

CHEK TILINI O'QITISHDA VA MUSTAQIL TA'LIMDA O'QITUVCHINING PSIXOLOGIK TA'MINOTI ZARURIYATI HAMDA AFZALLIKLARI

Umida Imomova

Pedagogika fanlari bo'yicha falsafa doktori (PhD), Termiz davlat universiteti

E-mail: umida@tersu.uz

[ORCID: 0009-0000-8183-5736](https://orcid.org/0009-0000-8183-5736)

ANNOTATSIYA

Ushbu maqolada chet tilini o'qitishda va mustaqil ta'lim jarayonida o'qituvchining psixologik ta'minoti zaruriyati va uning samaradorligi o'rganiladi. Mustaqil ta'lim faoliyatida o'qituvchilar ko'pincha ortiqcha stress va emotsional bosimni boshdan kechiradi, bu esa ular tomonidan taqdim etilayotgan ta'lim sifatiga ta'sir qilishi mumkin. Mazkur maqolada psixologik ta'minot usullari va afzalliklari, o'qituvchilarning emotsional sog'lig'ini saqlash va ta'lim jarayonidagi samaradorlikni oshirish usullari tahlil qilinadi.

Kalit so'zlar: mustaqil ta'lim, psixologik ta'minot, o'qituvchilar, stress boshqarish, emotsional salomatlik.

ABSTRACT

This article examines the need for psychological support of the teacher during independent education and its effectiveness. In independent educational activities, teachers often experience excessive stress and emotional pressure, which can affect the quality of education provided by them. This article analyzes methods and benefits of psychological support, methods of maintaining teachers' emotional health and increasing efficiency in the educational process.

Keywords: independent education, psychological support, teachers, stress management, emotional health.

KIRISH

Ta'lim tizimida mustaqil ta'lim modeli tobora keng joriy etilib, o'qituvchilarni o'quv jarayonida yangi metodlardan foydalanishga, o'quvchilarga mustaqil fikrlash imkoniyatini berishga undamoqda. Mustaqil ta'lim sharoitida o'qituvchi faqat bilim beruvchi emas, balki yo'nalish ko'rsatuvchi sifatida namoyon bo'ladi. Ammo bu jarayonda o'qituvchilar ortiqcha ish yuklamasi, psixologik stress va bosim kabi qiyinchiliklarni boshdan kechirishadi. Shu sababli, psixologik ta'minotga ehtiyoj kuchayadi. Mustaqil ta'lim jarayonida o'qituvchi nafaqat bilim beruvchi, balki o'quvchilarning mustaqil faoliyatlarini yo'naltiruvchi sifatida namoyon bo'ladi. Bu esa ularga yangi majburiyatlar va yuqori darajada mas'uliyat yuklaydi. Shuningdek, ta'limda natija olishga yo'naltirilgan bosim ham ularda ortiqcha stressni keltirib chiqarishi mumkin.



Stressning yuqori darajasi o'qituvchilarning motivatsiyasini kamaytiradi va faoliyat sifatiga salbiy ta'sir ko'rsatadi. Shuning uchun psixologik ta'minot o'qituvchining stress bilan samarali kurashishini ta'minlashda muhim ahamiyat kasb etadi.

O'qituvchilar uchun psixologik ta'minotning zarurligi va afzalliklari katta ahamiyatga ega bo'lib, bu ularning samaradorligi va kasbiy rivojlanishini ta'minlaydi. Stressni boshqarish texnikalari va psixologik yordam xizmatlari orqali o'qituvchilar nafaqat o'zlarining, balki o'quvchilarning ta'lim olish jarayonida ham yuqori natijalarga erishadilar. Shu bilan birga, mustaqil ta'limda psixologik qo'llab-quvvatlashning tizimli ravishda amalga oshirilishi o'qituvchilarning ruhiy va hissiy barqarorligini mustahkamlashga katta ko'mak beradi.

METODOLOGIYA

Ushbu maqolada psixologik ta'minot zaruriyati va afzalliklarini aniqlash maqsadida ilmiy tadqiqotlar va tajribaviy kuzatishlar tahlil qilindi. Maqolada stressni boshqarish texnikalari, ta'limda motivatsiyani saqlash va o'qituvchi uchun psixologik yordam xizmatlaridan foydalanish kabi omillar ko'rib chiqiladi.

Hozirgi zamon o'qituvchisi o'z mutaxassisligiga oid bilimlar bilan birga, pedagogik va psixologik bilimlarni, hamda turli fan yo'nalishlari bo'yicha maxsus bilimlarga ega bo'lgan, kasbiy tayyorgarlik, yuksak axloqiy fazilatlarini egallagan, ta'lim muassasalarida faoliyat ko'rsatuvchi shaxsdir. Ushbu nuqtai nazardan hozirgi kunda quyidagi burch va masuliyatlar o'qituvchilardan talab qilinadi:

- O'qituvchi eng avvalo masuliyatni his etuvchi tarbiyachi, tajribali notiq, madaniyatva ma'rifat targ'ibotchisidir.

- O'qituvchi tabiatan o'quvchilarni seva olishi, o'z mehrini, his-tuyg'ularini har lahzada o'quvchilar ichki dunyosi bilan bog'lay olishi, ularning ham mehriga, hurmatiga sazovor bo'lishi kerak.

- O'qituvchi jamiyat ijtimoiy hayotida ro'y berayotgan o'zgarishlar, olib borilayotgan ijtimoiy-iqtisodiy islohotlar mohiyatini chuqur anglab etishi va ularga xolisona baho berib, bu borada o'quvchilarga to'g'ri, asosli ma'lumotlarni doimiy bera olishi lozim.

- Zamonaviy o'qituvchining ilm-fan, texnika va axborot-kommunikatsion texnologiyalari yangiliklaridan va yutuqlaridan xabardor bo'lib borishi talab etiladi. O'qituvchining o'rni va uning vazifalari, o'sib kelayotgan yosh avlodni tarbiyalash ishiga jamiyat va jamoatchilik tomonidan e'tibor qaratilishining naqadar muhim ahamiyatga egaligi aniqlanadi [6, 318].

NATIJALAR

O'qituvchilarning mustaqil ta'lim jarayonidagi psixologik ta'minoti quyidagi natijalarga erishishda muhim rol o'ynaydi:



1. Stress darajasini kamaytirish. Mustaqil ta'limda talab qilinadigan yuqori darajadagi faoliyat o'qituvchilarning stress darajasini oshiradi. Psixologik ta'minot xizmatlari va stressni boshqarish texnikalari esa ularning stress darajasini sezilarli darajada kamaytiradi.

2. Emotsional barqarorlik va sog'liqni saqlash. Psixologik yordam o'qituvchilarning emotsional sog'lig'ini saqlashda muhim ahamiyat kasb etadi. Bu esa ular tomonidan ta'lim jarayonida yuqori sifatli faoliyat ko'rsatishiga zamin yaratadi.

3. Ta'lim samaradorligi oshishi. O'qituvchilarni emotsional jihatdan qo'llab-quvvatlash ularning mustaqil ta'lim jarayonida eng yuqori samaradorlikka erishishiga yordam beradi. Buning natijasida o'qituvchilarning bilim darajasi va ta'limga bo'lgan qiziqishi oshadi.

4. Kasbiy rivojlanish imkoniyatlari. Psixologik ta'minot, jumladan, motivatsiya va professional rivojlanishga doir treninglar o'qituvchilarning kasbiy jihatdan o'sishlariga yordam beradi va ularning faoliyatidagi yangi yutuqlarga erishishga turtki beradi.

O'qituvchilarning kasbiy rivojlanishida psixologik ta'minot muhim ahamiyat kasb etadi. Motivatsiya va professional rivojlanishga yo'naltirilgan treninglar ularning o'z bilim va ko'nikmalarini oshirishlariga katta yordam beradi. Psixologik qo'llab-quvvatlash orqali o'qituvchilar o'z faoliyatlarida yangi yutuqlarga erishishga, innovatsion ta'lim metodlarini o'zlashtirishga va darslarda samaradorlikni oshirishga turtki oladilar.

Kasbiy rivojlanish imkoniyatlarini ta'minlash uchun turli xil trening va seminarlar o'tkazilishi mumkin. Bu treninglarda o'qituvchilar stress va bosimlarni boshqarish, samarali muloqot o'rnatish, hamkasblar bilan hamkorlikni mustahkamlash kabi qator psixologik va professional ko'nikmalarni o'rganadilar.

Mustaqil ta'limda o'qituvchilarning psixologik ta'minotiga e'tibor qaratilishi kerak, chunki bu ularning stressni boshqarish, emotsional barqarorlikni saqlash va o'z kasbiy faoliyatlarini samarali tashkil etishlariga yordam beradi. Psixologik ta'minot xizmatlari va qo'llab-quvvatlash tarmoqlari orqali o'qituvchilar o'zlarini yaxshi his qilishadi, bu esa o'quv jarayoniga ijobiy ta'sir ko'rsatadi. Bundan tashqari, emotsional barqarorlik ularning shaxsiy rivojlanishlari uchun ham muhimdir, bu o'qituvchining motivatsiyasi va qiziqishini saqlab qolish imkonini beradi.

XULOSA

O'qituvchilarning psixologik ta'minoti mustaqil ta'limda muhim omil hisoblanadi. Bu nafaqat ularning emotsional va ruhiy salomatligini yaxshilash, balki ta'lim jarayonida sifatli xizmat



ko'rsatishiga ham ijobiy ta'sir qiladi. Mustaqil ta'lim jarayonida o'qituvchining psixologik ta'minotiga e'tibor qaratish orqali ular ko'rsatayotgan ta'lim sifatini oshirish va o'quvchilarga yanada samarali bilim berish mumkin. Shunday ekan, ta'lim muassasalari o'qituvchilarga qo'llab-quvvatlovchi psixologik xizmatlarni tashkil qilishlari va ularning kasbiy faoliyatini doimiy ravishda yuksaltirib borishlariga ko'maklashishlari lozim.

REFERENCES

1. Abduqodirov A. Ta'limda innovasion texnologiyalar. – Toshkent: Iste'dod, 2008. – 180 b.
2. Азизходжаева Н. н. Педагогические технологии и педагогическое мастерство. Учебное пособие для магистратуры всех специальностей. -Т.:ТГПУ, 2003.-193 стр.
3. Алексеева Н.А. Формирование креативной коммуникативности будущего специалиста в прцессе обучения иностранным языкам:дисс. канд. псих. наук, Новгород, 2008. 232 стр.
4. Alimov A.A. *Uzluksiz ta'lim tizimi o'qituvchilarining innovasion faoliyatini shakllantirish usullari // Xalq ta'limi.* -Toshkent, 2015. – №6, – В. 74-78.
5. Бермус А.Г. Проблемы и перспективы реализации компетентностного подхода в образовании А.Г. Бермус // Интернет-журнал «Эйдос», 2005. URL: <http://www.yeidos.ru/journal/2005/0910-12.htm>
6. Dilbar Ruzmatovna Ismailova (2022). ZAMONAVIY MAKTAB O'QITUVCHISI SHAXSINING PSIXOLOGIK XUSUSIYATLARI. Central Asian Research Journal for Interdisciplinary Studies (CARJIS), 2 (3), 327-334.
7. Tursunova D.Z. (2024). O`QUVCHILARNING MUSTAQIL FIKRLASHINI PSIXOLOGIK XUSUSIYATLARI. Экономика и социум, (1 (116)), 582-585.
8. Shodiya Saidnabi Qizi Barakayeva (2022). TA'LIM METODLARI VA VOSITALARINI DARSDAGI SAMARADORLIGI. Scientific progress, 3 (4), 290-295.
9. Khaydarov, S. A. (2021). The role of the use of fine arts in teaching the history of the country. International scientific and practical conference. CUTTING EDGE-SCIENCE. In Conference Proceedings (pp. 41-43).
10. Umida Muzaffarovna Imomova (2024). OLIY TA'LIM MUASSASALARINING XORIJIY TIL VA ADABIYOTI: NEMIS TILI YO'NALISHI TALABALARIGA TIL TARIXI FANINI O'QITISHDAGI MUAMMO VA YECHIMLAR. Academic research in educational sciences, 5 (3), 167-170.

