

PEDAGOGIK JAMOADA SOG‘LOM PSIXOLOGIK MUHITNI SHAKLLANTIRISHNING PEDAGOGIK-PSIXOLOGIK ASOSLARI

Erkaboyeva Maxliyoxon Shukurxon qizi

University of business and science Psixologiya yo‘nalishi sirtqi ta‘lim 2-kurs talabasi

Ilmiy raxbar: Shermatova Manzura Ikromjanovna

Pedagogika va psixologiya kafedrası katta o‘qituvchisi (PhD)

Annotatsiya: Ushbu maqolada pedagogik jamoada sog‘lom psixologik muhitni shakllantirishning nazariy va amaliy asoslari yoritilgan. Shuningdek, jamoaviy munosabatlar, o‘qituvchi shaxsining psixologik holati va ijtimoiy-pedagogik omillar o‘rtasidagi bog‘liqlik tahlil etilgan.

Kalit so‘zlar: psixologik muhit, pedagogik jamoa, sog‘lom muhit, psixologik barqarorlik, jamoaviy hamkorlik.

Аннотация: В статье рассматриваются теоретические и практические основы создания здоровой психологической среды в педагогическом коллективе. Также была проанализирована взаимосвязь между отношениями в коллективе, психологическим состоянием педагога и социально-педагогическими факторами.

Ключевые слова: психологическая среда, педагогический коллектив, здоровая среда, психологическая устойчивость, командное взаимодействие.

Abstract: This article discusses the theoretical and practical foundations of creating a healthy psychological environment in the pedagogical team. It also analyzes the relationship between team relations, the psychological state of the teacher, and socio-pedagogical factors.

Keywords: psychological environment, pedagogical team, healthy environment, psychological stability, team cooperation.

KIRISH

Pedagogik jamoalarda psixologik muhitning ijobiyligi ta‘lim-tarbiya sifatida yaxshilashga xizmat qiluvchi muhim komponentlardan biri ekanligi nazariy va amaliy jihatdan inkor etib bo‘lmaydigan faktdir. Jamoada ijobiy psixologik muhit mavjud bo‘lsa, nafaqat pedagogic majburiyatlar, balki har qanday mehnat jamoasi oldiga qo‘yilgan vazifalar sifatli bajarilishiga zamin tayyorlanadi. Yuqoridagilardan kelib chiqib o‘qituvchilarda mehnatdan qoniqqanlikni o‘rganish hamda o‘z mehnatidan qoniqmaslik holatlarini korreksiya qilish orqali pedagogic jamoalarda ijobiy muhitni shakllantirish, ta‘lim-tarbiya sifatini yaxshilashga ta‘sir ko‘rsatish maqsad qilingan.

Ta‘lim-tarbiya tizimining samaradorligi ko‘p jihatdan pedagogik jamoaning ichki muhitiga, ayniqsa uning psixologik holatiga bog‘liqdir. Jamoada sog‘lom psixologik muhit

mavjud bo‘lsa, o‘qituvchilarning kasbiy faoliyatga bo‘lgan munosabati ijobiy tus oladi, bu esa butun ta’lim muassasasining taraqqiyotiga xizmat qiladi

ASOSIY QISM

Pedagogik jamoalarda psixologik muhit masalasi bir tomondan muayyan mehnat jamoasidagi psixologik muhit sifatida talqin qilinishi mumkin, ikkinchi tomondan pedagogic jamoaning o‘ziga xosliklaridan kelib chiqib, murakkab ijtimoiy psixologik va pedagogic jarayonlar zahirida yuzaga keladigan, pedagog shaxsidagi individual xususiyatlar turli psixologik fenomenlarga boy serqirra ilmiy-amaliy tadqiqotlar uchun ob’ektdir.

Jamoani ijtimoiy-psixologik muhiti- guruhning eng ajralmas psixologik xarakteristikasidir, bu guruhning birgalikdagi hamkorlikdagi faoliyati bilan bevosita bog‘liq bo‘lgan alohida ob’ektlarni aks ettirishning o‘ziga xos xususiyatlari bilan bog‘liq ijtimoiy jarayondir. Jamoadagi psixologik zo‘riqishlarni bartaraf etish, ta’lim muassasasi rahbari va bo‘ysunuvchilarning kasbiy mahoratini oshirish, xodimlarning bo‘sh vaqtlarini to‘g‘ri tashkil etish, mehnat faoliyatini tashkil etishga takliflarni erkin kiritish imkoniyatini yaratish, jamoada do‘stona hoamkorlik munosabatlarini yaratish juda muhim.

Pedagogik jamoadagi sog‘lom psixologik muhit – bu o‘zaro hurmat, ishonch, kasbiy birdamlik va qo‘llab-quvvatlash muhitidir. Bunday muhitda ishlovchi o‘qituvchilar o‘zini erkin, qadrlangan va rag‘batlantirilgan his qiladi[2].

Sog‘lom psixologik muhitni vujudga keltirishda bir qancha omillar muhim rol o‘ynaydi:

Rivojlangan kommunikatsion madaniyat- kommunikatsion madaniyat avvalo, to‘g‘ri, adabiy til me‘yorlariga amal qilgan holda so‘zlashdir. kommunikatsion madaniyatning yuqori darajasi madaniyatli kishining ajralmas xususiyati hisoblanadi. Nutqimizni yaxshilash har birimizning vazifamiz. Buning uchun talaffuzda, so‘z shakllaridan foydalanishda, jummalarni tuzishda xato qilmaslik uchun nutqimizni kuzatib borishimiz kerak. Kommunikatsion madaniyat til ilmining nisbatan yosh sohasidir. Ushbu fanning mustaqil bo‘limi sifatida, u mamlakatimizda yuz bergan tub ijtimoiy o‘zgarishlar ta’siri ostida shakllandi. Faol ijtimoiy faoliyatga keng odamlarni jalb qilish ularning nutq madaniyatini oshirishga e’tiborni kuchaytirishni talab qildi". Nutq madaniyati ijtimoiy hodisa bo‘lib, u jamiyat, fan va texnika, madaniy va adabiy hayot rivoji bilan chambarchas bog‘liq holda taraqqiy etadi. Jamiyat a’zolarining madaniy saviyasi ortgan sari nutqi ham jilolanib, sayqallashib, nutq madaniyati qoidalari va me‘yorlariga muvofiq holda takomillashib boradi.

Etakchilik uslubining demokratik bo‘lishi- Agar jamoa rahbari boshqaruvning demokratik uslubidan foydalansa, xodimlar va menejmentning o‘zaro ta’siri holati yuzaga keladi. Buning uchun menejer qaror qabul qilish huquqining bir qismidan voz kechishi va xodimlarga o‘tkazilishi kerak. Xodimlar nafaqat muhim qarorlarni qabul qilishda faol ishtirok etishadi, balki menejer bilan kundalik ishlarda ham hamkorlik qilishadi.

Demokratik rahbar bo'ysunuvchilarning rol tuzilishini hisobga oladi, mehnat vazifasini bajarishda ularning qobiliyatlarini hisobga oladi. Jamoa bilan va jamoada munosabatlar ko'p qirrali bo'lib, bu sizga yaxshi shaxslararo munosabatlarni o'rnatishga imkon beradi. Menejer o'z xodimlariga ehtiyotkorlik bilan munosabatda bo'ladi. Agar ziddiyat yuzaga kelsa, bunday rahbar uni muzokaralar va murosaga erishish yo'li bilan hal qilishga harakat qiladi.

Demokratik boshqaruv uslubi xodimlarning mehnat sharoitlaridan yuqori qoniqishlarini kafolatlaydi. Jamoada o'zaro ishonch muhiti mavjud. Menejer nafaqat o'z manfaatlari va kompaniya manfaatlarini amalga oshirishga, balki o'z xodimlarining manfaatlarini amalga oshirishga ham e'tibor beradi. Agar xodimlarning shaxsiy maqsadlari va firmaning maqsadi o'rtasida ziddiyat yuzaga kelsa, uni yashirish emas, hal qilish kerak.

Ijtimoiy-psixologik moslik- Ijtimoiylashtirish va ijtimoiy-psixologik moslashuv insonni madaniy, psixologik va ijtimoiy sohaga tegishli turli omillarga moslashtirishni anglatadi. Oddiy so'zlar bilan aytganda - inson o'z atrofida sodir bo'lgan hodisalarga va muayyan faoliyatga yoki atrof-muhitga mos kelishi kerak. Ushbu kontseptsianing ikkita komponenti insonning qiziqishlariga (ijtimoiy) va shaxsiy (psixologik) moslashuvga uchraydi

Ichki motivatsiyaning yuqoriligi- Rahbarlar motivatsiya, ya'ni. harakat uchun ichki motivatsiyani yaratish doimiy ravishda o'zgarib turadigan murakkab ehtiyojlar to'plamining natijasidir. Endi biz o'z xodimlarimizni samarali rag'batlantirish uchun menejer ushbu ehtiyojlarning haqiqatan nima ekanligini aniqlab olishlari va xodimlarga ushbu ehtiyojlarni yaxshi ishlash orqali qondirish yo'lini ta'minlashi kerakligini tushunamiz.

Stress omillarni kamaytirish bo'yicha chora-tadbirlar mavjudligi- Vaqtni boshqarish — bu xodimlarning ish yukini rejalashtirish, ustuvorlik qilish va samarali boshqarish qobiliyati. Vaqtni yaxshi boshqarish xodimlarning stressini kamaytiradi va ularning ish faoliyatini oshiradi. Stressni kamaytirishning turli usullari mavjud. Bularga chuqur nafas olish, dam olish mashqlari, meditatsiya, jismoniy faollik va sevimli mashg'ulotlar bilan shug'ullanish kiradi. Ushbu usullar xodimlarga stressni kamaytirishga va dam olishni ta'minlashga yordam beradi. Yaxshi qo'llab-quvvatlash tarmog'iga ega bo'lish va muloqot qilish xodimlarga stress bilan kurashishni osonlashtiradi. Yaxshi muloqot xodimlarga stressli vaziyatlarni bo'lishish va qo'llab-quvvatlashga yordam beradi. Ish va shaxsiy hayot o'rtasidagi muvozanatni saqlash xodimlarga stressni kamaytirishga va ish faoliyatini oshirishga yordam beradi. Xodimlar o'z vaqtlarini samarali boshqarishlari va shaxsiy hayotlariga vaqt ajratishlari muhimdir. [3].

Pedagog shaxsining ichki dunyosi, emotsional barqarorligi va kasbiy o'zini anglash darajasi bevosita jamoa muhitiga bog'liq. Agar jamoada do'stona va konstruktiv muhit yaratilsa, pedagogik faoliyat samaradorligi oshadi. Aks holda, ziddiyatlar, stress va motivatsiya pasayishi kuzatiladi[4].

Jamoaviy hamkorlik va ijtimoiy-pedagogik muvozanat

Hamkorlik, o'zaro yordam va umumiy maqsad sari intilish pedagogik jamoaning sog'lom muhitda ishlashiga xizmat qiladi. Bunda rahbarning roli muhim: u shunday

ijtimoiy-pedagogik muvozanat yaratmog‘i lozimki, har bir a‘zo o‘zining kasbiy salohiyatini to‘liq namoyon qila olsun[5].

Pedagogik jamoada sog‘lom psixologik muhit – bu o‘qituvchilar va boshqa xodimlar o‘rtasida o‘zaro hurmat, ochiq muloqot, ijobiy hissiyotlar va o‘zaro ishonchga asoslangan ijtimoiy-psixologik munosabatlardir. Bunday muhitda har bir a‘zo o‘zini qadrlangan, eshitilgan va hurmat qilingan his qiladi. Sog‘lom psixologik muhit quyidagilar bilan tavsiflashimiz mumkin:

- Ochiq muloqot va fikr almashish imkoniyatining mavjudligi;
- Ijobiy kayfiyat va ruhiy barqarorlik;
- Jamoada ziddiyatlarning konstruktiv hal etilishi;
- Ijtimoiy-psixologik moslik va jamoaviy birdamlik.

Bu muhitning mavjudligi pedagoglarning kasbiy faoliyatiga, motivatsiyasiga, o‘zini anglashiga va o‘zaro hamkorlik darajasiga bevosita ta’sir ko‘rsatadi. Pedagogik jamoada sog‘lom psixologik muhit quyidagi asosiy omillar orqali shakllanadi:

a) Rahbarning boshqaruv uslubi

Rahbar demokratik, tenglikka asoslangan va insonparvarlik yondashuvi bilan boshqaruv olib boradigan bo‘lsa, jamoada ijobiy muhit shakllanadi. Avtoritar yoki befarq rahbarlik esa stress va ishonchsizlikka olib keladi.

b) Kasbiy hamkorlik va o‘zaro qo‘llab-quvvatlash

O‘qituvchilar o‘rtasida doimiy fikr almashinuvi, tajriba bo‘lishish va o‘zaro maslahatlashish jamoani bir butun holda tutib turuvchi omildir.

c) Psixologik madaniyat va kommunikatsiya

Pedagoglar o‘zaro muomala madaniyatiga ega bo‘lsa, fikrlarni to‘g‘ri yetkazish, bahsni madaniy tarzda olib borish, tanqidni to‘g‘ri qabul qilish muhitni sog‘lamlashtiradi.

d) Motivatsiya va rag‘bat

O‘z mehnatining qadrlanishi, natijalarning e’tirof etilishi, moddiy va ma’naviy rag‘batlantirish ham psixologik muhitga ijobiy ta’sir ko‘rsatadi.

Pedagog shaxsi va psixologik muhit o‘rtasidagi o‘zaro bog‘liqlik. Har bir o‘qituvchining psixologik holati jamoa muhitidan ta’sirlanadi va aksincha, ularning ichki ruhiy holati jamoa iqlimiga ta’sir ko‘rsatadi. Masalan: Pozitiv kayfiyatdagi pedagoglar konstruktiv muhit yaratadi. Ziddiyatli shaxslar esa jamoada salbiy fon hosil qiladi. Shu sababli psixologik tayyorgarlik, o‘zini anglash, emotsional intellekt kabi jihatlar pedagoglarda rivojlantirilishi zarur.

Rahbar quyidagi yo‘llar bilan jamoada sog‘lom muhitni shakllantira oladi:

- Adolatli va shaffof boshqaruv yuritish;
- Har bir a‘zoni faol jarayonga jalb qilish;
- Konfliktlarni tez va samimiy yechish;
- Rag‘batlantirish tizimini to‘g‘ri yo‘lga qo‘yish
- Kasbiy o‘rish imkoniyatlarini yaratish.

So‘nggi yillarda ta‘lim tizimida sog‘lom psixologik muhit yaratishga qaratilgan innovatsion yondashuvlar joriy etilmoqda. Psixologik muhit — bu shaxs yoki guruh atrofidagi ijtimoiy-psixologik holatlarni, munosabatlar tizimini, ruhiy holatlarni aks ettiruvchi muhitdir. Bu muhitning ijobiy yoki salbiyligi o‘quv jarayoni, mehnat samaradorligi, inson salomatligi va motivatsiyasiga bevosita ta‘sir ko‘rsatadi. Bugungi kunda ta‘lim muassasalari va tashkilotlar oldida turgan asosiy vazifalardan biri – shaxsiy rivojlanish, hamjihatlik va ruhiy barqarorlikni ta‘minlay oladigan sog‘lom psixologik muhitni shakllantirishdir. Ushbu jarayonda innovatsion yondashuvlar muhim o‘rin tutadi.

1. Raqamli psixodiagnostika va monitoring tizimlari. Zamonaviy texnologiyalar asosida tuzilgan psixologik monitoring tizimlari (mobil ilovalar, sun‘iy intellekt, onlayn testlar) orqali jamoa yoki shaxsning psixologik holatini tahlil qilish imkoniyati kengaydi. Bu yondashuv yordamida muammolar erta aniqlanib, profilaktik choralar ko‘riladi.

2. Emosional intellektni rivojlantirish dasturlari. Innovatsion yondashuvlardan biri — shaxsning emosional intellektini (EQ) oshirishga yo‘naltirilgan treninglar tashkil etishdir. EQ yuqori bo‘lgan shaxslar o‘z his-tuyg‘ularini boshqaradi, boshqalarni tushunadi va ijtimoiy munosabatlarni samarali quradi. Bunday dasturlar ta‘lim va mehnat jamoalarida konfliktlarning kamayishiga, hamkorlikning oshishiga olib keladi.

3. Mindfulness va reflektiv yondashuvlar. "Mindfulness" – bu hozirgi onni ongli tarzda idrok etish va qabul qilish texnikasi bo‘lib, stressni kamaytirish va psixologik barqarorlikni ta‘minlashda foydalidir. Refleksiya esa shaxsning o‘z harakatlari va kechinmalarini tahlil qilish orqali o‘zini anglashga yordam beradi. Ushbu metodlar guruhlarda ongli fikrlash va barqaror ruhiy holatni saqlashda qo‘llaniladi.

4. Gamifikatsiya (o‘yinlashtirish) orqali ijtimoiy-psixologik rivojlanish. Ta‘limda va tashkilotlarda gamifikatsiya — ya‘ni o‘yin elementlarini ishlatish — motivatsiyani oshirish va psixologik ijobiylikni yaratish usuli sifatida samarali bo‘lmoqda. Bu yondashuv orqali stress kamayadi, ijtimoiy faollik kuchayadi.

5. Kognitiv-bihevioral texnologiyalar (CBT). Kognitiv-bihevioral terapiyaga asoslangan psixologik yondashuvlar orqali shaxsning noaniq fikrlari va salbiy emotsiyalarini aniqlab, ularni konstruktiv tarzda o‘zgartirishga erishiladi. Bu texnologiya, ayniqsa, yuqori stress, xavotir yoki depressiv holatdagi shaxslar bilan ishlashda qo‘llaniladi.

6. Psixologik xavfsizlik (Psychological Safety) konsepsiyasi. Amy Edmondson tomonidan ishlab chiqilgan ushbu konsepsiyaga ko‘ra, odamlar o‘z fikrlarini erkin bildirishi, xatolaridan qo‘rqmasligi mumkin bo‘lgan muhit eng samarali jamoalarni yaratadi. Bu g‘oya Google kompaniyasi tajribasida ham tasdiqlandi.

Psixologik muhitni shakllantirishda innovatsion yondashuvlar shaxsiy rivojlanishni rag‘batlantiradi, stress omillarini kamaytiradi va ijobiy ijtimoiy munosabatlarni mustahkamlaydi. Bu yondashuvlar ta‘lim va tashkilotlarda samaradorlikni oshirish, inson kapitalini rivojlantirish, sog‘lom ijtimoiy-ruhiy muhitni ta‘minlashda asosiy omillardan biri bo‘lib xizmat qiladi.

XULOSA

Pedagogik jamoada sog‘lom psixologik muhitni shakllantirish – bu uzluksiz jarayon bo‘lib, unda rahbar, o‘qituvchi va hatto talaba ham faol ishtirokchi sifatida maydonga chiqadi. Psixologik muvozanat, sog‘lom iqlim va jamoaviy birdamlik ta’lim sifatini oshirishda muhim omildir.

Pedagogik jamoada sog‘lom psixologik muhitni shakllantirish bu faqatgina rahbarning emas, balki har bir pedagogning mas’uliyatli ishtirokini talab qiladigan kompleks jarayondir. Sog‘lom muhit mavjud bo‘lgan muassasada ijobiy kasbiy kayfiyat, barqaror ishlash muhiti va ijodiy yondashuv qaror topadi. Bu esa bevosita ta’lim sifati va samaradorligiga ijobiy ta’sir qiladi.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR:

1. . Karimov I.A. Barkamol avlod – O‘zbekiston taraqqiyotining poydevori. – T.: O‘zbekiston, 1997.[1]
2. G‘ofurov K. Ta’lim muassasalarida psixologik xizmat asoslari. – T.: Fan, 2019.[2]
3. Azizxo‘jaeva N.N. Pedagogik texnologiya va pedagogik mahorat. – T.: TDPU, 2020.[3]
4. . Sayfurov D. Pedagog shaxsi va kasbiy faoliyati. – Samarqand, 2018.[4]
5. . Qodirova M. Jamoaviy ishlash madaniyati. – Buxoro, 2021.[5]
6. Djurayev R. Ta’lim menejmenti. T.: Voris-nashriyoti. 2006-yil.
7. Turg‘unov S. O‘qituvchilarning kasbiy mahorati va kompetentligini rivojlantirish. T.: Sano-standart 2012-yil