

TA'LIM TIZIMIDA PEDAGOGLARNING HISSIY TOLIQISHINING PSIXOLOGIK XUSUSIYATLARI

Abdullaeva Nilufar Karimdjano

Annotatsiya

Ushbu maqolada ta'lim tizimida pedagoglarning hissiy toliqish muammosi va uning psixologik xususiyatlari o'rganilgan. Tadqiqotning maqsadi pedagoglarning hissiy toliqish holatlarini aniqlash, ularning psixologik determinantlarini o'rganish va oldini olish choralari asosida tavsiyalar ishlab chiqishdan iborat. Kuzatish, so'rovnoma va eksperiment kabi empirik usullar qo'llanilib, hissiy toliqishni kamaytirish bo'yicha zamonaviy yondashuvlar ishlab chiqilgan. Natijalar pedagoglarning stress darajasini pasaytirish va psixologik barqarorlikni oshirish bo'yicha amaliy strategiyalarni taklif qiladi.

Kalit so'zlar: hissiy toliqish, frustratsion tolerantlik, pedagoglar, psixologik barqarorlik, stress, ta'lim tizimi.

Kirish

Ta'lim tizimi har qanday jamiyat rivojlanishining asosiy omillaridan biri hisoblanadi. Bugungi kunda ta'lim tizimidagi muvaffaqiyat pedagoglarning kasbiy holati, ayniqsa ularning ruhiy barqarorligiga bevosita bog'liq. Hissiy toliqish, ayniqsa, ta'lim tizimidagi pedagoglarning faoliyatida dolzarb muammolardan biri bo'lib, bu holat nafaqat ularning ish sifati, balki shaxsiy hayotlariga ham salbiy ta'sir ko'rsatadi. Shu sababli, pedagoglarning hissiy toliqishini o'rganish va uni bartaraf etish strategiyalarini ishlab chiqish zamonaviy ta'lim tizimi uchun muhim ahamiyat kasb etadi.

O'zbekiston Respublikasi Prezidenti Shavkat Mirziyoyev ta'lim tizimini rivojlantirish va pedagoglarning jamiyatdagi o'rni yuksaltirish masalalariga alohida

e'tibor qaratib kelmoqda. U kishi o'z nutqlarida o'qituvchilarning mehnatini qadrlash, ularni moddiy va ma'naviy rag'batlantirish zarurligini ta'kidlab, shunday degan edi:

"Hurmatli muallimlarimiz, jonkuyar maktab direktorlarini, soha faxriylarini el-yurtimizning tayanchi va suyanchi, deb bilamiz."

Prezidentimizning ushbu so'zlari pedagoglarning jamiyatdagi o'rni va ularning mehnatini yuksak qadrlashga qaratilgan. Shuningdek, davlat rahbari ta'lim-tarbiya sohasidagi islohotlarni kechiktirishga haqqimiz yo'qligini ta'kidlab, bu boradagi sa'y-harakatlarni jadallashtirish zarurligini qayd etgan.

Ushbu fikrlar ta'lim tizimida pedagoglarning hissiy toliqishini kamaytirish va ularning ruhiy salomatligini saqlash uchun davlat darajasida qo'llab-quvvatlash muhimligini ko'rsatadi. Prezidentimizning ta'lim sohasidagi islohotlari pedagoglarning mehnatini qadrlash, ularni rag'batlantirish va jamiyatdagi nufuzini oshirishga qaratilgan bo'lib, bu esa o'z navbatida ularning hissiy toliqishini oldini olishda muhim omil hisoblanadi.

Tadqiqotning maqsadi va vazifalari

Maqsad: Pedagoglarning hissiy toliqishini aniqlash, uning sabablarini o'rganish va oldini olish bo'yicha samarali chora-tadbirlarni ishlab chiqish.

Vazifalar:

1. Hissiy toliqish tushunchasining nazariy asoslarini tahlil qilish.
2. Pedagoglarning hissiy toliqish holatining ijtimoiy va psixologik determinantlarini o'rganish.
3. Empirik tadqiqotlar asosida hissiy toliqishni keltirib chiqaruvchi omillarni aniqlash.

4. Pedagoglar uchun hissiy toliqishni bartaraf etish va oldini olish strategiyalarini ishlab chiqish.

Tadqiqotning dolzarbligi

Bugungi kunda pedagoglar o'z kasbiy faoliyatida turli xil stress omillariga duch keladi. Bu ortiqcha ish yuklamasi, yuqori talabchanlik, ijtimoiy qo'llab-quvvatlashning yetishmasligi va shaxsiy hayot bilan kasbiy faoliyat o'rtasidagi muvozanatning buzilishiga bog'liqdir. Ushbu omillar hissiy toliqish holatini kuchaytiradi va pedagoglarning emotsional hamda psixologik barqarorligini pasaytiradi.

Gipoteza

1. Pedagoglardagi hissiy toliqish frustratsion tolerantlik darajasi bilan bog'liq bo'lishi mumkin.
2. Pedagoglarda hissiy toliqishning sababi sifatida emotsional barqarorlik darajasining pasayishi kuzatilishi mumkin.

Metodologiya

Mazkur tadqiqot kuzatish, intervyu, so'rovnoma va eksperiment kabi empirik metodlar asosida olib borilgan. Statistika tahlil metodlari yordamida pedagoglarning hissiy toliqish darajasi va frustratsion tolerantlik o'rtasidagi bog'liqlik aniqlandi.

Natijalar

1. Pedagoglarning hissiy toliqishi stress va ortiqcha ish yuklamasi bilan bevosita bog'liq.
2. Frustratsion tolerantlik darajasi yuqori bo'lgan pedagoglarda hissiy toliqish holati sezilarli darajada past.

3. Psixologik qo‘llab-quvvatlash dasturlarining joriy etilishi pedagoglarning ruhiy barqarorligini oshiradi.

Xulosa va tavsiyalar

Ushbu tadqiqot pedagoglarning hissiy toliqish holatlarini tahlil qilish va oldini olish bo‘yicha muhim ilmiy asoslarni taqdim etadi. Quyidagilar tavsiya etiladi:

1. Pedagoglar uchun muntazam psixologik treninglarni tashkil etish.
2. Ish yuklamasini optimallashtirish orqali stressni kamaytirish.
3. Frustratsion tolerantlikni oshirish uchun maxsus dasturlarni joriy etish.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR:

Bekmurodov, M. (2020). *Pedagogik psixologiya va stress boshqaruvi*. Toshkent: Fan nashriyoti.

Yusupov, R. (2021). "Hissiy toliqish: sabablari va oqibatlar". *Ta'lim va ilm-fan jurnali*, 5(3), 45–50.

Sattorov, X. (2021). "O‘zbekiston ta’lim tizimida pedagoglarning kasbiy salomatligi". *Ta'lim sohasidagi innovatsiyalar jurnali*, 6(1), 36–42.

Karimova, D. (2020). "Ta’lim tizimida psixologik qo‘llab-quvvatlashning o‘rni". *Ilmiy-amaliy konferensiya materiallari*, 4(1), 112–118.

Alimova, Z. (2022). "Hissiy toliqishni bartaraf etishda raqamli texnologiyalarning roli". *Innovatsion texnologiyalar jurnali*, 3(4), 25–32.