerak. Eshmatidze oilasini oyoqqa turg'azmoqchi. Shu sababdan ham u kursga yozildi.

Toshmatelloda hammasi yaxshi. Zerikdi. Bo'sh vaqti ko'p. Kursdoshlari IELTSga tayyorlanayotganini eshitib, birga borishga qaror qildi.

Ana endi menga ayting, ularning qay biri tez orada ingliz tilida gapira boshlaydi, qaysinisi bu borada deyarli hech narsaga erishmaydi?

Muhimlik, dolzarblik bor joyda kuch-quvvat bor. Shijoat va motivatsiya bor. O'rganish siz uchun bu bilimlar qanchalik muhimligini tushunishdan boshlanadi. Muhimlik his qilinganda sizga hech qanaqa dangasalikka qarshi motivatsion trenerlarning keragi yo'q. Asl ehtiyojlaringizni tushunmaguningizcha siz o'sha trenerlar uchun daromad manbai bo'lib qolaverasiz.

«Bu menga nima uchun muhim?» degan savolni to'xtovsiz berib ko'ring. Masalan, ingliz tilini o'rganmoqchisiz. O'zingizga savol berasiz:

- Ingliz tilini o'rganish men uchun nega muhim? – Ingliz tilini bilsam, xorijliklar bilan gaplasha olaman.

- Xorijliklar bilan gaplasha olish men uchun nega muhim? – Xorijiy firmalarda, chet elda ishlash uchun.
- Xorijiy firmalarda, chet elda ishlash men uchun nega muhim? – Ko‘p pul topaman.
- Ko‘p pul menga nimaga muhim? – ...

Shu joyida ko‘pchilik to‘xtab qoladi. «Axir shundog‘am tushunarli-ku pul hammaga kerakligi!» Lekin aynan sizning hayotingizda pul qanday o‘ringa ega? Nega bu hayotda yashab yurganingiz va o‘zingizdan insoniyatga nima tuhfa qoldirmoqchi ekanligingiz haqida o‘ylab ko‘ring. Bu hayotga hech kim tasodifan kelmagan.

Qalbingizni junbishga keltiradigan javob olmagingizgacha shunday savol-javobni davom ettiravering. Mabodo bu savollar sizni «Qo‘shnimda mashina bor, menda yo‘q. Alam qilyapti», «Hammani qoyil qoldirmoqchiman», «Mashhur bo‘lmoqchiman», «Krutoooy blogger bo‘laman» kabi insoniy qadriyatlardan yiroq javoblarga olib kelsa, demak, sizga ingliz tili kerak emas. O‘zingizni aldashni to‘xtatishni maslahat beramiz. Qaytadan yaxshilab o‘ylab ko‘ring.

Sizni o‘yga toldirib qo‘ydikmi? UZR, boshqa unday qilmaslikka harakat qilamiz. Lekin va‘da bermaymiz. Til o‘rganishdagi keyingi bosqichlarda ba‘zi bir texnik ma‘lumotlarni bilishingiz va qo‘llashingizning o‘zi kifoya. Demak, davom etamiz.

Soʻzlarni eslab qolish

Kitob doʻkonida ushbu kitobni qoʻliga olib, darrov kerakli bobni ochib oʻqiyotganlar uchun maxsus «Soʻzboshi»: Shaxsiy yuksalishingiz uchun oʻzingizdan pul qizgʻanmay, ushbu kitobni sotib olganingiz uchun sizga rahmat! Bu xaridingiz bizning boʻynimizda qarzdek turgan vazifa – ilmni insonlarga yetkazib berish masʼuliyatini bajarishdan tashqari xalqimizga ziyo ulashayotgan, koʻz nurini va umrini ayamay mehnat qilayotgan nashriyot jamoasiga ham foyda keltiradi. Biz, mualliflar, ushbu jamoa vakillariga oʻz salomimiz va minnatdorчилиgimizni yoʻllab qolamiz.

«Образ А + Образ В = Интеграция». Agar xorijiy til-dagi soʻzlarni, terminlarni yodlashni bir soʻz bilan tushuntirish kerak boʻlsa, mana shu formulani bergan boʻlar edik. Lekin siz shunchaki bir tushunarsiz formula uchun kitob sotib olmadingiz-ku, toʻgʻrimi? Shuning uchun shoshmasdan, batafsil tushuntiramiz.

Endi keling, qadimgi yunonlar va rimliklar texnikalarini xorijiy soʻzlarga nisbatan qoʻllash usulini koʻrib chiqamiz. Buning uchun jarayonni bosqichlarga boʻlib olamiz. Ular tajribamiz va metaforalarimizga asoslangan – internetda analogi chiqmasa, hayron boʻlmang.

Shunday qilib, mnemonikani ishlatmasdan turib notanish soʻzni eshitganimizda:

1. Notanish soʻzni ilk marotaba eshitdik.

2. Miyamiz soʻzning eshutilishiga koʻra biz bilgan soʻzlar kutubxonasidan qidira boshlaydi. Bu jarayonda «ku-

tubxonamizdagi shu soʻz talaffuziga eng yaqin boʻlgan soʻzning obrazi xayolimizga keladi, yaʼni obrazdan iborat reaksiya paydo boʻladi (**obraz «A»**).

3. Xuddi shunday talaffuzga ega soʻz topilmagach esa miyamiz «The page is not found. Error: 404» xatoligini beradi. Yaʼni: «Xoʻjayin, bu soʻzni yo bilmayman, yo eslolmayapman. Lekin talaffuzi siz bilgan falon soʻzga oʻxshab ketarkan», – deb qoʻyadi.

4. Biz esa suhbatdoshimizga aqlli yuz bilan qaragancha, xuddi hamma narsani tushungandek bosh likillatib uni tinglashda davom etamiz.

Bu jarayonni qisqa qilib **«Notanish soʻz -> obraz A»** deb belgilab olaylik. Endi unga nisbatan mnemonikani qoʻllashni koʻrib chiqamiz:

1. Notanish soʻzni eshitdik va miyamiz unga oʻxshash soʻz obrazini bizga chiqarib berdi (**Obraz «A»**). Shu obrazni yaxshilab tasavvurda gavdalantirib olamiz.

2. Betni biroz qattiq qilib suhbatdoshdan bu soʻz qanday maʼno bildirishini soʻraymiz. Soʻz maʼnosi (tarjimasini)ni eshitgach esa uni ham obraz holatida tasavvur qilamiz (**Obraz «B»**) va obraz «A» bilan integratsiya qilamiz (**«Notanish soʻz -> obraz A + obraz B -> Integratsiya»**). «Integratsiya» texnikasini ilk boblarda batafsil yoritganmiz. Ushbu hosil boʻlgan obraz bizga ham soʻzning eshtilishini, ham tarjima/maʼnosini eslatib turadi. Bunga quyida misol keltirib oʻtamiz.

3. Sinxronizatsiya bosqichi. Hosil boʻlgan obraz integratsiyasini xayolan «kuzatgan» holda yangi soʻzni

bir necha marotaba talaffuz etamiz. Bunda neyronlarimiz darajasida yangi bog‘liqlik yuzaga keladi: ongosti ongimizda mana shu obraz va ma’no – shu tovushlar kombinatsiyasiya teng ekanligi haqidagi ma’lumot paydo bo‘la boshlaydi. Agar sinxronizatsiya bosqichiga keraklicha urg‘u berilmasa, obraz esimizda turgani holda, so‘zning aytilishini esdan chiqarishimiz mumkin.

4. Interval takrorlash. Yangi o‘rganilgan so‘z xuddi yosh niholga o‘xshaydi – juda zaif va nimjon. Agar niholga birdaniga besh chelak suv quyib yuborsangiz, ildiz chiriydi va nihol nobud bo‘ladi. Hafta-o‘n kun suv quymasangiz esa qurib qoladi. Bu zaif novda mustahkam daraxtga aylanishi uchun unga ma’lum bir interval va muntazamlik bilan ma’lum miqdorda suv quyasisiz. Yodlagan so‘zlaringiz ham xotirada omonatgina ilinib turadi. Unga interval bilan murojaat qilib turish kerak. Birdaniga 100 marta takrorlab, keyin tashlab qo‘yish – misolimizdagi 5 chelak suv quyishdek gap. Undan ko‘ra 100 kun 1 martadan takrorlang! Shunda istalgan so‘z xotiraga mixlanmasdan qolmaydi.

Interval takrorlash haqida matn va til o‘rganishga oid boblarimizda ham tushuntirish berib o‘tganmiz. Quyida esa instagramdagi supercard.uz sahifasining mualliflari Hilola Xo‘janazarova, Shahzoda Abdulatif qizi hamda dizayner Husnijahonbegim Mamadiyarova (aki. designst) tomonidan tuzilgan maxsus kartalardan (ularning roziligi bilan, albatta) misol keltiramiz.

Hat
[xat]



Shlyapa

Socks
[sok]



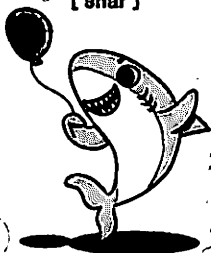
Paypoq

Eyes
[Ayyi]



Ko'zlar

Shark
[shar]



Akula

Pool
[pul]



Basseyn

Pillow
[palov]



Yostiq

E'tibor qilsangiz, kartada chizilgan maxsus rasmlar ingliz tilidagi so'zning eshinishi (obraz «A») va ma'nosi (obraz «B»)ni o'zida jamlagan. Tasavvur qilishga qiynaladigan insonlar ko'z bilan ko'rib eslab qolishlari ancha oson kechadi. Masalan, «hovuz» so'zi inglizchada «pool» ekanini eslab qolish uchun nima qilamiz? «Pool» so'zining eshinishi o'zbekcha «pul» so'ziga o'xshaydi. Tasavvur qilib olamiz (obraz A). Tarjimasi esa «hovuz» – uni ham tasavvur qilamiz (obraz B). Endi shu ikki obrazni integratsiya qilamiz: hovuz ichi pulga to'lib turibdi. Har safar «pool» so'zini eshitganimizda xayolimizga pul

keladi va pulning hovuzda to'lib turganini eslash orqali so'z tarjimasini «hovuz» ekanini esimizga tushadi.

Quyida esa arab tilidagi so'zlarga misol keltirilgan:

كَلْبٌ
[kal]



It

تَرَكَ
[tarakan]



Tark etmoq

سَمَكٌ
[samokat]



Ballq

Agar so'z mavhum bo'lsa-chi? U holda oldin obraz «A»ni tayyorlab olgach, so'zning ma'nosi bizga kim yoki nima bilan bog'liq ekanini tushunib olishimiz kerak bo'ladi. Misol uchun, inglizcha «freedom» («ozodlik») so'zini ko'rib chiqaylik:

«Free» = kartoshka-frini eslatadi.

«-dom» = ruscha «uy»ni eslatadi.

«ozodlik» = so'zning tarjimasini, «Sheryurak» filmidagi Mel Gibsonning «Ozodlik» deb baqirgani yodimga tushdi deylik. Endi shu obrazlarni birlashtiraman: Qovurilgan kartoshka-fridan qurilgan pastak uy ichidan Mel Gibson boshini chiqarib: «Ozodliiiiiikk!!!» – deb baqiryapti. Integratsiyam tayyor. Sinxronizatsiya qilaman – so'zni bir necha marotaba takrorlayman, qaysi obraz qaysi bo'g'inga tegishli ekanini yaxshilab tahlil qilaman. Interval takrorlash va hokazo.

Terminlar ham xuddi shu yo'sinda yodlanadi. Farqi – so'z tarjimasida o'rniga termin ma'nosi obraz «B» sifatida olinadi. Masalan:

«sentiment» – his-tuyg'u. Eshitilishi menga «sen – sement(san)» degan gapni eslatdi. Ko'rsatkich barmog'imni kimgadir yo'naltirib shu gapni aytganimni tasavvur qilaman. Ma'nosi – «his-tuyg'u». His-tuyg'u deganda hind aktyorlarining raqsga tushib o'z his-tuyg'ularini izhor etayotgani xayolimga keldi deylik (obraz «B»). Endi integratsiya qilamiz: Duch kelgan odamga qarab «sen – sement» desam, u darhol his-tuyg'uga berilgan holda hindcha raqsga tushib ketadi.

Yoki bo'lmasa «mitoz» termini. Ma'nosi – bo'linish. Assotsiatsiya uchun «Matiz» so'zini olaylik. «Matiz»ning ikkiga bo'linganini tasavvur qiling. Ham kulgili, ham foydali jarayon. Sinxronizatsiya. Interval takrorlash.

Agar so'z ko'p bo'g'inli bo'lsa-chi? Kreativlik mavzusi-dagi «Dotarvilogug» so'zi yodingizdami? Xuddi shunday obrazli zanjir oxiriga (obraz «A») so'z ma'nosini (obraz «B») integratsiya qilib qo'yamiz.

O'qib tushunish

Nisbatan oson qismi. Asosiy e'tibor qilish kerak bo'lgan jihatlarni ko'zdan kechiramiz.

I. Materialning murakkablik darajasi

Ko'p hollarda o'rganishdagi qiziqishni o'ldiruvchi eng katta omillardan biri vazifa tanlashda o'z imkoniyatla-

ringizni hisobga olmaslik bo'ladi. «Tishingiz o'tadigan» darajadan ancha qiyin vazifani olsangiz, katta ehtimol bilan uni uddalay olmaysiz. Bu esa, o'z navbatida, o'zingizga bo'lgan ishonchingiz sinishiga olib keladi. Har qanday jarayonning bardavomligini ta'minlashda undagi bosqichlar mag'lubiyatdan ko'ra ko'proq g'alaba keltirishini ta'minlash kerak. Soddarog tilda aytganda, agar siz tilni bilish darajangizdan ancha qiyin 10 ta matnni olib, shug'ullana boshlasangiz, deyarli hech narsani tushunmaysiz. Har bir gapda siz uchun yangi so'zlar, Google tarjima qilolmaydigan iboralar chiqishni boshlaydi. O'zingizni bilimsiz insondek his qila boshlaysiz. Sizda tez orada paydo bo'ladigan toliqish va vazifadagi progressning yo'qligi (garchi u biroz bo'lsa-da) bu negativ fikrni mustahkamlab boradi.

Menga ayting-chi, qaysi inson o'zini kuchsiz, bilimsiz va imkoniyatlardan quruq qolgandek his qilishdan maroqlanadi? Es-hushi joyida bo'lgan odamga bu yoqmaydi. Agar xorijiy tildagi adabiyotni o'qish sizda shunday his-tuyg'ularni chaqiradigan manbaga aylanib qolsa, siz maroq bilan o'sha xorijiy matnlarni o'qiysizmi? Yo'q, yo'q va yana yo'q. Inson qalbi mehrga tashna. Eng avvalo, o'z mehriga. Shu jihatni hisobga olib vazifani mahorat bilan taqsimlab chiqamiz. Toki kichik g'alabalar ketma-ketligi sizdagi til o'rganishga bo'lgan munosabatga aylanib borsin.

Matnning eng sodda va osonini tanlang. O'z tajribamizdan va millionlab o'rganuvchilar tanlovidan kelib

chiqib sizga o'zingiz sevgan adabiyotlarning xorijiy til-dagi talqinini tanlashni maslahat beramiz. Tasavvur qi-ling, siz sevgan va deyarli har bir jumlasini yod bo'lib ket-gan asar bor. Internetdan shu asarning xorijiy tildagisi-ni topasiz va mutolaa qilishni boshlaysiz. Birinchi marta o'qiyotgan jumlangizni so'zma-so'z tushunmasangiz-da, u yerda nima haqida gapirilayotganini anglab borishin-giz sizdagi qiziqishni orttiradi. Shu asardagi o'zingiz sevgan jumlar xorijiy tilda qanday jaranglashini bilish siz uchun qiziqarli bo'ladi.

2. Bilingval kitoblardan foydalanish

Bu Ilya Frank metodida yozilgan kitoblar deb ham ata-ladi. Bir asarning maxsus usul yordamida ikki tilda yozil-gan ko'rinishi. Misol uchun, shu usulda inglizcha-o'zbek-cha kitob quyidagi ko'rinishda bo'lgan bo'lardi:

«*Sobir greeted* (Sobir salomlashdi) *his neighbor* (uning qo'shnisi, qo'shnisi bilan) *and walked* (va yurdi) *towards the gates* (darvoza tomonga). («Sobir qo'shnisiga salom berdi va darvoza tomonga yurdi».)

«*Sobir greeted his neighbor and walked towards the gates*».

Ko'rib turganingizdek, matndagi har bir gap avval qismlarga bo'lib tarjima qilib boriladi. So'ng shu gap(lar) original tilda tarjimasiz beriladi. Siz berilgan gap qism-larini tarjimasiz orqali tushunib borasiz va tarjimasiz o'qiganda gap nima haqida ketayotganini tushunib tu-rasiz. Bu til o'rganishdagi tabiiylik tamoyilidir. Odam go'dakligida hech qaysi tilni tushunmaydi va so'zlardan

foydalana olmaydi. Agar hali gap va soʻzlarni tushunmaydigan bolakayga choynakning issiq ekanini tushuntirish uchun «Issiq» desangiz, bu soʻz uning uchun hech qanday maʼnoni anglatmaydi va u choynakka baribir teginib koʻradi. Qoʻli issiq haroratni sezgandan keyin, har safar biror narsaga teginayotganida «issiq» desangiz, darhol qoʻlini tortib oladi. Chunki uning ongida «issiq» soʻzi bilan issiq harorat orasida bogʻliqlik yuzaga keladi. Shu yoʻsinda bu borliqdagi voqeliklarni tovushlar kombinatsiyasi – soʻzlarga bogʻlab oʻrganib boradi. Bilingval oʻqishda ham shu model kuzatiladi. Agar biror asarni oʻzingiz bilmagan (yoki endi oʻrganayotgan) tilda oʻqisangiz, juda kam narsani tushunasiz. Bu xuddi gapirishni bilmagan bolakayning «issiq» soʻzini tushunmagani oʻxshaydi. Lekin oldin matnning har bir qismini tarjimai bilan koʻrib chiqsangiz, original matnni oʻqish paytida shu gap qismlari va ularning mazmuni orasida bogʻliqlik hosil boʻladi. Gap nima haqida ketayotganini tushunib turasiz, tarjima qilishda chalgʻimaysiz va asosiy fikringiz original tilning grammatikasiga qaratiladi.

3. Oʻzingizga qiziq va kerak boʻlgan mavzudagi matnlarni oʻqing. Lugʻat boyligingizni kontekstdan kelib chiqib toʻldirib boring.

Yaʼni shunchaki keraksiz va ishlatilmaydigan 2000 ta soʻzni yodlashdan koʻra sizga kerak boʻladigan 20 ta yangi soʻzni oʻrganishingiz foydaliroq. Qisqa muddatda bu soʻzlar miqdori yuzlar va minglarga yetib qolganidan oʻzingiz ham hayron boʻlasiz. Bundan tashqari, nafaqat soʻzlarni,

balki jumla va iboralarni o'rganib borasiz va ular muomalada qay yo'sinda ishlatilishidan xabar topasiz.

Til o'rganishda passiv va aktiv lug'at tushunchalari bor. Hayotda biz tez-tez ishlatib turadigan so'zlar majmuasi bizning aktiv lug'atimiz hisoblanadi. Biz tushunadigan, biladigan, ammo kam ishlatadigan so'zlar esa passiv lug'atimizni tashkil qiladi. Xorijiy so'zlarni yodlashda qaysi lug'atingizni to'ldirayotganingizga e'tibor bering. O'z qiziqishingiz va faoliyatingiz doirasida sizga kerak bo'ladigan 200 ta so'zni bilish sizga kerak bo'lmaydigan 5000 ta so'zni bilishdan samaraliroqdir.

Kishilar muloqotda bir-biriga bog'liq bo'lmagan so'zlarni donalab ishlatishmaydi, balki ularning o'zaro kombinationsiyalaridan foydalanishadi. So'zlarni bittalab alohida yodlashdan ko'ra xorijiy til vakili undan qay tarzda foydalanayotganini kuzatib o'rganish foydaliroq. Shunda passiv lug'atdan ko'ra aktiv lug'atingiz boyroq bo'ladi. Shuning uchun mutolaa paytida lug'at daftaringiz yoki smartfoningizdagi App ni tayyor tuting. Bunday App lar va so'zni qanday yodlash bo'yicha quyida ma'lumot berib o'tamiz.

4. Har bir yangi ibora va so'zni o'z mavridi kelganida yozib qoling.

«Voy, biz yodlashni o'rganmayapmizmi? Unda yozish nega kerak?» degan savol tug'ilishi mumkin. Shoshilmang. Buyuk ishlar ham qadamma-qadam amalga oshiriladi. Ushbu bosqich o'tish jarayoni hisoblanadi.

Xo'sh, so'zni qanday yozib olish kerak va uning mavridi qachon? Notanish so'z chiqqani zamon uni yozib olish,

obrazlashtirish va bir necha marotaba talaffuz qilish kerak. Yozib olish uchun esa maxsus App – telefon dasturlaridan foydalanishni tavsiya qilamiz. App store yoki Play Market da «Flash cards» deb qidiruvga bersangiz, ko'pgina variantlar chiqadi. Bizga kerakli bo'lgan asosiy mexanizm interval takrorlashga asoslangan bo'ladi.

App yozib borish qismida kolodalar va kartalar tushunchasi bor. Har bir kartaning ikki – yuz tomoni va ort tomoni bo'lib, yuz tomoniga yangi so'zni original holatida yozasiz. Masalan, «Bread». Ort tomoniga esa shu so'zning ma'no yoki tarjimasini yozish kerak – «Non».

App ning mashq qismiga o'tganingizda o'zingiz kiritib borgan so'zlarni aralash holatida chiqarib beradi. Siz oldin kartaning yuz tarafidagi so'zni o'qiysiz, tarjimasini eslashga harakat qilasiz. Eslagach (yoki eslay olmasangiz ham), kartaning ustiga bosasiz va App sizga uning ortidagi yozuvni ko'rsatadi. AnkiApp, AnkiDroid kabi App larda karta ochilgach, past qismida «Oson», «Qiyin» va «Eslay olmadim» knopkalari bo'ladi. Agar so'zni oson eslagan bo'lsangiz, «Oson» tugmasini bosasiz va u biroz muddat mashq jarayonida chiqmay turadi. So'zni qiyinchilik bilan eslagan bo'lsangiz, «Qiyin» tugmasini bosasiz va u yaqin mashqlarda tez-tez qatnashib turadi. Agar so'zni eslay olmasangiz, «Eslay olmadim» tugmasini bosasiz va u bir necha so'zdan keyin qayta-qayta chiqib kelaveradi, toki «Qiyin» yoki «Oson» tugmalarini bosmaguningizcha. Bu usulning bloknotga yozishdan afzal jihati – faqatgina yaxshi yodlab ulgurmagan

soʻzlaringizga vaqt sarflaysiz, yodlab ulgurgan soʻzlaringizga kamroq eʼtibor qaratasiz.

Ikki va undan ortiq kartalar jamlanmasi koloda deb ataladi. Soʻzlarni mavzulariga yoki qiyinlik darajasiga qarab boʻlimlarga, yaʼni kolodalarga ajratishingiz mumkin. Bitta kolodaga nechta soʻz kiritish – xohishingiz.

App larning eng kuchli jihatlaridan biri – siz karta yaratishda surat, audiofayl yoki kichik videolarni ham joylashingiz mumkin (hamma App larda ham mavjud emas). Gabriel Vayner oʻzining «Har qanday tilni oʻrganishning revolyutsion metodi» kitobida karta yaratish jarayoniga jiddiy ahamiyat berishni tavsiya qiladi. Internetdan «Bread» soʻzi uchun rasm qidirish jarayonida siz nonlarning koʻplab turlarini koʻrasiz, kuzatib borasiz. Bu sizning miyangizda yangi soʻz bilan koʻproq neyronlarni bogʻlashga xizmat qiladi.

Kolodalarni har kuni takrorlab boring. Har bir chiqqan soʻzga «Easy» tugmasini bosish darajasiga yetkazing. Shu oʻrinda sizga mobil oʻyinlar va ijtimoiy tarmoqdan biroz parhez qilishni maslahat beramiz. Sababi, oddiy koʻrinsa-da, aslida, bu juda jiddiy amaliyot hisoblana-di. Layk va kommentlar bizda baʼzi «baxt gormonlari» ishlab chiqishini yoʻlga qoʻyadi. Inson xursandchilikka, zavqqa moyilligi sababli tezlik bilan kayf manbasi – oʻyinlar va ijtimoiy tarmoqqa ruju qoʻyadi. Shu sababli ham dars qilish, oʻqish, ilm oʻrganish zavqi uni qiziqtir-may qoʻyadi. Chunki ikki yoʻldan doimo osonrogʻini tan-lashga moyilmiz. Qoʻpol qilib aytganda, 10 kilo xursand-chilikni 2 usulda:

1) 1 soat mehnat qilib, ter to'kib, charchab;

2) yarim soat oyog'imizni cho'zib yotgan holda

olish mumkin bo'lsa, albatta ikkinchi yo'ldan boramiz. «Baxt gormonlari»ni ham dars qilish orqali emas, virtual hayot orqali qo'lga kiritishimiz oson. 1-2 oy qiynalsangiz-da, ulardan foydalanmay tursangiz, miya zerikishni boshlaydi va har qanaqa kichik dozadagi xursandchilikka rozi bo'lib qoladi. Shu holatda dars qilgan inson jarayondan katta zavq olishni boshlaydi.

Lug'at App lari bu borada sizning yangi o'yiningizga aylanadi. Har bir so'zni eslaganda oladigan xursandchilik layk va kommentlar o'rnini bosa boshlaydi.

Siz yodlaydigan bu xorijiy so'zlar sizga bir umr xizmat qilishini hisobga olgan holda shoshilmaslikni va har bir bosqichda qunt qilishni maslahat beramiz.

5. Matnni o'qish uchun bir marta, uqish uchun o'n marta mehnat qilinadi.

Ko'pchilik qiladigan xatolardan biri – matnni bir marta o'qib, boshqa unga qaytmaydi. Ongimiz ma'lumotlarni interval takrorlash orqaligina samarali o'zlashtirishini hisobga olib o'qib tugatgan matningizga vaqti-vaqti bilan qaytib turishni maslahat beramiz. IELTS yoki TOEFL sertifikatlariga tayyorlanayotganingizda ko'plab topiklar (matnlar)ni printerdan chiqarib olishingizga to'g'ri keladi. U matnlarni o'qib bo'lib, yangi so'zlarni App ga kiritgach, ularni tashlab yubormang. Chiqarilgan matnlarni yig'ib boring va har ikki haftada bir takrorlab turing. Meni aytdi dersiz, siz 100% o'zlashtirdim,

yangi narsasi chiqmaydi endi degan matndan ham vaqt o'tib nimadir – oldin o'zingiz payqamagan jihatni topib borasiz. 10 ta matnni 1 martadan o'qishdan 1 ta matnni 10 marta o'qish foydalibroq.

6. Agar matnning audio varianti bo'lsa, o'qish bilan bir vaqtda eshitib ham boring.

Bu so'zlarning talaffuzini to'g'ri tushunish, intonatsiyani yaxshilash va diqqatni oshirishga yordam beradi. Chunki miyamiz eshitayotgan so'zimizni matnda topishga ulgurishni o'yin tarzida qabul qiladi va atrofga kamroq chalg'iydi.

Eshitib tushunish

Mnemonika darslarida o'quvchilarimizga esda qolarli bo'lishi uchun qanday tushuntirgan bo'lsak, sizga ham shunday tushuntiramiz.

Xorijiy tildagi nutqni eshitib tushunishning 17 ta oltin qoidasi bor. Ularni hozir ko'rib chiqamiz. Xohlasangiz hoziroq bloknot yoki daftaringizga yozib boring.

1. O'rganilayotgan xorijiy tildagi nutqni ko'proq eshitish va tushunishga harakat qilish.

Xoh audio fayl bo'lsin, xoh kino bo'lsin, xoh ashula bo'lsin, ko'proq eshitib va tushunishga harakat qiling. Til o'rganish fiziologik mashqdir. Bunda nafaqat aqlan, balki jismonan ham mehnat qilish talab etiladi. Notanish tildagi nutq boshida umuman ma'nosiz tovushlarning uzun kombinatsiyasidek tuyuladi. Qayerda gap tugadi-yu

keyingisi boshlandi – bilolmaysiz. Lekin quloq mashqi qilib borilsa, oldin gap tugaganini bila olasiz, keyinchalik gapdagi so'zlarni alohida-alohida eshita olasiz. Uzoq yurish uchun oyoq mushaklarini, arqonga chiqish uchun qo'l mushaklarini chiniqtirish kerak bo'lgani kabi, eshitib tushunish uchun quloqlarni mashq qildirish muhimdir. 17 oltin qoidaning keyingilarini aytib o'tamiz:

2. O'rganilayotgan xorijiy tildagi nutqni ko'proq eshitish va tushunishga harakat qilish.

3. O'rganilayotgan xorijiy tildagi nutqni ko'proq eshitish va tushunishga harakat qilish.

4. O'rganilayotgan xorijiy tildagi nutqni ko'proq eshitish va tushunishga harakat qilish.

5. O'rganilayotgan xorijiy tildagi nutqni ko'proq eshitish va tushunishga harakat qilish.

6. ...

Davom etaveraylikmi?

Agar bunaqa oltin qoidalar 17 ta emas, 1000 ta bo'lganida ham, barchasi shu ko'rinishda bo'lar edi. Eshitib tushunishni faqat eshitib tushunishga harakat qilish orqali rivojlantirish mumkin.

E'tibor qilsangiz, tanishlaringiz orasida IELTSning Reading section (o'qish qismi)dan yuqori ball olgan, lekin Listening section (eshitib tushunish)dan past ball olib chiqqanlari bor. Ular ko'zni chiniqtiradilar-u, ammo quloqni unutadilar. Siz bunday xato yuzaga kelishiga yo'l qo'ymang.

Matnlarni o'qishda ularning audio faylidan ham foydalanishni yuqorida aytib o'tdik. Xuddi shu jarayonni qu-loqlar uchun foydali qilish mumkin. Sizga yaxshi tanish bo'lib ulgurgan matnni faqatgina audio faylini eshitgan holda tushunishga harakat qiling va bu jarayonni takror-lab turing. Ishlab ulgurgan matnlar printini qay tarzda takrorlasangiz, ularning audiosini eshitishni ham shu zaylda bajaring. Sizga boshida tushunarsiz g'uldurashdek tuyulgan nutqlarni o'ninchi, yuzinchi, ikki yuzinchi tak-rorlashda har bir bo'g'inigacha eshitib tushuna boshlaysiz va bu holat sizni ruhlantiradi va xursand qiladi. Til o'rga-nish uchun motivatsiyaning sirlaridan biri takrorlashda.

So'zlay olish va grammatika

O'qib ham tushunishni o'rgandik, eshitib ham tushun-yapmiz. Endi navbat gapirishga keldi.

Ehh, mening gapirishdan uyaladigan o'zbekim! Ting-laysan, tushunasan, ammo gapirishga kelganda tiling qi-siq. Barcha darding ichingda. Ne-ne shedevrlar yotibdi qal-bingda. Buyuk o'zgarishlar bir og'iz so'zingga muntazir. Ammo gapiraman desang – til yo'q. Hamma huquqlaring tiling ostiga yashiringan go'yo. Ularni talab qilib olaman desang, til o'lgur og'ir yukdek huquqlaringni bosib turadi. Gapirolmaysan. Til ham aylanmaydi, huquq ham yuzaga chiqmaydi. Xo'p deysan-u, indamay nari ketaverasan...

Qo'rqqansan, xalqim, qo'rqqansan. Qo'rqitishgan. Bir necha asrlar davomida qo'rqitishgan. Tilingni tiyishga, jim turishga o'rgatishgan. O'qiysan, o'rganasan, dunyo

ko'rasan-u, lekin haligacha fikringni gapirishga qo'rqasan. Qonda bor-da bu qo'rquv o'lgur, qonda bor.

Hayoting ostin-ustin bo'lishiga sabab bo'ladigan holatlarda gapirolmaysan-u, xorijiy tilda gapirmoqchimisani? Iloji yo'q, qadrdonim. Gapirish doim qo'rquvdan boshlanadi. Bu qo'rquv endi ketmaydi. Hech qachon ketmaydi. Shunchaki sen bu qo'rquvga ko'nikasan. U sening joningni ololmasligini his qila boshlaysan. Qo'rquving oshgani sayin vajohating va ilhomning ham jo'shib, qo'rquv bilan kimo'zarga quvishib boradi. Qo'rquv seni tark etmaydi. Shunga qaramay, baribir har safar gapirishga ahd qila olishing senda haqiqat urug'ining nish urishiga zamin bo'ladi. Vaqti kelib gapirishga bir qo'rqasang, gapirish uchun o'n ilhomlanasan va gapirishda davom etasan.

Gapir, do'stim...

Anaqa, nimani muhokama qilayotgandik? Ha, davom etamiz. Gapirishdan qo'rqishni bas qilmog'ingiz lozim. Har bir qatnashayotgan treningingizda hech bo'lmasa bitta savol berishni odat qiling. Har qanday klub uchrashuvlari va networkinglarda hech bo'lmasa bir marotaba fikr bildiring. Ha, qo'rqasiz, noqulaylik his qilasiz. Lekin davom etavering. O'z «ok-hudud»ingizdan chiqishda davom eting.

«Lock», «rock», «lock» yoxud harf va tovush farqlari.

Ba'zi tillarda harflar qanday kelishiga qarab har xil talaffuz qilinadi. Janubi-Sharqiy Osiyo mamlakatlari-ning ba'zi tillarida «R» yoki «L» tovushlari alohida mavjud emas – shu ikkovi oralig'idagi tovush bor, xolos. Shu sababdan ham ularga «lock» so'zini takrorlash davomida bir

yoki bir necha marotaba «rock» soʻzini talaffuz qilsangiz, ular (faqat oʻz tilinigina bilgan holatlarda) siz qachon qaysi soʻzni aytganingizni ajratolmaydi. Chunki quloqlari bu tovushni ilgʻashga moslashmagan – mashq qildirilmagan. Ishonish qiyinmi? Unda oʻzbek va turkiy tillarni bilma-gan rusiyzabon tanishingiz bilan tajriba oʻtkazib koʻring. «Bosh» va «boʻsh» soʻzlarini aralash holatda talaffuz qilib, qaysi holatda «o» va «oʻ» ishlatilganini soʻrang. Javob oʻrniga savolga toʻla nigoh bilan toʻqnashasiz. Chunki ularning eshitish tizimi bu ikki tovushni ajratishga oʻrgatilmagan. Rus tilida «o» tovushi yoʻq. Undagi «o» harfi «oʻ» sifatida talaffuz qilinadi. Shuning uchun ham koʻpchilik ingliz tilidagi «th» harf birikmasini «z» sifatida talaffuz qilib katta xatoga yoʻl qoʻyadi. Agar bu xato tuzatilmasa, siz hech qachon sof ingliz aksentida gapira olmasiz. Toʻgʻri talaffuz uchun transkripsiya simvollarini va fonema qoidalari bilan tanishib chiqishingiz zarur. Ular haqida YouTube da koʻpgina maʼlumotlarni olishingiz mumkin. Maʼlumot uchun, «father» soʻzi «fazer» emas, «fa:ðə» shaklida talaffuz qilinadi. Agar tilingizni chiqarib, ohistagina tishlagan holda «z» harfini talaffuz qilsangiz, ingliz tilidagi «th», yaʼni «ð» tovushi bilan tanishib olasiz.

Bu jilvakor harflar aynan tovushlarni ifodalashga xizmat qiladi. Ularning ayrimlari bilan tanishish xorijiy talaffuzingiz chiroyli va aniq boʻlishiga yordam beradi.

Alifbo harflari oʻxshash boʻlsa ham, talaffuz farq qilishi – koʻp uchraydigan holat. Fonetik simvollar sizga soʻzning yozilishini emas, aynan tovushini koʻrsatib beradi. Ular-

ni talaffuz qila olish uchun tilimizni mashq qildirishimiz kerak. Chunki «lock-rock» misolidagi kabi tilimizning ba'zi mushaklari boshqa tillardagi ba'zi tovushlarni hech qachon talaffuz qilib ko'rmagan. Shu mushaklarni muntazam mashq qildirib borish maqsadga muvofiq.

«Ega va kesim qayerga ketib qoldi?»

17 tilni mukammal bilgan vengriyalik tarjimon Kato Lomb o'zining «Xorijiy tillarni o'rganishda mening usulim» kitobida nemis tilida bir jumlani ishlatadi: «Die Grammatik kommt aus der Sprache, nicht die Sprache aus der Grammatik». Ya'ni «Grammatikani bilish tilni bilish (shu tilda gapirish, muloqot qilish) orqali o'rganiladi, lekin grammatikani bilish gapirish (til)ni o'rgata olmaydi». Agar bu gapga shubhangiz bo'lsa, bolalikda o'z ona tilingizda gapirishni qanday o'rganganingizni eslang. Siz xatolar bilan, so'zlarni aralashtirib gapira boshlagansiz, Present perfect tense, Past simple tense qilib zamonlarni o'rganishdan emas. Nutqlarni tinglab borish sizga ega-yu kesimning joylashuvi va boshqa yuzlab qoidalarni jarayonning o'zida o'rgatib boradi.

«Nimani gapiraman?»

Yangi o'rgangan so'zingizni, jumlangizni gapirasiz. Toki sizga qadrdon bo'lib qolmagunicha ishlatasiz. Yuqorida aytgan, vaqti-vaqti bilan takrorlab turadigan matnlaringizni ovoz chiqarib o'qiysiz. O'qiganda ham

ovozni baland-baland chiqarib o'qiysiz. Tortinmang, hech narsani o'ylamang. Ishonch bilan, jarangli qilib baralla talaffuz eting. Qo'shnilaringiz o'zbek tilidagi qarg'ishlari tugab, inglizchada «Stop it, that's enough!!!» deb yubormagunigacha davom etasiz.

«Kim bilan gaplashaman?»

Boshlang'ich bosqichlarda faqat va faqat sizga xayri-xoh bo'lgan va siz o'rganayotgan tilni bilgan kishilar bilan gaplashing. Ularning asosiy belgisi – hech qachon sizni xatoyingiz uchun masxara qilishmaydi, balki do'stona to'g'rilab turishadi. Bu sizdagi o'zingizga bo'lgan ishonchni mustahkamlab boradi. Aks holda, til o'rganish bo'yicha istiqbolingiz siz tomonga «uchadigan» tanqidlar ostida ko'milib, boshidanoq nobud bo'ladi. Agar gaplashishga odam topolmasangiz, «speaking-club»larga borib turing. Yoki o'zingiz bilan xorijiy tilda gaplashing. Kulishga shoshilmang – baribir o'zingiz bilan gaplashasiz, bilamiz. Deyarli hamma shunday qiladi. Siz esa bu jarayondan yana bitta ko'proq foyda olasiz.

Gapirishda ovozni baralla chiqarish nafaqat sizdagi ishonchni oshirishga, balki tilingiz mushaklariga beriladigan yukni oshirishga ham xizmat qiladi.

«Sho'ng'ing!»

Agar kelgusi 1 yilda til o'rganishni maqsad qilsangiz, shu muddat mobaynida barcha qurilmalaringizning,

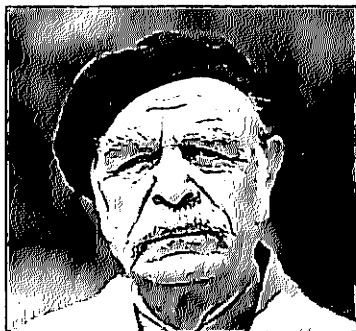
ko'radigan film va seriallaringizning, obuna bo'lgan kanallaringiz va hattoki vaynlaringizning ham aynan o'sha til-dagisini tanlang. Kuningizning kamida 1 soati o'sha til bilan o'tsin. Avvaliga hech narsani tushunmayotganday bo'lasiz. 1-2 oy ichida esa natijani sezishni boshlaysiz.

Xulosa o'rnida shuni aytamizki, sizda ayni damda juda yaxshi imkoniyat bor: yuqoridagi texnikalarni va yo'riqnomalarni qunt bilan hayotingizga tatbiq qilishni boshlang. Vaqt o'tadi, foydali odatlar va ularning mahsullari yoningizga qoladi.

Yuz va ismlarni eslab qolish

Aksariyat hollarda suhbatdoshimiz ismini esimizdan chiqarib qo'yishimiz – bu o'sha inson tomonidan e'tiborsizlik va hurmatsizlik sifatida qabul qilinadi.

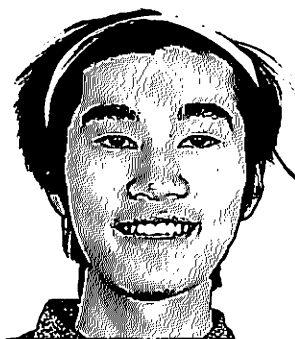
Mavzuni boshlashdan avval siz bilan bir mashqni bajarib ko'ramiz. Uni bajarish uchun mashq mohiyatini, maqsadini hozir bilishingiz muhim emas. Asosiysi, berilayotgan namunaviy obrazlarni ko'z oldingizga keltiring.



Shu rasmdagi chehraga nazar soling. Birinchi navbatda qaysi jihati e'tiboringizni tortdi?

- ko'zlari;
- burni;
- mo'ylovi;
- qoshlari;
- xollari;
- ajinlari;
- sochi.

Endi shu inson bosh kiyimi o'rniga ichiga suv solingan kichik vannani ag'darib qo'yishganini tasavvur qiling. Undan oqqan suv yuzning siz e'tibor qilgan qismiga qarab oqyapti.



Xuddi yuqoridagi misolimizdagidek bu chehraga ham e'tibor qarating va ko'proq diqqatingizni tortgan qismini o'zingiz uchun tanlab oling.

Endi tasavvur qiling, shu yigitning boshidan kola («Coca-cola») ichimligini quymoqdasiz. Gazlangan ichimlik pishillab ko'pik chiqargan holda uning sochlaridan qosh-u ko'zlariga qarab oqmoqda. Kamiga tishlari ham kolaning rangiga – jigarrangga bo'yalib qoldi.



Xuddi shu jarayonni takrorlang. Faqat bu safar zina obrazini integratsiya qiling. Hosil bo'lgan natijani diqqat bilan tasavvur qiling.



Bu ayolning yuziga ham qarab chiqing. Chehrasining qaysi qismini darrov payqadingiz? O'sha qismidan asta-sekin qip-qizil lola o'sib chiqayotganini tasavvur qiling. Avval kichkinagina edi, borgan sari kattalashib bormoqda.

Shu o'rinda savol beramiz, qadrlil kitobxon: hozirgi bajargan mashqimiz behurmatlik emasmi? Axir inson chehrasi Yaratuvchi tomonidan bunyod etilgan eng go'zal asarlardan biri-ku! Savol javobini bo'lim oxirida beramiz, mashq o'z kuchini yo'qotmasligi uchun.

E'tibor berganmisiz? Qanchalik darajada baland shovqin yoki uzoq masofa bo'lmasin, odam o'z ismini tez ilg'ab olish qobiliyatiga ega. Bundan tashqari, odamga o'z ismi bilan murojaat qilinganda uning butun e'tibori sizniki bo'ladi. Aynan shu sababli ham insonlarning ismlarini eslab qolish sizga faqat va faqat foyda keltiradi.

Mnemonikaning yana bir kuchli imkoniyatlaridan biri insonlarning yuz va ismlarini eslab qolish texnikasidir. Bu yo'nalish nafaqat mnemosport bilan shug'ullanish istagida bo'lganlar, balki tarbiyachi va o'qituvchilar, talabalar, tadbirkorlar, rahbarlar, barcha-barcha uchun birdek keraklidir.

Tasavvur qiling, siz tadbirkor yoki sotuvchisiz (yoki kuniga yuzlab kishilar bilan muloqot qilib, ularga xizmat ko'rsatadigan kasb egasisiz). Mijozlaringiz har kelganlarida sizni ismingiz bilan atashadi, siz esa «xonim, janob» kabi so'zlar bilan chegaralanasiz. Buning o'rniga ularning ismlari bilan murojaat qilsangiz, o'rtangizdagi munosabat yanada samimiylashadi. Ishingizga ham ijobiy ta'sir o'tkazmasdan qolmaydi, albatta. Chunki aksariyat mijozlar birinchi navbatda xizmat ko'rsatish hamda muomalaga e'tibor qaratadilar.

Keling, avval bu boradagi muammolarga o'z e'tiborimizni qaratsak. Masalan, aynan sizda yuzlar yoki ismlarni eslab qolish bilan bog'liq qiyinchilik bormi? Ko'pchilik (deyarli 90%) insonlar yangi tanishlarini keyingi uchrashuvda ko'rganlarida «Sizni qayerdadir ko'rganman, chehrangiz tanish» kabi jummalarni aytish-

lari mumkin. Ismlarini esa eslay olmaydilar. Muammo mana shunda! Odam miyasi chehralarni aniq, ravshan turgani uchun ham butun bir «obraz» sifatida qabul qilib, ularga ta'rif bera oladi. Misol uchun, sochi yo'q, ko'zlari ko'k, bo'yi uzun yoki semiz deb eslab qoladi. Ismlar esa miya uchun mavhum. «Yuz va ismlar» texnikasi ushbu mavhumlikni ham obrazga aylantirib, ularni birgalikda eslab qolish samaradorligini oshiradi.

Texnikani ishlatishning oltin qoidalari:

1. Suhbatdoshingiz ismini aytayotganida diqqat bilan tinglang. Dastlabki xayolingiz uning tashqi ko'rinishida, o'zgaruvchan detallarda bo'lmasin.

2. Suhbat boshida ismni to'g'ri eshitganingiz va eslab qolganingizga ishonch hosil qilish uchun unga ismi bilan murojaat qilib ko'ring.

3. Endi esa suhbatdoshingizning ko'rinishiga yaxshiroq e'tibor qarating, Aynan nima diqqatingizni ko'proq tortyapti? Sochlarimi, xolimi, sepkillarimi, chandiq yoki tishlarimi? Har bir insonda o'ziga xos, uni ajratib turuvchi tashqi jihat bo'ladi, albatta.

4. Ismni obrazga aylantiring. Misol uchun, yangi tanishayotgan insoningizning ismi Yulduz. Ismga obraz sifatida osmondagi yulduz yoki san'atkor Yulduz Usmonova (yoki yaqin tanishingiz Yulduz)ni oling.

5. Tanlagan obrazingizni uning ajralib turgan jihati bilan bog'lang, misol uchun:

a) Suhbatdoshingiz Yulduzning qirra burni e'tiboringizni tortdi. Aynan burnida charaqlab turgan sariq, 5 qirrali yulduzni tasavvur qiling. Tasavvur qilib bo'lganinigizdan so'ng yana bir bor unga ismi bilan murojaat etib, obrazingizni mustahkamlang;

b) Taniqli xonanda Yulduz Usmonova yangi suhbatdoshingiz bilan birga quchoqlashib qo'shiq aytyapti. Yoki xonanda tanishingizning qirrali burnidan tortyapti. Holatni yanada kulgiliroq yoki noodatiy qilish fantaziyangizga bog'liq.

Har qanday interval takrorlanmagan ma'lumot yo'qotilgan ma'lumotdir. Kun oxirida albatta shu kunni xayoldan o'tkazing. Qanday yangi ma'lumotlar va yangi insonlar bilan yuzlashdingiz? Ko'rishgan suhbatdoshlaringizning ismlarini ular timsoliga qilgan integratsiya bilan birgalikda eslab chiqing. Shu eslaganingiz interval takrorlashning bir qismi hisoblanadi.

Bu texnikani ishlatish dastlab sizga noqulay, uzoq vaqt oladigan yoki samarasiz tuyulishi mumkin. Lekin ishoning, dunyodagi minglab mnemosport ustalari aynan shu oddiy uslubdan foydalanishadi. Misol uchun, dunyo rekordchisi Keti Kermode 5 daqiqada (o'rta hisobda) 48 ta chehrani ism va sharifi bilan eslab qola olgan. Shunchaki ular uslubdan foydalanishni professional darajaga olib chiqishgan, xolos. Ya'ni tajriba orqali siz bu ishni tezroq va mukammalroq qila boshlaysiz.

Ismni eslash (recall) jarayoni qanday amalga oshiriladi?

Siz ismini eslab qolgan kishini uchratganingizda, katta ehtimol bilan o'tgan safar e'tiboringizni tortgan jihati yana diqqatingizni tortadi va integratsiya qilgan obrazingiz esingizga tushadi. Obraz esa, o'z navbatida, ismni yodingizga soladi. Mavzu boshida bajargan mashqimiz esingizdami? O'sha rasmlarga biriktirgan obrazlarimizda ismlar kodlangan edi. Keling, ularni birgalikda ko'rib chiqamiz.



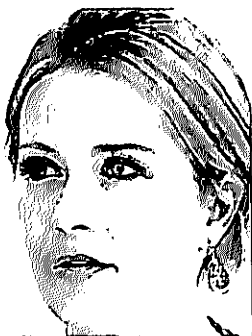
Bu rasmdagi inson timsoliga kichik vannani biriktirgan edik.

«Vanna» = Vanya. Biz Vanya amakining ismini shu usulda eslab qoldik. Bu ismga boshqa predmet obrazi yoki shu ismli tanishimizni ham olishimiz mumkin edi. Misol tariqasida vanna obrazi tanlandi.



Bu yigitning tishlariga nima bo'layotgani esingizdami? Uning sababi-chi?

«Kola» Kolya (Nikolay) ismining kodi edi.



Obraz esingizdami? «zina» = Zina opa (Zinaida).



Bu rasmdagi obrazni eslash va shaxs ismi nima ekanligini tiklashni sizga qoldiramiz, qadrli kitobxon.

Bo'lim boshida bergan savolimizga qaytamiz: insonlarning yuzi bilan bunday amaliyot bajarish yomon ish emasmi? Javobimiz quyidagicha: **maqsad va niyatga bog'liq**. Agar bunday mashqlar odamlarning ismlarini eslab qolish, ularga hurmat ko'rsatish uchun qilinsa, siz ismi bilan murojaat qilganingizda u: «Mening ismimni ham eslab qolibdi, demak, e'tiborga molik insonman», – deb qalbi iliqlikka to'lsa, bu ishda hech qanday yomonlik ko'rmayapmiz. Siz ongli ravishda bajarasizmi, yo'qmi, ong ostimiz baribir shunday jarayonlarni to'xtovsiz amalga oshirib boradi. Chunki yangi neyronlar tashkil qilinishi uchun bu muhim jarayon hisoblanaadi. Qiyos qilib aytganda, daryo shundoq ham oqib turibdi. Siz shunchaki unga turbina o'rnatib, butun qishloqni elektr toki bilan ta'minlaysiz. Ongimizda obrazlar doim shakllanadi va bir-biri bilan ulanib ketadi. Siz shunchaki shu jarayondan kerakli ma'lumotlarni yodlashda foydalanasiz.

Yana bir usul bor. Uni hech qayerda uchratmaysiz. Sababi, bu usulni kitob mualliflaridan biri o'z shaxsiy tajribasi davomida yaratgan. Mikroinsult xotirani keskin kuchsizlantirib qo'ygani sababli odamlar yuzida obraz tasavvur qilishga qiynalar edim. Lekin yarim soat oldin tanishib, gaplashib turgan insoningizdan ismini qayta so'rash juda noqulay holat. O'sha paytlarda qo'limdan keladigan mnemotexnika lokatsiyaga obraz qo'yish

bo'lgan. Shu sababli bir tajribaga qo'l urdim: inson ismini obrazli kodlagach, integratsiyani uning yuzi bilan emas, balki shu inson bilan birinchi marta ko'rishgan joyimga qila boshladim. Yangi tanishgan odamlarning ismini ular bilan tanishgan joyni eslash orqali amalga oshira boshladim. Keyinchalik, miya faoliyati tiklangach, klassik usulda – obrazni inson yuzida tasavvur qilish orqali bajara boshladim. Mnemonikadagi qoidalar shunchaki xatolarni kamaytirish uchun mo'ljallangan. Lekin ular absolyut emas. Ozigina kreativlikni ishlatgan holda yangi usullarni yaratish va amalda qo'llash mumkin.

Dastlabki bosqichlarda odam yuzi bilan integratsiya qilish qiyin tuyulishi mumkin. Flesh karta o'rnida ko'chadagi notanish kishilar, film qahramonlari va suratlardagi odamlar chehrasidan foydalansangiz bo'ladi. Shunchaki biror obrazni integratsiya qilasiz va ko'z oldingizda gavdalantirasiz. Keyinchalik esa aktyorlar, spikerlar, siz ism-sharifini yodda tutmoqchi bo'lgan adib va yozuvchilarni shu usulda «qayta tanib» chiqishingiz mumkin. Bu sizga ham mashq bo'ladi, ham u shaxslarning ismlarini yodlab olasiz.

Xuddi shu usullardan foydalangan holda odamlarning familiyasi va otasining ismini, ularning qiziqish va hobbilari, shuningdek, kasb-hunarlarini haqidagi ma'lumotlarni eslab qolishingiz ham mumkin. Bunda yuqoridagi ko'rsatilgan texnikalar ish beradi. Shunchaki obrazni bir nechtaga ko'payadi, xolos.

Yuz va ismlarni eslab qolish bo'yicha qo'shimcha materiallarni kitobga tegishli bot orqali olishingiz mumkin.

Qadrli kitobxon! Bu bobdagi texnikalar yangi do'stlar, hamkorlar, qadrli insonlarni hayotingizga jalb etishga xizmat qilishini tilab qolamiz.

«Voy, tugadimi?» yoxud so'z oxirida

Qadrli kitobxon! Sizga sidqidildan qilayotgan xizmatimizning bir qismi shu joyda o'z nihoyasiga yetadi. Lekin bu siz uchun endigina boshlandi. Izlanishda davom eting, o'rganing. Siz bilan shaxsan tanish bo'lmasak-da, qalban yaqinmiz. Hayotda erishadigan yutuqlaringizga oz bo'lsa-da hissamizni qo'sha olsak, dunyodagi eng baxtiyor insonlar deb bilamiz o'zimizni.

Barcha savol va takliflaringizni kitobga biriktirilgan maxsus telegram bot orqali yo'llashingiz mumkin. Imkon qadar, aql-u tajribamiz yetganicha javob berishga harakat qilamiz.

Omon bo'ling, qadrdon millatdoshim!

*Hurmat bilan Shahzoda Abdulatif qizi,
Muhammad Abdullayev («Ali»),
Saidmurodxon Muydinov,
2022-yil may*

Ilmiy-ommabop nashr

**Shahzoda Abduraimova,
Muhammad Abdullayev,
Saidmurodxon Muydinov**

MNEMONIKA: YOD OLISH SAN'ATI

Muharrir: Abdulla SHAROPOV
Badiiy muharrir: Bahriddin BOZOROV
Texnik muharrir: Dilshod NAZAROV
Sahifalovchi: Diyora ZARIFOVA
Musahhih: Parvina NARZULLAYEVA



Bosishga ruxsat etildi: 22.07.2023-y.
Ofset qog'ozi. Qog'oz bichimi: 60x84 $\frac{1}{16}$.
Ofset bosma. Hisob-nashriyot t.: 3,82. Shartli b.t.: 8,37.
Adadi: 2000 nusxa.
Buyurtma № 44

«AKADEMNASHR» nashriyotida tayyorlandi va chop etildi.
100185, Toshkent shahri, Chilonzor tumani, So'galli ota ko'chasi 5-uy.

Tel.: (+99899) 433-16-77
e-mail: info@akademnashr.uz
web: www.akademnashr.uz