BOSHLANG‘ICH SINF O‘QITUVCHILARINING KASBIY FAOLIYATIDA PSIXOLOGIK QO‘LLAB-QUVVATLASH TIZIMINI TAKOMILLASHTIRISHNING IJTIMOIY-PSIXOLOGIK MEXANIZMLARI

D.B.Usmonova[1]

1. Navoiy davlat universiteti Pedagogika kafedrasi Psixologiya fanlari bo'yicha falsafa doktori PhD

Mas'ul muallif: Usmonova Dilnoza Bahodir qizi, Navoiy davlat universiteti Pedagogika kafedrasi Psixologiya fanlari bo'yicha falsafa doktori PhD.

Received: 26 Oktabr 2026
Accepted: 31 Oktabr 2026
Published: 05 Noyabr 2026

Copyright: © 2026 by the author(s). Licensee Buxoro xalqaro universiteti ilmiy axborotnomasi.

Iqtibos uchun: Usmonova, D. B. BOSHLANG‘ICH SINF O‘QITUVCHILARINING KASBIY FAOLIYATIDA PSIXOLOGIK QO‘LLAB-QUVVATLASH TIZIMINI TAKOMILLASHTIRISHNING IJTIMOIY-PSIXOLOGIK MEXANIZMLARI / D. B. Usmonova // Buxoro xalqaro universiteti ilmiy axborotnomasi. — 2026. — T. 11, № 1. — B. 185–189.

Annotatsiya. Mazkur maqolada boshlang‘ich sinf o‘qituvchilarining kasbiy faoliyatida psixologik qo‘llab-quvvatlash tizimini takomillashtirishning ijtimoiy-psixologik jihatlari yoritilgan. O‘qituvchilik kasbining hissiy va intellektual xususiyatlari, pedagogik faoliyat jarayonida yuzaga keladigan psixologik zo‘riqishlar, kasbiy charchashning oldini olish hamda pedagogning ruhiy barqarorligini ta’minlash masalalari tahlil qilingan. Shuningdek, ta’lim muassasasida sog‘lom psixologik muhitni shakllantirish, pedagoglar o‘rtasidagi o‘zaro hamkorlikni kuchaytirish, individual psixologik maslahat va kasbiy rivojlanishga yo‘naltirilgan qo‘llab-quvvatlash mexanizmlarining ahamiyati asoslangan. Tadqiqotda boshlang‘ich sinf o‘qituvchilarining psixologik farovonligini oshirishga xizmat qiluvchi amaliy yondashuvlar hamda ularni ta’lim jarayoniga tatbiq etish imkoniyatlariga e’tibor qaratilgan.

Kalit so'zlar: boshlang‘ich sinf o‘qituvchisi, psixologik qo‘llab-quvvatlash, kasbiy faoliyat, ijtimoiy-psixologik mexanizmlar, psixologik farovonlik, kasbiy stress, hissiy barqarorlik, pedagogik muhit, kasbiy charchash, psixologik maslahat.

СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ МЕХАНИЗМЫ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ СИСТЕМЫ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ПОДДЕРЖКИ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ УЧИТЕЛЕЙ НАЧАЛЬНЫХ КЛАССОВ

Аннотация. В статье рассматриваются социально-психологические аспекты совершенствования системы психологической поддержки профессиональной деятельности учителей начальных классов. Анализируются эмоциональные и интеллектуальные особенности педагогического труда, психологические нагрузки, возникающие в процессе профессиональной деятельности, вопросы профилактики профессионального выгорания и обеспечения психологической устойчивости педагогов. Особое внимание уделяется формированию благоприятного психологического климата в образовательной организации, развитию межличностного взаимодействия между педагогами, индивидуальному психологическому консультированию и механизмам поддержки профессионального развития. Также рассматриваются практические подходы, направленные на повышение психологического благополучия учителей начальных классов и возможности их применения в образовательном процессе.

Ключевые слова: учитель начальных классов, психологическая поддержка, профессиональная деятельность, социально-психологические механизмы, психологическое благополучие, профессиональный стресс, эмоциональная устойчивость, педагогическая среда, профессиональное выгорание, психологическое консультирование.

SOCIO-PSYCHOLOGICAL MECHANISMS FOR IMPROVING PSYCHOLOGICAL SUPPORT SYSTEMS IN PRIMARY SCHOOL TEACHERS' PROFESSIONAL ACTIVITIES

Abstract. This article explores the socio-psychological aspects of improving psychological support systems in the professional activities of primary school teachers. It examines the emotional and intellectual characteristics of teaching, psychological pressures arising in everyday professional practice, the prevention of occupational burnout, and the development of teachers' psychological resilience. Particular attention is paid to creating a positive psychological climate within educational institutions, strengthening interpersonal cooperation among teachers, providing individual psychological counselling, and implementing support mechanisms aimed at professional development. The article also considers practical approaches to enhancing the psychological well-being of primary school teachers and examines opportunities for integrating these approaches into the educational process. The study emphasizes the importance of comprehensive psychological support in maintaining teachers' professional motivation, emotional stability, and effectiveness.

Keywords: primary school teacher, psychological support, professional activity, socio-psychological mechanisms, psychological well-being, occupational stress, emotional resilience, educational environment, professional burnout, psychological counselling.

Kirish. Bugungi kunda ta’lim tizimida amalga oshirilayotgan islohotlar pedagog kadrlarning nafaqat kasbiy bilim va metodik mahoratini, balki ularning psixologik salomatligi, hissiy barqarorligi hamda ijtimoiy muhitga moslashuvchanligini rivojlantirishni ham muhim vazifalardan biriga aylantirmoqda. Ayniqsa, boshlang‘ich ta’lim bosqichida faoliyat yurituvchi o‘qituvchilarning kasbiy faoliyati o‘ziga xos psixologik xususiyatlarga ega. Chunki boshlang‘ich sinf o‘qituvchisi bolaning maktab muhitiga moslashishi, dastlabki bilimlarni egallashi, ijtimoiy munosabatlarni o‘zlashtirishi va shaxs sifatida shakllanishida bevosita ishtirok etadi. Ushbu jarayonda pedagogdan yuqori darajadagi mas’uliyat, sabr-toqat, empatiya, hissiy nazorat va individual yondashuv talab qilinadi.

Boshlang‘ich sinf o‘qituvchisining kundalik mehnat faoliyati faqat dars mashg‘ulotlarini tashkil etish bilan cheklanmaydi. U o‘quvchilarning yosh va individual psixologik xususiyatlarini hisobga olish, ularning xulq-atvoridagi o‘zgarishlarni kuzatish, ota-onalar bilan samarali muloqot o‘rnatish, ta’lim jarayonida yuzaga keladigan nizoli vaziyatlarni bartaraf etish kabi murakkab vazifalarni ham bajaradi. Mazkur faoliyatlarning uzluksizligi pedagogda ruhiy zo‘riqish, hissiy charchash, kasbiy qoniqishning pasayishi va motivatsion beqarorlik kabi holatlarni yuzaga keltirishi mumkin. Shu sababli o‘qituvchining kasbiy faoliyatini samarali tashkil etishda psixologik qo‘llab-quvvatlash tizimini shakllantirish va uning amaliy imkoniyatlarini kengaytirish alohida ilmiy-amaliy ahamiyat kasb etadi.

Psixologik qo‘llab-quvvatlash pedagogning mavjud muammolarini aniqlash yoki yuzaga kelgan qiyinchiliklarni bartaraf etish bilangina cheklanmasligi lozim. Aksincha, u o‘qituvchining shaxsiy resurslarini faollashtirish, o‘z imkoniyatlarini anglash, stressli vaziyatlarda maqbul qarorlar qabul qilish, kasbiy faoliyatga nisbatan ijobiy munosabatni mustahkamlash va o‘z-o‘zini rivojlantirishga yo‘naltirilgan uzluksiz jarayon sifatida qaralishi zarur. Bunday yondashuv pedagogning psixologik barqarorligini ta’minlash bilan birga, ta’lim muassasasida sog‘lom ijtimoiy-psixologik muhitni shakllantirishga ham xizmat qiladi.

Mazkur masalaning dolzarbligi shundaki, boshlang‘ich sinf o‘qituvchilariga ko‘rsatiladigan psixologik yordam ko‘pincha muayyan muammo yoki nizoli vaziyat yuzaga kelganidan keyin amalga oshiriladi. Biroq pedagogik faoliyatda psixologik qiyinchiliklarning oldini olish, o‘qituvchilarning emotsional holatini muntazam kuzatib borish, ularning kasbiy ehtiyojlarini aniqlash va individual qo‘llab-quvvatlash dasturlarini ishlab chiqish ham muhim hisoblanadi. Demak, psixologik xizmat faoliyatini faqat muammoga javob beruvchi yordam shaklidan pedagogning kasbiy va shaxsiy rivojlanishini ta’minlovchi tizimli faoliyat darajasiga olib chiqish zarur.

Boshlang‘ich sinf o‘qituvchilarini psixologik qo‘llab-quvvatlashda ijtimoiy-psixologik mexanizmlar muhim o‘rin tutadi. Jumladan, pedagogik jamoada o‘zaro ishonch va hamkorlikni rivojlantirish, psixologik maslahatlar tashkil etish, kasbiy stressni boshqarish ko‘nikmalarini shakllantirish, refleksiv mashg‘ulotlarni yo‘lga qo‘yish hamda pedagoglarning individual psixologik xususiyatlarini hisobga olish samarali qo‘llab-quvvatlashning asosiy yo‘nalishlari sifatida namoyon bo‘ladi. Ushbu mexanizmlarning o‘zaro uyg‘unligi o‘qituvchining kasbiy faoliyatga moslashuvi, hissiy muvozanati va mehnat samaradorligini mustahkamlash imkonini beradi.

Shu nuqtayi nazardan, mazkur tadqiqotning asosiy maqsadi boshlang‘ich sinf o‘qituvchilarining kasbiy faoliyatida psixologik qo‘llab-quvvatlash tizimini takomillashtirishning ijtimoiy-psixologik mexanizmlarini nazariy jihatdan asoslash, ularning mazmun-mohiyatini ochib berish hamda ta’lim amaliyotida qo‘llashga yo‘naltirilgan ilmiy-amaliy tavsiyalarni ishlab chiqishdan iborat. Tadqiqot doirasida pedagoglarning psixologik ehtiyojlarini aniqlash, kasbiy zo‘riqish omillarini tahlil qilish, qo‘llab-quvvatlovchi ta’lim muhitining ahamiyatini belgilash va psixologik xizmat samaradorligini oshirish imkoniyatlarini o‘rganish muhim vazifalar sifatida qaraladi.

Umuman olganda, boshlang‘ich sinf o‘qituvchilarining psixologik farovonligini ta’minlash ta’lim sifatini oshirishning muhim shartlaridan biridir. Zero, o‘zining hissiy holatini boshqara oladigan, kasbiy qiyinchiliklarga konstruktiv yondashadigan va psixologik jihatdan qo‘llab-quvvatlangan pedagog o‘quvchilar bilan samarali munosabat o‘rnatish, ijobiy ta’lim muhitini yaratish hamda ta’lim-tarbiya jarayonining sifatini yaxshilash imkoniyatiga ega bo‘ladi. Shuning uchun psixologik qo‘llab-quvvatlash tizimini takomillashtirish masalasi zamonaviy boshlang‘ich ta’limning dolzarb ilmiy-amaliy yo‘nalishlaridan biri hisoblanadi.

Adabiyotlar tahlili va mavzuning o‘rganilganlik darajasi. Boshlang‘ich sinf o‘qituvchilarining kasbiy faoliyatida psixologik qo‘llab-quvvatlash tizimini takomillashtirish masalasi pedagogik psixologiya, mehnat psixologiyasi, ijtimoiy psixologiya hamda ta’lim menejmenti fanlari kesishmasida o‘rganiladigan dolzarb ilmiy yo‘nalishlardan biridir. Mazkur muammoning nazariy asoslarini tahlil qilishda pedagog shaxsining kasbiy xususiyatlari, hissiy barqarorligi, kasbiy stressga munosabati, ijtimoiy muhit bilan o‘zaro aloqasi va psixologik farovonligini ta’minlashga qaratilgan ilmiy qarashlar muhim ahamiyatga ega.

Pedagogik psixologiya doirasida o‘qituvchi shaxsining kasbiy rivojlanishi, pedagogik muloqot madaniyati, empatiya, o‘zini o‘zi boshqarish va kasbiy refleksiya masalalari alohida tadqiq etilgan. Jumladan, L.S. Vygotskiyning rivojlanishning ijtimoiy-madaniy omillari haqidagi qarashlari ta’lim jarayonida shaxslararo munosabatlarning ahamiyatini anglashga nazariy asos yaratadi. Uning yondashuvidan kelib chiqib, boshlang‘ich sinf o‘qituvchisining psixologik holatini faqat individual xususiyatlar bilan emas, balki u faoliyat yuritayotgan ijtimoiy va pedagogik muhit bilan bog‘liq holda baholash lozim. A.N. Leontyevning faoliyat nazariyasi esa pedagogning kasbiy motivlari, faoliyat maqsadlari va shaxsiy ehtiyojlari o‘rtasidagi munosabatni tushuntirishda muhim metodologik ahamiyat kasb etadi.

O‘qituvchilarning kasbiy zo‘riqishi va psixologik farovonligi masalalari xorijiy tadqiqotchilar tomonidan ham keng o‘rganilgan. Xususan, 2023-yilda nashr etilgan A Systematic Review of the Factors That Influence Teachers’ Occupational Wellbeing nomli tizimli tahlilda pedagoglarning kasbiy farovonligiga ta’sir ko‘rsatuvchi omillar bir necha yo‘nalishda umumlashtirilgan. Tadqiqotda shaxsiy imkoniyatlar, ijtimoiy-emotsional kompetensiyalar, mehnat sharoitlariga

munosabat va kasbiy munosabatlar o‘qituvchining psixologik holatini belgilovchi muhim omillar sifatida ko‘rsatilgan. Mazkur xulosalar boshlang‘ich sinf o‘qituvchilarini qo‘llab-quvvatlashda individual psixologik xususiyatlar bilan bir qatorda jamoaviy munosabatlar va tashkiliy sharoitlarni ham hisobga olish zarurligini ko‘rsatadi [1].

Boshlang‘ich sinf o‘qituvchilarining psixologik farovonligini o‘rganishga bag‘ishlangan Mumine Ozturk, Michael Wigelsworth va Garry Squires tomonidan 2024-yilda amalga oshirilgan tadqiqot ham alohida e’tiborga loyiq. Mualliflar boshlang‘ich sinf pedagoglarining farovonligini bir tomonlama, ya’ni faqat stress yoki kasbiy charchash bilan bog‘liq holat sifatida baholash yetarli emasligini ta’kidlaydilar. Ularning fikricha, o‘qituvchining psixologik farovonligi kasbiy faoliyatdan qoniqish, shaxsiy rivojlanish, ijobiy emotsional kechinmalar va mehnat muhitidagi munosabatlar bilan uzviy bog‘liq. Ushbu yondashuv boshlang‘ich sinf o‘qituvchilariga ko‘rsatiladigan psixologik yordamni kompleks tashkil etish zarurligini asoslaydi [2].

O‘qituvchilarning kasbiy charchashi, stressga chidamliligi va psixologik salomatligini qo‘llab-quvvatlash masalalari bo‘yicha olib borilgan tadqiqotlarda psixologik aralashuv dasturlarining samaradorligi ham tahlil qilingan. Xususan, maktab o‘qituvchilarining ruhiy salomatligi, kasbiy charchashi va farovonligiga qaratilgan 88 ta tadqiqotni qamrab olgan tizimli tahlil hamda meta-tahlilda psixologik dasturlar stressni kamaytirish, xavotirni pasaytirish va kasbiy farovonlikni yaxshilashda ijobiy natijalar berishi qayd etilgan. Bunda individual psixologik mashg‘ulotlar, stressni boshqarish strategiyalari va psixologik barqarorlikni rivojlantirishga yo‘naltirilgan yondashuvlar muhim o‘rin egallaydi. Shu bilan birga, tadqiqotlarda dasturlar samaradorligi ularning mazmuni va amalga oshirish sharoitlariga qarab farqlanishi ham ko‘rsatilgan [3].

Ijtimoiy-psixologik yondashuv nuqtayi nazaridan o‘qituvchining kasbiy faoliyatiga ta’sir etuvchi muhim omillardan biri pedagogik jamoaning psixologik iqlimidir. Jamoada o‘zaro hurmat, hamkorlik, fikr almashish, tajriba bilan bo‘lishish va o‘zaro yordam munosabatlarining mavjudligi pedagogning kasbiy moslashuviga ijobiy ta’sir ko‘rsatadi. Aksincha, nizolar, kasbiy raqobatning salbiy shakllari, rahbariyat tomonidan yetarli qo‘llab-quvvatlanmaslik va ijtimoiy yakkalanish o‘qituvchining ruhiy zo‘riqishini kuchaytirishi mumkin. Shu jihatdan, psixologik qo‘llab-quvvatlash tizimida faqat psixolog va pedagog o‘rtasidagi individual munosabatlar emas, balki butun pedagogik jamoaning ijtimoiy-psixologik munosabatlarini takomillashtirish ham nazarda tutilishi lozim.

O‘zbekiston ta’lim tizimida ham psixologik xizmatni rivojlantirish va ta’lim ishtirokchilarini psixologik-pedagogik jihatdan qo‘llab-quvvatlashga doir normativ-huquqiy asoslar shakllangan. Xususan, Vazirlar Mahkamasining 2019-yil 12-iyuldagi 577-son qarori bilan umumiy o‘rta ta’lim muassasalarida psixologik xizmat faoliyatini tashkil etish tartibi belgilangan. Mazkur hujjatda ta’lim muassasalarida psixologik xizmatni yo‘lga qo‘yish, psixologik-pedagogik qo‘llab-quvvatlash ishlarini takomillashtirish va tegishli mutaxassislar faoliyatini muvofiqlashtirish masalalariga e’tibor qaratilgan [4].

Shuningdek, O‘zbekiston Respublikasining 2024-yil 5-noyabrdagi O‘RQ-989-son “Aholiga psixologik yordam ko‘rsatish to‘g‘risida”gi Qonuni ta’lim tashkilotlarida psixologik yordamni tashkil etishning huquqiy asoslarini yanada aniqlashtirdi. Qonunning 10-moddasida ta’lim tashkilotlarida psixologik yordam ko‘rsatish, psixologik salomatlikni saqlash va sog‘lom psixologik muhitni shakllantirish masalalari belgilangan. Unda ta’lim muassasasi psixologining pedagoglar, rahbariyat va ta’lim oluvchilarning qonuniy vakillari bilan hamkorlikda ishlashi zarurligi ham qayd etilgan. Ushbu me’yorlar boshlang‘ich sinf o‘qituvchilarini psixologik qo‘llab-quvvatlashda hamkorlikka asoslangan tizimli yondashuvni rivojlantirish uchun muhim huquqiy zamin yaratadi [5].

Yuqoridagi ilmiy qarashlar tahlili shuni ko‘rsatadiki, pedagoglarning psixologik farovonligini ta’minlashda individual, ijtimoiy va tashkiliy omillar bir-biri bilan chambarchas bog‘liq. Biroq boshlang‘ich sinf o‘qituvchilarining kasbiy faoliyatiga xos psixologik ehtiyojlarni aniqlash, ularning hissiy zo‘riqishlarini muntazam monitoring qilish, jamoaviy qo‘llab-quvvatlash imkoniyatlaridan foydalanish va individual psixologik yordamni yagona tizimga birlashtirish masalalari yanada chuqur ilmiy-amaliy tadqiqotlarni talab etadi.

Shu asosda mazkur tadqiqotning ilmiy yo‘nalishi boshlang‘ich sinf o‘qituvchilariga psixologik yordam ko‘rsatishning mavjud shakllarini takomillashtirish, ularni kasbiy faoliyatning o‘ziga xos xususiyatlariga moslashtirish hamda ijtimoiy-psixologik mexanizmlarning o‘zaro uyg‘unligini ta’minlashga qaratiladi. Bunda psixologik diagnostika, individual maslahat, guruhiy trening, stressni boshqarish, refleksiv faoliyat va pedagogik jamoada o‘zaro yordam munosabatlarini rivojlantirish asosiy yo‘nalishlar sifatida qaraladi.

Tadqiqot metodologiyasi. Mazkur tadqiqot boshlang‘ich sinf o‘qituvchilarining kasbiy faoliyatida psixologik qo‘llab-quvvatlash tizimini takomillashtirishning ijtimoiy-psixologik mexanizmlarini nazariy va amaliy jihatdan o‘rganishga yo‘naltirilgan. Tadqiqot metodologiyasining asosini shaxsga yo‘naltirilgan yondashuv, tizimli yondashuv, faoliyatga asoslangan yondashuv hamda ijtimoiy-psixologik yondashuv tashkil etadi. Ushbu yondashuvlar pedagogning kasbiy faoliyatini uning individual psixologik xususiyatlari, ijtimoiy munosabatlari va mehnat muhiti bilan uzviy bog‘liqlikda tahlil qilish imkonini beradi.

Shaxsga yo‘naltirilgan yondashuv boshlang‘ich sinf o‘qituvchisining individual ehtiyojlari, emotsional holati, kasbiy qiziqishlari va shaxsiy imkoniyatlarini hisobga olishni nazarda tutadi. Mazkur yondashuv asosida psixologik yordam jarayonida barcha pedagoglarga bir xil usulni qo‘llash emas, balki ularning psixologik ehtiyojlari va kasbiy muammolaridan kelib chiqib, individual qo‘llab-quvvatlash yo‘nalishlarini belgilash muhim hisoblanadi.

Tizimli yondashuv psixologik qo‘llab-quvvatlashni o‘zaro bog‘liq tarkibiy qismlardan tashkil topgan yaxlit jarayon sifatida o‘rganishga xizmat qiladi. Bunda psixologik diagnostika, profilaktika, maslahat berish, korreksion-rivojlantiruvchi mashg‘ulotlar va natijalarni monitoring qilish faoliyatlari yagona tizim doirasida ko‘rib chiqiladi. Ushbu tarkibiy

qismlarning izchil tashkil etilishi psixologik xizmatning samaradorligini oshirishga imkon beradi.

Faoliyatga asoslangan yondashuv esa pedagogning kasbiy vazifalarini bajarish jarayonida yuzaga keladigan psixologik holatlarni o‘rganishga qaratiladi. Jumladan, dars jarayonini tashkil etish, o‘quvchilar bilan muloqot qilish, ota-onalar bilan hamkorlik o‘rnatish, pedagogik nizolarni hal etish va kasbiy qarorlar qabul qilish sharoitlarida o‘qituvchining hissiy reaksiyalari hamda o‘zini o‘zi boshqarish imkoniyatlari tahlil qilinadi.

Tadqiqotda nazariy va empirik metodlardan foydalanish maqsadga muvofiq hisoblanadi. Nazariy metodlar sifatida ilmiy-pedagogik va psixologik adabiyotlarni o‘rganish, qiyosiy tahlil, umumlashtirish, tizimlashtirish hamda ilmiy xulosalar chiqarish usullari belgilanadi. Empirik metodlar tarkibiga esa pedagogik kuzatish, suhbat, anketa so‘rovi, psixologik diagnostika va ekspert baholash usullari kiritiladi. Ushbu metodlar boshlang‘ich sinf o‘qituvchilarining psixologik ehtiyojlari, kasbiy zo‘riqish darajasi, jamoaviy munosabatlari va psixologik yordamga bo‘lgan munosabatini aniqlash imkonini beradi.

Tadqiqot metodologiyasida psixologik qo‘llab-quvvatlash tizimini tashkil etishning quyidagi asosiy yo‘nalishlari ajratib ko‘rsatiladi:

Psixologik diagnostika yo‘nalishi – o‘qituvchilarning emotsional holati, kasbiy stress darajasi, psixologik ehtiyojlari va kasbiy faoliyatdan qoniqish ko‘rsatkichlarini aniqlash.

Profilaktik yo‘nalish – kasbiy charchash, hissiy zo‘riqish, nizoli vaziyatlar va ruhiy beqarorlikning oldini olishga qaratilgan tadbirlarni tashkil etish.

Konsultativ yo‘nalish – pedagoglarga individual va guruhiy psixologik maslahatlar berish, kasbiy muammolarni mustaqil hal etish ko‘nikmalarini rivojlantirish.

Korreksion-rivojlantiruvchi yo‘nalish – stressga chidamlilik, emotsional o‘zini o‘zi boshqarish, empatiya va kommunikativ kompetensiyalarni rivojlantirish.

Ijtimoiy-psixologik qo‘llab-quvvatlash yo‘nalishi – pedagogik jamoada o‘zaro ishonch, hamkorlik, psixologik xavfsizlik va ijobiy munosabatlarni shakllantirish.

Tadqiqotning metodologik mazmunini aniqroq ifodalash maqsadida psixologik qo‘llab-quvvatlash tizimining tarkibiy tuzilishi quyidagi jadvalda umumlashtiriladi.

1-jadval.

Boshlang‘ich sinf o‘qituvchilarini psixologik qo‘llab-quvvatlash tizimining tarkibiy mexanizmlari

Mexanizmlar	Asosiy mazmuni	Kutiladigan natija
Diagnostik mexanizm	Psixologik ehtiyojlar va kasbiy zo‘riqish holatlarini aniqlash	Pedagogning psixologik holati haqida ma’lumot olish
Profilaktik mexanizm	Stressni kamaytirish, kasbiy charchashning oldini olish mashg‘ulotlari	Hissiy barqarorlikni mustahkamlash
Konsultativ mexanizm	Individual va guruhiy psixologik maslahatlar	Muammolarni konstruktiv hal etish ko‘nikmalarini rivojlantirish
Rivojlantiruvchi mexanizm	Empatiya, refleksiya va o‘zini o‘zi boshqarish mashqlari	Kasbiy va shaxsiy rivojlanishni qo‘llab-quvvatlash
Ijtimoiy-hamkorlik mexanizmi	Pedagogik jamoada o‘zaro yordam va hamkorlikni rivojlantirish	Ijobiy psixologik muhitni shakllantirish
Monitoring mexanizmi	Psixologik qo‘llab-quvvatlash natijalarini muntazam baholash	Xizmat samaradorligini aniqlash va takomillashtirish

Jadvalda aks ettirilgan mexanizmlar o‘zaro uzviy bog‘liq bo‘lib, ularni alohida-alohida emas, balki yagona psixologik qo‘llab-quvvatlash tizimi sifatida amalga oshirish muhimdir. Masalan, diagnostika natijalari asosida aniqlangan psixologik ehtiyojlar profilaktik va konsultativ tadbirlarning mazmunini belgilaydi. Rivojlantiruvchi mashg‘ulotlar pedagogning shaxsiy resurslarini faollashtirsa, ijtimoiy-hamkorlik mexanizmi uning kasbiy faoliyatida qo‘llab-quvvatlovchi muhitni yaratadi. Monitoring esa amalga oshirilgan tadbirlarning natijadorligini baholash va zarur o‘zgartirishlarni kiritish imkonini beradi.

Tadqiqot jarayonida psixologik diagnostika vositalarini tanlashda ularning boshlang‘ich sinf o‘qituvchilarining kasbiy faoliyatiga mosligi, ishonchliligi va amaliy qo‘llash imkoniyatlari hisobga olinishi lozim. Xususan, kasbiy stressni aniqlash, emotsional charchash darajasini baholash, ijtimoiy-psixologik muhitni o‘rganish va kasbiy qoniqishni aniqlashga qaratilgan metodikalardan foydalanish mumkin. Olingan ma’lumotlarni sifat va miqdor jihatdan tahlil qilish orqali pedagoglarning psixologik ehtiyojlari hamda qo‘llab-quvvatlash tizimining ustuvor yo‘nalishlari belgilanadi.

Tadqiqot metodologiyasining muhim jihatlaridan yana biri psixologik xizmat samaradorligini baholash mezonlarini ishlab chiqishdan iborat. Bunda pedagoglarning hissiy barqarorligi, stressli vaziyatlarni boshqarish qobiliyati, kasbiy faoliyatdan qoniqishi, jamoaviy munosabatlardagi faolligi va psixologik yordamdan foydalanish imkoniyatlari asosiy mezonlar sifatida qaraladi. Ushbu mezonlar psixologik qo‘llab-quvvatlash tizimining nafaqat tashkiliy jihatlarini, balki uning pedagog shaxsiga ko‘rsatadigan amaliy ta’sirini ham baholash imkonini beradi.

Xulosa. Boshlang‘ich sinf o‘qituvchilarining kasbiy faoliyatida psixologik qo‘llab-quvvatlash tizimini takomillashtirish zamonaviy ta’lim jarayonining muhim ijtimoiy-psixologik vazifalaridan biri hisoblanadi. Olib borilgan nazariy tahlillar shuni ko‘rsatadiki, pedagogning kasbiy samaradorligi uning bilim va metodik tayyorgarligi bilangina emas, balki psixologik farovonligi, hissiy barqarorligi, stressli vaziyatlarni boshqarish qobiliyati hamda jamoada

shakllangan ijtimoiy munosabatlar bilan ham bevosita bog‘liqdir. Ayniqsa, boshlang‘ich ta’lim bosqichida o‘qituvchining ruhiy holati o‘quvchilar bilan muloqot sifati, ta’lim muhitining ijobiyligi va tarbiyaviy jarayon samaradorligiga ta’sir ko‘rsatadi.

Tadqiqot natijasida psixologik qo‘llab-quvvatlash tizimini takomillashtirishda bir nechta o‘zaro bog‘liq yo‘nalishlarga ustuvor ahamiyat berish zarurligi aniqlandi. Xususan, pedagoglarning psixologik ehtiyojlarini muntazam diagnostika qilish, kasbiy stress va hissiy charchashning oldini olish, individual hamda guruhiy maslahatlar tashkil etish, emotsional o‘zini o‘zi boshqarish ko‘nikmalarini rivojlantirish va pedagogik jamoada o‘zaro hamkorlik muhitini mustahkamlash mazkur tizimning asosiy tarkibiy qismlari sifatida belgilandi.

Shuningdek, psixologik yordamning samaradorligi uni faqat muammoli vaziyatlar yuzaga kelganida tashkil etish bilan emas, balki oldindan rejalashtirilgan, izchil va profilaktik xususiyatga ega faoliyat sifatida yo‘lga qo‘yish bilan belgilanadi. Shu sababli ta’lim muassasalarida psixologik xizmatning diagnostik, profilaktik, konsultativ, rivojlantiruvchi va monitoring yo‘nalishlarini o‘zaro muvofiqlashtirish muhim ahamiyatga ega. Bunday yondashuv pedagogning mavjud qiyinchiliklarini bartaraf etish bilan bir qatorda, uning shaxsiy imkoniyatlarini rivojlantirish va kasbiy salohiyatini mustahkamlashga ham xizmat qiladi.

Tadqiqotda asoslangan ijtimoiy-psixologik mexanizmlarning amaliyotga tatbiq etilishi quyidagi imkoniyatlarni yaratadi:

boshlang‘ich sinf o‘qituvchilarining individual psixologik ehtiyojlarini o‘z vaqtida aniqlash;

kasbiy zo‘riqish va hissiy charchashning oldini olish bo‘yicha tizimli profilaktik ishlarni tashkil etish;

pedagoglarda stressga chidamlilik va emotsional o‘zini o‘zi boshqarish ko‘nikmalarini rivojlantirish;

o‘qituvchilar o‘rtasida o‘zaro ishonch, hamkorlik va psixologik yordam munosabatlarini mustahkamlash;

pedagoglarning kasbiy qoniqishi va mehnat faoliyatiga ijobiy munosabatini qo‘llab-quvvatlash;

ta’lim muassasasida sog‘lom va xavfsiz ijtimoiy-psixologik muhitni shakllantirish.

Tadqiqotning amaliy ahamiyati shundaki, unda taklif etilgan psixologik qo‘llab-quvvatlash mexanizmlaridan umumiy o‘rta ta’lim maktablarida faoliyat yurituvchi psixologlar, boshlang‘ich sinf o‘qituvchilari hamda ta’lim muassasalari rahbarlari faoliyatida foydalanish mumkin. Bunda psixologik tadbirlarni pedagoglarning kasbiy tajribasi, individual xususiyatlari, ish yuklamasi va mavjud ehtiyojlariga moslashtirish tavsiya etiladi.

Shu bilan birga, psixologik qo‘llab-quvvatlash tizimining samaradorligini oshirish uchun maktab rahbariyati, amaliyotchi psixolog va pedagoglar o‘rtasidagi hamkorlikni kuchaytirish, o‘qituvchilarning psixologik murojaat qilish imkoniyatlarini kengaytirish hamda maxfiylik va o‘zaro ishonch tamoyillariga rioya etish zarur. Psixologik xizmat pedagog faoliyatini nazorat qilish vositasi emas, balki uning kasbiy va shaxsiy rivojlanishiga ko‘maklashuvchi hamkorlik mexanizmi sifatida tashkil etilishi lozim.

Umuman olganda, boshlang‘ich sinf o‘qituvchilarini psixologik qo‘llab-quvvatlash tizimini takomillashtirish ta’lim sifatini oshirish, pedagogik faoliyatda hissiy barqarorlikni ta’minlash va sog‘lom ta’lim muhitini rivojlantirishning muhim shartidir. Kelgusidagi tadqiqotlarda mazkur mexanizmlarning samaradorligini tajriba-sinov ishlari asosida baholash, pedagoglarning psixologik ehtiyojlariga mos individual qo‘llab-quvvatlash dasturlarini ishlab chiqish hamda ularni ta’lim amaliyotiga keng joriy etish maqsadga muvofiqdir.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati

[1] O‘zbekiston Respublikasining 2024-yil 5-noyabrdagi O‘RQ-989-son **“Aholiga psixologik yordam ko‘rsatish to‘g‘risida”**gi Qonuni. – https://lex.uz/mact/-7196808

[2] O‘zbekiston Respublikasi Vazirlar Mahkamasining 2019-yil 12-iyuldagi 577-son “O‘quvchilarni psixologik-pedagogik qo‘llab-quvvatlash ishlarini yanada takomillashtirish to‘g‘risida”**gi qarori. – https://lex.uz/uz/acts/-4417140

[3] O‘zbekiston Respublikasining 2024-yil 1-fevraldagi O‘RQ-901-son **“Pedagogning maqomi to‘g‘risida”**gi Qonuni. – https://lex.uz/acts/-6786401

[4] A Systematic Review of the Factors That Influence Teachers’ Occupational Wellbeing // International Journal of Environmental Research and Public Health. – 2023. – Vol. 20, No. 12. – Article 6070. – DOI: 10.3390/ijerph20126070.

[5] Ozturk M., Wigelsworth M., Squires G. A systematic review of primary school teachers' wellbeing: room for a holistic approach // Frontiers in Psychology. – 2024. – Vol. 15. – Article 1358424. – DOI: 10.3389/fpsyg.2024.1358424.

[6] Beames J. R., Spanos S., Roberts A., McGillivray L., Li S., Newby J. M., O'Dea B., Werner-Seidler A. Intervention Programs Targeting the Mental Health, Professional Burnout, and/or Wellbeing of School Teachers: Systematic Review and Meta-Analyses // Educational Psychology Review. – 2023. – Vol. 35. – No. 1. – Article 26. – DOI: 10.1007/s10648-023-09720-w.

[7] Выготский Л. С. Педагогическая психология. – Москва: Педагогика-Пресс, 1991.

[8] Леонтьев А. Н. Деятельность. Сознание. Личность. – Москва: Политиздат, 1975.