

## O'QITUVCHINING KASBIY RIVOJLANISHINING PSIXOLOGIK XUSUSIYATLARI

**Jamoliddinova Nigora Tohirjon qizi**

O'zbekiston Milliy Universiteti Ijtimoiy fanlar fakulteti

Psixologiya (faoliyat turlari bo'yicha) Magistratura mutaxassisligi 2-kurs talabasi

**Annotatsiya:** Ushbu maqolada o'qituvchi shaxsining psixologik xavfsizligi muammosini rivojlantirishga kontseptual yondashuvlar tahlili va shaxsning psixologik xavfsizligi fenomenining uni kasbiylashtirish kontekstida nazariy tahlili keltirilgan. Bundan tashqari o'qituvchining zaruriy kasbiy fazilatlari va qobiliyatlari hamda kasbiy charhoq va uning oldini olishning psixologik xususiyatlari to'liq yoritilgan.

**Kalit so'zlar:** o'qituvchi kasbi, kasbiy charchoq, pedagogik-psixologik qobiliyat, kasb, kasbiy rivojlanish, professionallashtirish, psixologik salomatlik, ishonch, mas'uliyat, farovonlik

**Аннотация:** В данной статье представлен анализ концептуальных подходов к разработке проблемы психологической безопасности педагога и теоретический анализ феномена психологической безопасности личности в контексте ее профессионализации. Кроме того, в полной мере освещаются необходимые профессиональные качества и способности педагога, а также психологические особенности профессионального выгорания и его профилактика.

**Ключевые слова:** педагогическая профессия, профессиональная утомляемость, педагогико-психологическая способность, профессия, профессиональное развитие, профессионализация, психологическое здоровье, доверие, ответственность, благополучие..

**Annotation:** This article presents an analysis of conceptual approaches to the development of the problem of the psychological safety of a teacher and a theoretical analysis of the phenomenon of psychological safety of a person in the context of its professionalization. In addition, the necessary professional qualities and abilities of a teacher, as well as the psychological characteristics of professional burnout and its prevention, are fully covered.

**Keywords:** teaching profession, professional fatigue, pedagogical and psychological ability, profession, professional development, professionalization, psychological health, trust, responsibility, well-being.

O'qituvchi kasbi, har doim ham jamiyatda eng muhim kasblardan biri hisoblanadi, chunki yoshlarning kelajagi uning mehnatiga bog'liq. Bu ko'p vaqtini bolalarni tarbiyalash va o'qitishga professional ravishda sarflaydigan yagona odam. Ta'lim va tarbiya o'qituvchi faoliyatidagi ikkita asosiy funktsiyadir. Bugungi kunda o'qituvchiga umuminsoniy ta'lim,



bilimdonlik, onglilik, ilg'orlik, qiziqarli dars o'tkazish, qiziqarli topshiriqlar berish kabi juda yuqori kasbiy talablar qo'yilmoqda.

O'qituvchi pedagogik faoliyatni nazarda tutadi, bu esa, o'z navbatida, "Inson-Inson" turini anglatadi. E.A.Klimov tadqiqotlarida o'qituvchida bo'lishi kerak bo'lgan quyidagi fazilatlarni aniqlash mumkin:

- ✓ odamlar bilan, ayniqsa, bolalar bilan ishlash jarayonida sog'lig'ining mustahkam bo'lishi;
- ✓ aloqaga bo'lgan ehtiyoj;
- ✓ o'zingizni boshqa odamning o'rniga aqliy ravishda qo'yish qobiliyati;
- ✓ boshqa odamlarning niyatlarini, fikrlarini, kayfiyatini tezda tushunish;
- ✓ odamlar guruhlarini munosabatlarini tezda tushunish;
- ✓ ko'p va turli odamlarning shaxsiy fazilatlari va boshqa ko'p narsalar haqidagi bilimlarni eslab qolish va yodda tutish yaxshidir.<sup>4</sup>

Ushbu kasbiy sxemaning shaxsi quyidagilar bilan tavsiflanadi: rahbarlik qilish, o'qitish, o'qitish, odamlarning ehtiyojlarini qondirish uchun sharoit yaratish; tinglash qobiliyati; inson har doim yaxshiroq bo'lishi mumkinligiga ishonch; empatiya qilish qobiliyati; keng dunyoqarash; kommunikativ madaniyat; nostandart vaziyatlarni hal qilish; o'zini o'zi boshqarishning yuqori darajasi. E.A.Klimov sanab o'tgan sifat va qobiliyatlar o'qituvchi shaxsining o'quvchi shaxsiga yo'nalishini ta'lim jarayonining sub'ekti sifatida belgilaydi.

O'qituvchining mehnati, ya'ni uning pedagogik faoliyati - bu o'qituvchining o'quvchiga ta'siri bo'lib, u tarbiyaviy va ta'limiy xususiyatga ega bo'lib, uning shaxsiy va intellektual va faol rivojlanishiga qaratilgan, shu bilan birga o'z-o'zini rivojlantirish vazifasini bajaradi va o'z-o'zini takomillashtiradi. Pedagogik faoliyat predmeti tuzilishida pertseptiv-refleksiv va proyektiv (aniqrog'i kommunikativ, tashkiliy, konstruktiv, konstruktiv va gnostik) xususiyatlarni ajratib ko'rsatish mumkin.

Pertseptiv-refleksiv qobiliyatlar shaxsning o'ziga xos individual psixologik xususiyatlarini bilish, uning ruhiy holatini baholash, shuningdek, ko'p qirrali idrok etish va o'quvchi shaxsini etarli darajada bilishning organik kompleksini tashkil qiladi.

Muloqot qobiliyatlari o'qituvchi va talaba o'rtasida aloqa o'rnatishda namoyon bo'ladi. O'qituvchining kommunikativ madaniyatining muhim jihati - bu pedagogik taktning mavjudligidir.

Tashkiliy qobiliyatlar talabalarni guruhda tashkil etish usullariga tanlab sezgirlik, o'quvchilarning o'zini o'zi tashkil qilish imkoniyatlarini ta'minlashda, o'qituvchining o'z faoliyatini o'z-o'zini tashkil etishda namoyon bo'ladi. O'z ishingizni tashkil qilish uni o'zingiz to'g'ri rejalashtirish va nazorat qilish qobiliyatini o'z ichiga oladi.

Dizayn qobiliyatlari o'rganishning har bir bosqichining yakuniy natijasini taqdim etish qobiliyatida namoyon bo'ladi. Pedagogik tasavvurni ushbu qobiliyatning bir qismi sifatida ham kiritish mumkin, bu o'z harakatlarining oqibatlarini oldindan ko'rishda,

<sup>4</sup> Зимняя И.А. Педагогическая психология. – М., Логос, 2007.



o'quvchi shaxsini tarbiyalashda ifodalangan, talaba nima bo'lishi haqidagi g'oya bilan bog'liq bo'lgan maxsus qobiliyatdir

Konstruktiv qobiliyatlar birgalikdagi hamkorlik, faollik ijodiy ish muhitini yaratishda, o'quvchining rivojlanish va o'z-o'zini rivojlantirish maqsadiga eng mos keladigan darsni qurishga sezgirlikda namoyon bo'ladi.

Gnostik qobiliyatlar o'qitish usullarini tez va ijodiy o'zlashtirishda namoyon bo'ladi. Ular o'qituvchining o'z shogirdlari va o'zi haqida ma'lumot to'plashini ta'minlaydi. Bu shuningdek, didaktik qobiliyatlarni, o'quv materialini uzatish, uni qayta qurish va moslashtirish, o'quvchilarning bilish faoliyatini tashkil etish va yo'naltirish qobiliyatini va tegishli fan sohasiga, ilmiy-tadqiqot faoliyatini olib borish qobiliyatini o'z ichiga oladi.

E.N.Volkov fikricha, o'qituvchi shaxsining asosiy tarkibiy qismlari o'zgaruvchan, ongli, maqsadli faoliyatdir; aks ettirish qobiliyati; erkin tanlovni amalga oshirish zarurati va buning uchun javobgarlikni olishga tayyorlik; vaqt va makonda takrorlanmaydigan noyob sub'ekt sifatida o'ziga bo'lgan munosabat va hayotdagi shaxsiy taqdirini his qilish; boshqasini tushunish va qabul qilish; o'z-o'zini rivojlantirish istagi va qobiliyati.<sup>5</sup>

Keling, yosh o'qituvchi, uning o'rni, rivojlanishi va kasbiy rivojlanishi masalasiga qaytaylik. Kasbiy faoliyatining ushbu davrida qanday psixologik qiyinchiliklarga duch keldi? Ma'lumki, oliy o'quv yurtini tamomlash, diplom olish yangi o'qituvchining allaqachon professional ekanligini anglatmaydi. U kasbiy rivojlanishning ma'lum bir yo'lga ega, uning boshlang'ich qismi moslashish yoki kasbga "ko'nikish" davridir. Ayni paytda yosh o'qituvchi tajribali hamkasblari bilan birga shogirdlari bilan darhol ish boshlaydi. Ko'rinib turibdiki, shaxsiy moslashuv tashqi (ob'ektiv) va ichki (sub'ektiv) omillarning kombinatsiyasi orqali amalga oshiriladi. Kasbiy muhitga kirishning dastlabki davri o'zining keskinligi, yangi boshlanuvchi o'qituvchining shaxsiy va kasbiy rivojlanishi uchun ahamiyati bilan ajralib turadi. Bu davr qanday o'tishiga, yangi kelgan o'qituvchining professional sifatida muvaffaqiyat qozonishiga, ta'lim sohasida qolishiga bog'liq.

O'qituvchining kasbiy moslashuvi, uning kasbiy muhitga kirishi masalalari V.T.Ashchepkov, G.A.Ball, A.A.Baranov, V.I.G.Egorova, M.A.Kuznetsova, P.S.Kuznetsova, I.D.Lushnikova, A.K.Markova, A.K.Markova asarlarida yoritilgan. Ushbu muammoga bag'ishlangan ko'plab ishlarda o'qituvchining kasbiy moslashuvi uning pedagogik faoliyati nuqtai nazaridan o'rganiladi, bunda o'qituvchining kasbiy muhim funktsiyalari, uning faoliyatining asosiy nuqtalari, turli mezonlardan foydalangan holda, o'qituvchining kasbiy ta'lim darajasi ko'rsatilgan.

"Emosional charchash" atamasi amerikalik psixiatr X.J.Freydenberger tomonidan talabalar, mijozlar, bemorlar bilan intensiv va yaqin aloqada bo'lgan, professional yordam ko'rsatishda hissiy jihatdan to'yingan muhitda bo'lgan sog'lom odamlarning psixologik holatini tavsiflash uchun kiritilgan.

V.V.Boyko hissiy charchashga olib keladigan bir qator tashqi va ichki omillarni aniqlaydi. Tashqi omillarga quyidagilar kiradi: birinchidan, surunkali intensiv psixo-

<sup>5</sup> Рогов Е.И. Личность учителя: теория и практика. – Ростов–на–Дону: Феникс, 2009.



emotsional faoliyat; ikkinchidan, faoliyatni beqarorlashtiruvchi tashkil etish; uchinchidan, bajarilgan vazifalar uchun mas'uliyatni oshirish. Maktab o'qituvchisining dars kunidagi fidoyiligi va o'zini o'zi boshqarishi shunchalik muhimki, keyingi ish kunida aqliy resurslar deyarli tiklanmaydi; to'rtinchidan, kasbiy faoliyatning noqulay psixologik muhiti. Beshinchidan, aloqa sohasidagi mutaxassis shug'ullanadigan psixologik jihatdan qiyin kontingent. O'qituvchilar uchun bu xarakterdagi anomalialar, asab tizimi va aqliy zaif bolalar. Kasbiy faoliyat jarayonida deyarli har kuni siz bilan ishlash qiyin bo'lgan talabani uchratasiz. O'qituvchi beixtiyor bunday holatlarni oldindan ko'ra boshlaydi va hissiy resurslarni tejashga murojaat qiladi. Psixologik himoya mexanizmi topildi, ammo hissiy ajralish asta-sekin o'qituvchi shaxsining deformatsiyasiga olib keladi, uning insoniy va kasbiy fazilatlarini yomonlashtiradi.

Hissiy charchashni keltirib chiqaradigan ichki omillarga, birinchi navbatda, hissiy qattqlik tendentsiyasi kiradi. Mobil nerv jarayonlari bo'lgan impulsiv odamlarda "tuyganlik" belgilarining shakllanishi sekinroq bo'ladi. Ta'sirchanlik va sezgirlikning oshishi ko'rib chiqilgan psixologik himoya mexanizmini butunlay blokirovka qilishi mumkin va uning rivojlanishiga yo'l qo'ymaydi. Ikkinchidan, kasbiy faoliyat sharoitlarini intensiv idrok etish va tajriba. Bu psixologik hodisa tayinlangan ish, o'ynagan roli uchun mas'uliyati ortgan odamlarda uchraydi. Ko'pincha bolalar bilan ishlaydigan o'qituvchi hamma narsani haddan tashqari hissiyot bilan qabul qiladigan, o'zini hech qanday iz qoldirmasdan, o'zini sababga beradigan holatlar mavjud. Amaliyotdagi har bir stressli holat qalbda chuqur iz qoldiradi. Talabaning taqdiri, sog'lig'i, farovonligi kuchli sheriklik va hamdardlik, og'riqli fikrlar va uyqusizlikni keltirib chiqaradi.

Professor T.V.Reshetova bu savodsiz hamdardlik, "men" ning boshqa, zaif chegaralarida to'liq yemirilish deb ataydi. Asta-sekin, hissiy va energiya resurslari tugaydi, ularni qayta tiklash va himoya qilish, psixologik himoya qilishning muayyan usullariga murojaat qilish kerak bo'ladi. Shunday qilib, ba'zi mutaxassislar bir muncha vaqt o'tgach, ish profilini va hatto kasbini o'zgartiradilar. Ammo resurslarni tejashning odatiy varianti hissiy charchashdir. 11-16 yoshdan keyin o'qituvchilar kasbiy faoliyatni amalga oshirish uchun energiyani tejash strategiyalariga ega bo'lishadi.<sup>6</sup>

Uchinchidan, kasbiy faoliyatda hissiy qaytishning zaif motivatsiyasi. Bu yerda ikkita jihat bor. Aloqa sohasidagi birinchi mutaxassis buni o'zi uchun zarur deb hisoblamaydi yoki biron sababga ko'ra o'z faoliyati mavzusida ishtirok etish va hamdardlik ko'rsatishdan manfaatdor emas. Tegishli tafakkur nafaqat hissiy charchashni, balki uning ekstremal shakllarini - befarqlik, hissiy qo'pollikni ham rag'batlantiradi. Ikkinchidan, shunday odamlar borki, ular uchun altruistik hissiy qaytish hech narsani anglatmaydi va ular bunga muhtoj emas, bundan qoniqish his qilmaydi. Yana bir narsa - altruistik qadriyatlarga ega bo'lgan odam. Uning uchun boshqalarga yordam berish va ularga hamdard bo'lish juda muhimdir. U muloqotda hissiylikni yo'qotishni ma'naviy yo'qotishlar ko'rsatkichi, insoniylikni yo'qotish sifatida his qiladi.

<sup>6</sup> Зеер Э.Ф. Личностно ориентированное профессиональное образование. – М., 2002.



Shuni ta'kidlash kerakki, hissiy charchash juda makkor jarayondir, chunki bu sindromga moyil bo'lgan odam ko'pincha ularning alomatlarini yaxshi bilmaydi. U o'zini tashqaridan ko'ra olmaydi va nima bo'layotganini tushunmaydi. Shuning uchun unga qarama-qarshilik va ayblov emas, balki qo'llab-quvvatlash va e'tibor kerak. Ko'pgina psixologlarning fikricha, "kuyish" muqarrar emas. Aksincha, uning paydo bo'lishining oldini olish, yumshatish yoki bartaraf etish uchun profilaktika choralarini ko'rish kerak. O'qituvchilarning kasbiy charchashi, o'z navbatida, pedagogik jarayonning yomonlashishiga, ish sifatining pasayishiga olib keladi, bu esa psixologik va shaxsiy norozilikka olib keladi. Ustozning qancha tajribasi, ortida qancha yillik mehnati borligi muhim emas. Uning psixologik xotirjamligi muhim ahamiyatga ega, bu uning mehnat faoliyatining oyna tasviridir. Shuning uchun maktab psixologlari va ma'muriyatining asosiy vazifalaridan biri nafaqat o'qituvchilarning, balki o'qituvchilarning ham psixologik holatidir.

#### ADABIYOTLAR:

1. Зимняя И.А. Педагогическая психология. – М., Логос, 2007.
2. Рогов Е.И. Личность учителя: теория и практика. – Ростов-на-Дону: Феникс, 2009.
3. Зеер Э.Ф. Личностно ориентированное профессиональное образование. – М., 2002.
4. Dushanov R.X., Farfiyev Y.A. Kasbiy psixologiya, O`quv qo`llanma. - T., 2010.
5. Fayziev Ya.M., Eshboev E.X., Umumiy va tibbiy psixologiya: Tibbiyot 271 kollejlari uchun darslik. - T.: Abu Ali ibn Sino nomidagi tibbiyot nashr., 2003.
6. Ivanov P.I., Zufarova M.E. —Umumiy psixologiyal T.: O`zbekiston faylasuflari milliy jamiyati, 2018. - 480 b.

