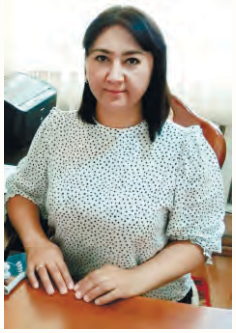
ЎТКИР ХОТИРА СИРЛАРИ ЁХУД КУТУБХОНАДА МНЕМОТЕХНИКАДАН ФОЙДАЛАНИШ АФЗАЛЛИКЛАРИ ҲАҚИДА



doi 10.47267/2181-8207/2021/2-061



Севара Эшонқулова,
Ўзбекистон Касаба уюшмалари Федерацияси Санатор-курортлар бошқармаси тасарруфидаги Ботаника санаторияси кутубхоначиси

Тасаввуримизда бироз ёшликка қайтиб, шеър ёдлаш жараёнида қайси усуллардан фойдаланганлигимизни эслаб кўрайлик. Одатда шеърдаги бироз мураккаб сўзларни биз хаёлан тасвирлаш орқали ёки нимагадир ўхшатиш орқали ёдлар эдик. Шеър ёдлашнинг бу шакли мнемотехника усулларидан биридир

Mnemonics, or mnemotechnics, is a way of remembering information based on images, logic, and reasoning. Mnemonics allows you to quickly memorize large amounts of data, numbers, or text. As a result of studying mnemonics, information that is difficult to remember becomes a more convenient form. Books on mnemonics can be a great help in understanding your memory and applying these techniques in your life.

My suggestion is that we in libraries should not only provide users with information, but also teach them how to store this information in their memory for a long time. To do this, it is necessary to establish training centers for teaching mnemonics at libraries. This can lead to a further increase in the number of library users.

Калит сўзлар: кучли хотира, мнемотехника (мнемоника), фикрлаш жараёни, «Ақл харитаси», образли тафаккур.

Хотира инсон миясининг асосий функцияларидан бири ҳисобланади. Унинг ёрдамида қилинажак ишларимизни, режаларимизни, умуман, кўплаб ахборотларни ёдда сақлаб қолиш имкониятига эгамиз.

Аслида кучли хотирага эга бўлишни истамайдиган кишининг ўзи топилмаса керак. Хотирани мустаҳкамлаш борасидаги машғулотлар билан мунтазам шуғулланилса, тасаввур кенгайиб, эслаб қолиш қобилияти ҳам ошиб бораверади. Дарвоқе, инсон муваффақиятларининг калити деганда, хотирага урғу берсак, назаримда, муболаға бўлмайди.

Мнемотехника тушунчасидан кўпчиликнинг хабари бор. Хотирани чархлаш билан боғлиқ бу усул, айниқса, боғча, мактаб ёшида кўп қўлланилади. Мисол учун, тасаввуримизда бироз ёшликка қайтиб, шеър ёдлаш жараёнида қайси усуллардан фойдаланганлигимизни эслаб кўрайлик. Одатда шеърдаги бироз мураккаб сўзларни биз хаёлан тасвирлаш орқали ёки нимагадир ўхшатиш орқали ёдлар эдик. Шеър ёдлашнинг бу шакли мнемотехника усулларидан биридир.

Кутубхонада турли ёшдаги китобхонларга хизмат кўрсатамиз. Табийки, ҳар бирининг қутлуғ даргоҳимизга қайта ташрифини кутиб қоламиз. Албатта, замонавий кутубхона, замонавий техникалар, хизмат кўрсатишнинг замонавий турлари фойдаланувчиларимиз сафини кенгайтиради. Бу борада мнемотехниканинг ўрни ҳам ўзгача бўлиши мумкин. Агарда кўрсатилаётган хизматларимиз қаторида китобхонларимизга мутолаа қилинаётган адабиёт мазмуни хотирада узоқ сақлаб қолиниши усулларини ҳам ўргатсак, фойдаланувчиларимиз янада кўпайишига туртки бўларди.

Қайси соҳа вакили бўлмасин, мутахассислиги бўйича ёдда сақлаши лозим атамалар, формулалар, рақамлар бўлиши мумкин. Ёки айтайлик, олий ўқув юртига тайёргарлик кўраётган абитуриентларга тест жавобларини ёдлашда, тил ўрганишда янги сўзларни ўзлаштириш жараёнида айнан мнемотехника усуллари ёрдам беради.

Ўз ўрнида, биз ҳам китобхонга керакли ахборотни тақдим этиш билан бирга мнемотехника усулларидан фойдаланиш таклифини беришимиз, бу борада кутубхона қошида ўқув маркази ташкил этишимиз мумкин. Шубҳасиз, бунинг учун аввало, барча ахборот-кутубхона мутахассисларини мнемоника ва мнемотехника бўйича ўқитиш лозим бўлади.

Мнемоника тарихидан

Мнемотехника қадимдан маълум ва камида икки минг йиллик тарихга эгадир. Мнемо-

ника санъати милоддан аввалги 477 йилга бориб тақалади. «Мнемоника» атамасини (милоддан аввалги VI асрда) қадимги юнон файласуфи ва математик Самос Пифагор киритган деб ҳисобланади. Мнемоника бўйича биринчи маълумотлар Цицеронга тааллуқлидир. Уни италиялик роҳиб, файласуф ва шоир Жордано Бруно ўрганган, ривожлантирган ва ўқитган. Қадимги юнон файласуфи Аристотель ҳам мнемоникага қизиққан ва бу санъатни ўз шогирди Искандар Зулқарнайга ўргатган. Рим императори Юлий Цезарь ва Франция императори Наполеон Бонапарт ҳам мнемоникага асосланган ажойиб хотирага эга бўлган дейилади.

Мнемоника сўзи маъбуда Мнемозина билан боғланади. Юнон мифологиясида Мнемозина хотира маъбудаси ҳисобланган. Маълумки, қадимги Юнонистонда одамлар мнемоника усулларидан муваффақиятли фойдаланган. Чунончи, қисқа вақтда юнонлар катта ҳажмдаги маълумотларни ёд олиш қобилиятига эга бўлган. Демак, қадимдан одамлар шуни англашганки, мнемоника эсда сақлашни ва ахборотни ўзлаштиришни осонлаштиради.

Нима учун мнемоника керак?

Машғулотларни бошлаш асослари

Мнемотехника (ёки мнемоника) – бу образлар, мантиқ ва тафаккурга асосланган ҳолда ахборотни эслаб қолиш усули. Катта ҳажмдаги маълумотларни, сонлар ёки матнни тез ёдлаш имконини беради. Бундан ташқари, мнемоника дарслари образли тафаккурни ривожлантириш имконини беради. Бу эса, сезги органларига ижобий таъсир кўрсатади.

Мнемоникани ўрганиш натижасида эслаб қолиш ноқулай бўлган ахборот қулайроқ шаклга айланади. Шу қадар қулайки, оддий йўл билан эслаб қолиш мумкин эмасдек туюлган катта ҳажмдаги маълумотларни эслаб қолиш мумкин. Аммо мнемониканинг фойдаси фақат ёдлаш билан чекланмайди. Ундан мунтазам фойдаланиш ёки эслаб қолиш машқларини бажариш кундалик ҳаётда жуда зарур бўлган бошқа қобилиятларни ривожлантиришга йўл очади:

1. Диққат. Диққат ва хотира ўзаро боғлиқ. Тасвирлар орасидаги боғланишларни кузатиш, объектларни тасвирлар билан алмаштириш зарурати диққатингизни машқ қилдиришга ва амалий фаолиятга диққатни жамлаш қобилиятини оширишга олиб келади.

2. Образли тафаккур. Эслаб қолиш учун тасвирлар билан ишлашни бошлаганингиздан сўнг бир оз ўтиб фикрлаш жараёнида ўша тасвирларни ҳам қўллай бошлайсиз. Натижада сиз ҳар қандай вазиятни тезроқ тушуна оласиз, қобилиятингиз ошиб, баъзида саволларга жавоб-ечим топишда камроқ вақт сарфлайсиз (оддий кундалик вазиятларда ҳам, мураккаб муаммоларни ҳал қилишда ҳам). Кузатсангиз, бошқалар бирор нарсани таҳлил қилишга ҳаракат қилаётган бир пайтда сиз аллақачон жавобни кўрасиз.

3. Тасаввур. Абстракт объектларни доимо тасвирлар билан алмаштириш ҳамда уларни боғлаш зарурати тасаввурлардан фойдаланиш зарурлигига олиб келади. Бошқаларнинг назарида ёркин ва ностандарт кўринган масалалар сиз учун ечимида оддий кўринади.

4. Мнемоника миянинг иккала ярим шарини ҳам ишлатиш имконини беради. Инсон мияси икки ярим шардан иборат, ҳар бирининг ўз вазифалари бор. Чап ярим шар – мантиқий фикрлаш, нутқ, ўнг ярим шар – ритм, ранг сезиш, тасаввур, образлар ва фазовий муносабатлар учун жавоб беради. Табиатан инсон фақат битта ярим шардан кўпроқ даражада фойдаланади. Кўпинча бу чап ярим шардир.

Пайдо бўлган муаммоларни ҳал қилиш учун мантиқий усуллар қўлланилади. Образлардан фойдаланишда фикрлаш жараёнини янада уйғунлаштиради ва мия имкониятларини кўпроқ қўллаш имконини беради. Бу мнемоника келтириши мумкин бўлган фойда, бироқ фақат ёдлаш билан чекланмайди.

Кўпчилик хотираси ёмонлашаётганига, айрим керакли маълумотларни эслаб қола олмаётганига шикоят қилади. Аслида ҳам шундайми? Афсус билан айтиш керакки, аслида хотира эмас, балки кузатувчанлик қониқарли эмас экан.

Машҳур америкалик ихтирочи ва бизнесмен Томас Эдисон қўл остидаги 27 нафар лаборант бир неча ой давомида ҳар куни лампа цехига Нью-Жерси штатидаги Менло паркида жойлашган заводнинг бош биносига борадиган йўлдан қатнашини аниқлайди. Бу йўлда гилос дарахти ўсар эди, аммо ўша, 27 ишчи билан савол-жавоб ўтказилганида, бирон-бири бу дарахт борлигини умуман пайқамаганлиги маълум бўлди. Демоқчимизки, инсонларда аслида кузатувчанлик оқсайди. Ваҳоланки, айнан кузатувчанлик хотира яхшиланишининг биринчи усулидир.

Хотирани мустаҳкамловчи яна бир асосий омиллардан бири овоз чиқариб китоб ўқиш ҳисобланади. АҚШнинг 16-президенти Авраам Линкольн онгига керакли маълумотни акс эттириш учун икки ҳис-туйғу аъзосидан фойдаланган. А. Линкольн «Мен қачон овоз

Мнемоника бўйича биринчи маълумотлар Цицеронга тааллуқлидир. Уни италиялик роҳиб, файласуф ва шоир Жордано Бруно ўрганган, ривожлантирган ва ўқитган. Қадимги юнон файласуфи Аристотель ҳам мнемоникага қизиққан ва бу санъатни ўз шогирди Искандар Зулқарнайга ўргатган. Рим императори Юлий Цезарь ва Франция императори Наполеон Бонапарт ҳам мнемоникага асосланган ажойиб хотирага эга бўлган дейилади

Кўпчилик хотираси ёмонлашаётганига, айрим керакли маълумотларни эслаб қола олмаётганига шикоят қилади. Аслида ҳам шундайми? Афсус билан айтиш керакки, аслида хотира эмас, балки кузатувчанлик қониқарли эмас экан

чиқариб ўқисам, фикр иккита ҳис этиш аъзоси орқали қабул қилинади. Биринчидан, нимани ўқисам, ўшани кўраман, иккинчидан, мен уни эшитаман, шунинг учун жуда яхши эслаб қоламан,» деган.

«Harper`s» журнали саҳифаларидан бирида шундай ёзилган: «Саналарни эсда сақлаш жуда мушкул, чунки улар рақамлардан иборат, рақамлар ифодасиз кўринади ва хотирада мустаҳкам сақланмайди. Улар суратлардан иборат эмас, шу боис, кўзга ўрнашиб қолмайди. Суратлар – тасвирлар рақамларни эслашга ёрдам беради. Улар хотирада деярли ҳамма нарсани сақлаб қолади. Агар бу тасвирни ўзингиз яратсангиз, янада яхши». Демак, кейинги қоида – бу тасвирлар орқали маълумотни эслаб қолишдир.

Ҳақиқатан ҳам, хотиранинг имкониятлари жуда кенг. Инсон 20 мингдан 100 минггача сўзни эслаб қолиш имкониятига эга. Масалан, машҳур компьютер дастурчиси Билл Гейтс минглаб кодларни ёддан билади, дейилади. Саркарда Александр Македонский (Искандар Зулқарнай) эса, аскарларини номма-ном санаб бергани ҳақида ривоятлар бор.

Ҳақиқатан ҳам, хотиранинг имкониятлари жуда кенг. Инсон 20 мингдан 100 минггача сўзни эслаб қолиш имкониятига эга. Масалан, машҳур компьютер дастурчиси Билл Гейтс минглаб кодларни ёддан билади, дейилади. Саркарда Искандар Зулқарнай эса аскарларини номма-ном санаб бергани ҳақида ривоятлар бор

Ўткир хотира эгалари бугун ёшлар орасида ҳам йўқ эмас, албатта. Улардан бири халқаро хотира спорт устаси ҳамюртимиз Ҳусниддин Исмоиловдир. Биз оддий телефон рақамларини бир зумда унутиб қўяётган замонда Ҳусниддин бир соатда 1460 та, 5 дақиқада 240 та рақамни эслаб қолишни щрганади. У бундай хотирага қандай эришди? Юртдошимиз бу муваффақиятга мнемоника — эслаб қолиш санъати орқали эришганини айтади. Демак, сўзларни бош ҳарфларни бирлаштирган ҳолда эслаб қола олишимиз мумкин.

Ўткир хотира сирлари

Болалигида Абу Али ибн Сино онасидан «Нега осмон олдин катакчалардан иборат эди-ю, ҳозир ўша катакчалар йўқ?» деб сўраган экан. Бундай деб сўрашига сабаб гўдаклигида онаси ҳар хил ҳашаротлардан сақлаш мақсадида унинг юзини элак билан ёпиб қўяр экан. Кейинчалик ўша манзарани бўлғуси табиб кучли хотираси ёрдамида эслай билган.

Германия ва АҚШ каби бир қатор мамлакатларда нафақага чиққандан кейин талабага айланадиган қариялар кўплаб топилади. Улар одатда ижтимоий-гуманитар факультетларга ўқишга киради ва ёш ҳамкурслари билан баравар машғулотларни ўзлаштириб, имтиҳонлар топширади. Демак, хотира заифлашувига ёшни сабаб қилиб кўрсатиш асоссиздир, яъни бу шунчаки баҳона

Инсон хотираси кўп омилларга боғлиқ эканини ҳам унутмаслик лозим. Кимдир кўрганини, кимдир эшитганини яхшироқ эслаб қолади. Инсон хотирасида қизиққан нарсаси тезроқ ўрнашади. Баъзида маълум ҳиссий кечинмалар унутилган воқеаларни қайта жонлантириши ҳам мумкин. Ҳатто тил ўрганишга қобилияти йўқ дейилган кишилар ўзга мамлакатга тушиб қолганида, хотираларида янги қирралар кашф этилгани ҳам тажрибада ўз исботини топган.

Ёши қирқдан ошганлар гап орасида «Хотира чатоқ-да, қаричилик энди» деб, қўшиб кетиши одатий ҳол. Аслида бундай эмас. Бундай баҳонага таянадиганлар кўпинча фаол ўрганиш даври тугаганидан кейин иштиёқни йўқотади ва хотирани зўр бериб ишлатмаслиги натижасида шу кўйга тушади... Хотирани чархлаш кундалик ишига айланиб қолган, ёши етмишга етган актёрлар бутун бошли матнларни қийналмасдан ёдлай олиши барчага маълум. Германия ва АҚШ каби бир қатор мамлакатларда нафақага чиққандан кейин талабага айланадиган қариялар кўплаб топилади. Улар одатда ижтимоий-гуманитар факультетларга ўқишга киради ва ёш ҳамкурслари билан баравар машғулотларни ўзлаштириб, имтиҳонлар топширади. Демак, хотира заифлашувига ёшни сабаб қилиб кўрсатиш асоссиздир, яъни бу шунчаки баҳона.

«Бешикдан то қабргача илм изла» деганларидек, хотирани ривожлантириш мумкин бўлган усуллардан бири бу доимо янги нарсани ўрганишдир. Буни кўплаб тадқиқотлар натижа сифатида кўрсатяпти. Оддийгина мисол, агар сиз инглиз тилини ўрганаётган бўлсангиз, буни тўхтатмасдан, доимий тарзда давом эттиришингиз зарур. Инглизчасига айтганда, бу фикрни «Use it or Lose it», яъни «Ишлат ёки йўқот» деган тамойил билан хулосалаш мумкин.

Жаҳоннинг таниқли инглиз ёзувчиси ва таълим маслаҳатчиси Тони Бьюзен мия, руҳий ақл, хотира, ижодкорлик ва ўқиш тезлиги бўйича 100 дан ортиқ китоб муаллифидир. Жумладан, олимни машҳурлик чўққисига олиб чиққан айрим бестселлер китоблари билан таништириб ўтамиз:

- «Используйте обе стороны своего мозга» («Миянгизнинг икки томонидан фойдаланинг»)
- «Используй свою голову» («Ўз калланг-дан фойдалангин»)
- «Спеед Реадинг» («Китобни тез суратда ўқиш»)
- «Овладей своей памятью» («Ўз хотирангни қўллай ол»)
- «Ментальная карта-книга» («Ақл харита китоби»)

Эътиборлиси, унинг китоблари 100 дан ортиқ мамлакатларда нашр этилиб, қарийб 30 хил тилга таржима қилинган. Биргина «Используй обе стороны своего мозга» китобидан дунёга донғи кетган IBM, General Motors компаниялари томонидан ходимларни мала-

касини ошириш мақсадида самарали фойдаланилган. Таъкидлаш лозимки, Тони Бьюзен ўзи бунёд этган «бизнес империяси» орқали кўплаб китобларни сотиб, бестселлер (энг кўп китоб сотган) – муаллифга айланган, китобларидан келадиган гонорарлар билан ҳисоблаганда, у дунёнинг мультимиллионерлари қаторига кирган.

Тони Бьюзенда инсон хотираси ва миясига қизиқиш уйғониши жуда қизиқ кечган экан. Айтишларича, бир куни университет имтиҳонларига тайёрланаётган Тони Бьюзен кутубхонага кирибди ва инсон хотирасидан тўғри фойдаланишга оид китоб сўрабди. Жавобан кутубхоначи уни биология бўлимига жўнатибди. У ердаги китоблар асосан миянинг тузилиши ҳақида бўлгани учун кутубхоначига «Менга миямиз ҳақида эмас, миямиздан қандай фойдаланиш тўғрисидаги китоб керак» дея, таъкидлайди. Бўлажак олим инсон танасининг энг зарур бўлган аъзоси мия, яъни биз ишлатиб турган «суперкомпьютер»имиз ҳақида ҳеч нарса йўқлигидан таажжубланиб, хўрсиниб қўйибди...

Шу воқеадан сўнг Тони Бьюзен ҳаётини айнан мана шу соҳани ривожига сарфлашни бошлаган экан. Узоқ муддатли изланишлардан сўнг Тони Бьюзен акаси бўлмиш академик Барри Бьюзен кўмагида таълим соҳасидаги сезиларли ривожланишга сабабчи бўлган «Mind Mapping», яъни «Ақл харитаси» техникаларини яратади. Бугунги кунда ушбу «Ақл харитаси» афзалликларини тан олиб, самарали фойдаланаётган минглаб педагоглар, профессор даражасидаги олимлар бор. «Ақл харитаси» техникаси орқали ёдда сақлаб қолишнинг яхши томонлари шундаки, харита ўз ичига турли ранглар, турфа расмлар, керакли бўлган маълумотларнинг «калит сўзлари»ни қамраб олади. Унинг ёрдамида ҳаттоки бутун бошли китобни ёки бир инсон тўлиқ таржимаи ҳолини бу харита ёрдамида бир варақ қоғозга жойлаш орқали эслаб қолиш мумкин. Ўз ўрнида, бу нафақат яхши эслаб қолишга, балки миянинг чап ва ўнг қисмларини ранглар ва расмлар орқали бир меъёрда ишлашига ёрдам беради.

Биз китоб мутолаа қиламиз, маърузалар, семинарлар, конференцияларда қатнашамиз, кутубхонада вақт ўтказамиз. Маълумотлар билан танишиб, ёзиб оламиз. Буларнинг фойдаси бор, албатта. Аммо инсон одатда, мисол учун, маърузаларда олган маълумотларнинг 90 фоизини 30 кун мобайнида унутади. Қарангки, жуда катта қисмдаги унутиш маъруза тугаши биланоқ содир бўлади. Бу ҳолат деярли барча инсонларга тааллуқлидир.

Мнемоника ва мнемотехникага оид китоблар хотирамизни тушунишда ва ҳаётимизда ушбу техникаларни қўллашда катта ёрдам беради. Инсоннинг ўз устида ишлаши узвий жараён бўлиб қолиши даркор. Акс ҳолда миянинг «занглаб» қолиш эҳтимоли катта.

Хулоса қилиб айтганда, юксак хотирага эга бўлиш уддалаб бўлмас иш эмас. Аслида бу жуда осон: кузатувчанлик, диққатни жамлашни ўрганиш, саналарни ёдда сақлаб қолиш учун суратлар билан боғланиш, исмни эсда сақлаш учун унинг маъносини билиш, қандай ёзилишига эътибор бериш, дарсликларни қайта-қайта такрорлаш орқали эсда қолдириш ва албатта мнемоника – эсда сақлаб қолиш санъатини кундалик ҳаёт тарзига айлантира олишдан иборатдир.

Фойдаланилган адабиётлар:

1. Зиганов М, Козаренко В. Мнемотехника. Запоминание на основе визуального мышления - http://lib.rus.ec/b/177305/read.

2. Козаренко В.А. Учебник мнемотехники. Система запоминания «Джордано» - М., 2002.

3. Целоусова Е.В. Мнемотехника – один из вспомогательных приемов обучения русскому языку, поддерживающих интерес к предмету - http://festival.1september.ru

4. Амодт С., Вонг С. Тайны нашего мозга, или Почему умные люди делают глупости. – М.: Эскмо, 2010.

5. Блум Ф., Лейзерсон А., Хофстедтер Л. Мозг, разум и поведение. М.: Мир, 1988.

6. Степанов О. Мнемоника (правда и вымыслы), 1991–2001.

7. Раҳмонов Ш. Мукаммал хотира. – Т.: Янги аср авлоди, 2014.

«Ақл харитаси» техникаси орқали ёдда сақлаб қолишнинг яхши томонлари шундаки, харита ўз ичига турли ранглар, турфа расмлар, керакли бўлган маълумотларнинг «калит сўзлари»ни қамраб олади. Унинг ёрдамида ҳаттоки бутун бошли китобни ёки бир инсон тўлиқ таржимаи ҳолини бу харита ёрдамида бир варақ қоғозга жойлаш орқали эслаб қолиш мумкин

Мнемоника ва мнемотехникага оид китоблар хотирамизни тушунишда ва ҳаётимизда ушбу техникаларни қўллашда катта ёрдам беради. Инсоннинг ўз устида ишлаши узвий жараён бўлиб қолиши даркор. Акс ҳолда миянинг «занглаб» қолиш эҳтимоли катта.

Севара Эшонкулова – библиотекарь ООО «Ботаника санаторийси» при санаторно-курортном управлении Федерации профсоюзов Узбекистана.

В статье на ярких эпизодах из жизни великих людей рассказывается о формировании памяти человека, технике запоминания информации, секретах острой памяти, а также о преимуществах использования методов мнемотехники в библиотеках. На примере читателей библиотеки, где осуществляет деятельность автор, каждый – независимо от возраста – может самостоятельно работать над собой, в том числе и по укреплению своей памяти.