



IJTIMOYIY-GUMANITAR SOHADA ILMIY-INNOVATSION TADQIQOTLAR

ILMIY METODIK JURNALI

ISSN 3060-5059



VOL.3 № 5

2026

OLIIY TA'LIM TIZIMIDA FAOLIYAT OLIB BORAYOTGAN PROFESSOR- O'QITUVCHILARNI PSIXOEMOTSIONAL HOLATINING KASBIY JARAYONIGA TA'SIRI

Abdusodiq Bozorov

O'zbekiston davlat jahon tillari universiteti, katta o'qituvchi

Annotatsiya

Mazkur maqolada oliy ta'lim tizimida faoliyat yuritayotgan professor-o'qituvchilarning kasbiy faoliyati jarayonida yuzaga keladigan psixoemotsional holatlar, kasbiy zo'riqish va "kasbiy so'nish" (burnout) muammosi ilmiy-nazariy jihatdan tahlil qilingan. Tadqiqotda pedagoglarning psixologik zo'riqish holati, emotsional charchoq va kasbiy faoliyat samaradorligi o'rtasidagi bog'liqlik masalalari ko'rib chiqilgan. Shuningdek, turli ish stajiga ega bo'lgan professor-o'qituvchilarning shaxsiy xususiyatlari K.T. Tomas metodikasi yordamida tahlil qilinib, hamkorlik va murosa ko'rsatkichlari bo'yicha statistik jihatdan ahamiyatli farqlar aniqlangan. Tadqiqot natijalari professor-o'qituvchilarning psixoemotsional holatini barqarorlashtirish, kasbiy so'nishning oldini olish hamda pedagogik faoliyat samaradorligini oshirishga qaratilgan ilmiy xulosalar chiqarish imkonini beradi.

Kalit so'zlar: Oliy ta'lim, professor-o'qituvchi, kasbiy faoliyat, psixoemotsional holat, kasbiy so'nish (burnout), stress, pedagogik faoliyat samaradorligi, hamkorlik, murosa, psixologik zo'riqish, pedagog shaxsiyati, ish staji, K.T. Tomas metodikasi.

ВЛИЯНИЕ ПСИХОЭМОЦИОНАЛЬНОГО СОСТОЯНИЯ ПРОФЕССОРСКО- ПРЕПОДАВАТЕЛЬСКОГО СОСТАВА ВЫСШЕЙ ШКОЛЫ НА ПРОФЕССИОНАЛЬНУЮ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ

Абдусодиқ Бозоров

Узбекский государственный университет мировых языков, старший преподаватель

Аннотация

В данной статье рассматриваются психоэмоциональные состояния, профессиональное напряжение и проблема «профессионального выгорания» у профессорско-преподавательского состава высших учебных заведений. Все это оказывает определенное влияние на психологическое состояние преподавателей. В исследовании анализируется взаимосвязь между психоэмоциональным состоянием педагогов, уровнем эмоционального истощения и эффективностью профессиональной деятельности. Также с помощью методики К. Томаса были изучены личностные особенности преподавателей с различным стажем работы. Результаты показали статистически значимые различия по шкалам сотрудничества и компромисса. Полученные данные позволяют сделать выводы о необходимости профилактики профессионального выгорания и поддержания психологической устойчивости преподавателей для повышения эффективности педагогической деятельности.

Ключевые слова: высшее образование, профессорско-преподавательский состав, профессиональная деятельность, психоэмоциональное состояние, профессиональное выгорание, стресс, эффективность педагогической деятельности, сотрудничество, компромисс, психологическое напряжение, личность педагога, стаж работы, методика К. Томаса.

THE IMPACT OF THE PSYCHO-EMOTIONAL STATE OF HIGHER EDUCATION FACULTY ON PROFESSIONAL ACTIVITY

Abdusodiq Bozorov

Uzbekistan State World Languages University, Senior Lecturer

Abstract

This article examines the psycho-emotional states, professional stress, and the problem of professional burnout among university professors and teachers. Modern higher education requires educators to possess a high level of scientific potential, apply innovative teaching approaches, use digital technologies, and actively participate in international scientific activities. In addition, personal characteristics of teachers with different lengths of work experience were analyzed using the K. Thomas diagnostic method. The results revealed statistically significant differences in the cooperation and

compromise scales. The findings highlight the importance of preventing professional burnout and maintaining the psychological stability of teachers in order to improve the effectiveness of pedagogical activity.

Keywords: higher education, university teachers, professional activity, psycho-emotional state, professional burnout, stress, teaching effectiveness, cooperation, compromise, psychological tension, teacher personality, work experience, K. Thomas method.

Jamiyatimizning ma'naviy-ma'rifiy yuksalishida, ilmiy salohiyatli kadrlarni tayyorlashda oliy ta'lim tizimida faoliyat ko'rsatuvchi professor-o'qituvchilarning o'rni beqiyosdir. Hozirgi kunda oliy ta'lim muassasalari oldida ilmiy-nazariy va amaliy bilimlarni yangi innovatsiyalar bilan boyitish, talaba-yoshlarni har tomonlama tarbiyalash, ularga sifatli ta'lim berish, yoshlarni ilmiy tadqiqot ishlari natijalari bilan tanishtirib borish kabi bir qator mas'uliyatli vazifalar turibdi.

Bugungi jadal texnik va texnologik innovatsiyalar, fanlar bo'yicha ilmiy nazariyalar hamda dunyoqarashlar tez rivojlanayotgan davrda professor-o'qituvchilardan ilmiy izlanishlarga asoslangan yangi ta'lim jarayoniga har tomonlama tayyor bo'lish talab etiladi. Mamlakatimizda ta'lim tizimini isloh qilishga oid ishlar izchil yo'lga qo'yilmoqda. Jumladan, "Ta'lim to'g'risida"gi Qonunning yangi tahriri, O'zbekiston Respublikasi Konstitutsiyasining 52-moddasida o'qituvchi mehnatining jamiyat va davlat taraqqiyotidagi o'rni alohida e'tirof etilgan.

Konstitutsiyada: "O'zbekiston Respublikasida o'qituvchining mehnati jamiyat va davlatni rivojlantirish, sog'lom, barkamol avlodni shakllantirish hamda tarbiyalash, xalqning ma'naviy va madaniy salohiyatini saqlash hamda boyitishning asosi sifatida e'tirof etiladi. Davlat o'qituvchilarning sha'ni va qadr-qimmatini himoya qilish, ularning ijtimoiy va moddiy farovonligi, kasbiy jihatdan o'sishi to'g'risida g'amxo'rlik qiladi", deb belgilangan. Shuningdek, O'zbekiston Respublikasi Oliy Majlisi Qonunchilik palatasi tomonidan 2023-yil 2-mayda qabul qilingan "Pedagog xodimning maqomi to'g'risida"gi QL-1010-sonli qaror ham pedagoglar kasbiy faoliyati samaradorligini oshirishga qaratilgan chora-tadbirlarni takomillashtirishda muhim ahamiyat kasb etadi.

Professor E. G'oziyevning yozishicha, professor-o'qituvchilar kasbiy faoliyati zo'riqishsiz amalga oshadi, deb hech kim kafolat bera olmaydi. Shu bois professor-o'qituvchilarda o'z faoliyatidagi zo'riqish holatlarini bartaraf etishga tayyorlikni shakllantirish zarur. Bunda pedagogik vazifalar va muammolarni hal etish malakasini rivojlantiruvchi maxsus psixologik tavsiyalar, psixotrening mashg'ulotlari hamda innovatsion yondashuvlarning ahamiyati tobora ortib bormoqda [33; b. 126].

Bugungi kun professor-o'qituvchisi har tomonlama rivojlangan, kuchli mutaxassis bo'lishi lozim. U o'z faniga oid chuqur bilimlarga ega bo'lishi, malaka va ko'nikmalarini muntazam shakllantirib borishi, o'zini namoyon qila olishi, ma'naviy-ma'rifiy tadbirlarni tashkil etishi, psixologik bilimlardan xabardor bo'lishi, xorijiy tillarni bilishi, kompyuter savodxonligini oshirishi zarur. Shuningdek, ijtimoiy tarmoqlarda o'z ilmiy faoliyatini yoritishi, "Google Scholar"da H-index ko'rsatkichini oshirishi, "Scopus" va "Web of Science" bazalariga kiruvchi xalqaro jurnallarda ilmiy maqolalar chop etishi, yuqori impakt faktorli xalqaro jurnallar hamda mahalliy OAK ro'yxatidagi nashrlarda maqola va tezislar e'lon qilishi, o'quv-uslubiy qo'llanmalar hamda darsliklar tayyorlashi muhim hisoblanadi. Bundan tashqari, fan sohasi bo'yicha PhD va DSc ilmiy darajalariga ega bo'lish talabi ham dolzarb ahamiyat kasb etadi.

Tadqiqotchi V. M. Ivanovanning yozishicha, zamonaviy o'qituvchi — bu o'z fanini yaxshi ko'radigan, yangi texnologiyalardan foydalanishni biladigan va har bir talabaga individual yondashuv topa oladigan qiziqarli hamda tushunuvchan shaxsdir. Qolaversa, u talabalarga u yoki bu bilimning hayotda nima uchun kerakligini tushuntira olishi lozim [51; c. 67]. Mazkur muallifning ilmiy yondashuviga muvofiq, hozirgi kunda professor-o'qituvchilar psixik holatining kasbiy rivojlanish dinamikasiga ta'sirini hisobga olish oliy ta'lim muassasalari oldida turgan muhim vazifalardan biri sanaladi.

Jamiyatimizga yuqori malakali kadrlarni yetishtirishda oliy ta'lim professor-o'qituvchilarining hissasi juda katta. Ular talaba-yoshlarga har tomonlama o'rnak bo'la olishlari lozim. Shu sababli professor-o'qituvchilar kasbiy kamolotining ijtimoiy-psixologik xususiyatlarini o'rganish bugungi kunning dolzarb masalalaridan biridir.

Tadqiqotchi Sh. S. Shoyimovanning ta'kidlashicha, o'qituvchilik kasbi boshqa odamlar bilan doimiy munosabatda bo'lish va ularning kechinmalari bilan aloqadorlik nuqtayi nazaridan katta yukni o'z ichiga oladi hamda "yordamchi" kasblar spektriga kiradi. Yordamchi kasblar — bu boshqa odamlarga yordam berish, ularning muammolarini aniqlash va hal qilish, shuningdek, muayyan vaziyatda keyingi harakatlar to'g'risidagi tasavvurlarni kengaytirishga qaratilgan kasblardir.

L. S. Grechisheva o'z tadqiqotida o'qituvchilarning kasbiy so'nish bosqichlari bo'yicha miqdoriy ko'rsatkichlarni tahlil qilib, ta'lim jarayonida o'qituvchilarning 40 foizi shakllanmagan "stress" bosqichida, 30 foizi "qarama-qarshilik" bosqichida va yana 30 foizi "psixologik so'nish" bosqichida ekanligini ko'rsatib o'tgan.

Psixologik tadqiqotlarda psixik holatning yuqori zo'riqish nuqtasi ingliz tilida "burnout", rus tilidagi psixologik adabiyotlarda "выгорание", o'zbek tilida esa "so'nish", "kuyish" yoki "yonish" tushunchalari bilan ifodalanadi. Hozirgi vaqtda kasbiy so'nish va uning tuzilmasi mohiyati bo'yicha yagona nuqtayi nazar mavjud emas. So'nggi ma'lumotlarga tayangan holda, "kasbiy so'nish" deganda emotsional sohaga oid kasblarda kuzatiluvchi fiziologik, hissiy va aqliy toliqish hamda zo'riqish holati tushuniladi.

V. V. Boyko o'z tadqiqotlarida shaxsdagi psixologik so'nish holatini psixologik himoya mexanizmining to'liq shakllangan ko'rinishi yoki tanlangan psixotravmatik ta'sirlarga javoban his-tuyg'ularni qisman chetlashtirish holati sifatida izohlaydi. V. V. Boyko tadqiqotlarida umumta'lim maktablarining 7300 nafar o'qituvchisi o'rganilgan bo'lib, ularning 29,4 foizida yurak-qon tomir tizimi patologiyasi xavfi ortgani, 57,8 foizida oshqozon-ichak traktida buzilishlar mavjudligi, 12,8 foizida esa miya qon tomir kasalliklari qayd etilgani aniqlangan. O'qituvchilarda 60–70 foiz hollarda nevroitik kasalliklar kuzatilgan [17; c. 137].

O'qituvchining nihoyatda yuqori mas'uliyati uning salomatligiga sezilarli ta'sir ko'rsatadi. Bunga ko'plab ijtimoiy, iqtisodiy, maishiy va fiziologik omillar sabab bo'ladi. Jumladan, ish kuni davomida ko'plab ijtimoiy aloqalarda bo'lish, talabalarning tinglash ko'nikmasi yetarli emasligi, hissiy bo'shshish imkoniyatining kamligi, jismoniy harakatsizlik, ko'rish, eshitish va ovoz apparatlariga tushadigan yuklamaning ortishi shular jumlasidandir. Professor-o'qituvchilarning psixik holati kasbiy faoliyat jarayonida jismoniy, emotsional va psixologik ta'sirlarga duch kelishi bilan xarakterlanadi.

Tadqiqotchi N. V. Bordovskaya o'z ilmiy izlanishlarida pedagoglar kasbiy faoliyatidagi psixoemotsional toliqish jismoniy toliqish bilan bog'liq holat ekanligini, natijada boshqalarga hamdardlik bildirish qobiliyatining pasayishi, yutuqlarga erishish istagining susayishi, ishdan qoniqish darajasining pasayishi, yuqori xavotirlanish, tashvishlanish va o'z kuchiga ishonchning kamayishi kabi holatlar yuzaga kelishini izohlaydi.

Hozirgi kunda Respublikamizda olib borilayotgan ta'lim islohotlari talaba-yoshlarimiz va pedagoglarimiz uchun ko'plab imkoniyatlarni ochib bermoqda. Pedagogik faoliyat samaradorligini oshirish, o'qituvchilarni qo'llab-quvvatlash va ularga yaqindan yordam berish kabi ishlar o'z samaralarini bermoqda.

Olib borilgan tadqiqotlarimiz doirasida turli ish stajiga ega bo'lgan professor-o'qituvchilarning shaxs xususiyatlari diagnostikasi so'rovnomasi natijalari tahlil qilindi. Umumiy mehnat stajlari bo'yicha taqqoslash natijalari raqobatlilik ko'rsatkichi standart me'yor bo'yicha o'rtacha miqdorda ekanligini ko'rsatdi. Ushbu shkala bo'yicha ahamiyatlilik darajasi va turli ish stajlari o'rtasida deyarli farq kuzatilmadi.

Turli ish stajiga ega bo'lgan pedagoglarning K. T. Tomas metodikasi shkalalari bo'yicha taqqoslash natijalari (Kruskal–Uollis H-mezi)

Shkalalar	1–5 yil (N=88)	6–10 yil (N=96)	10 yildan ortiq (N=96)	H	p
Raqobat	144,09	147,29	130,42	2,567	0,277
Hamkorlik	150,61	124,04	147,69	6,568	0,037*
Murosa	123,36	138,17	158,54	9,050	0,011*
Tortishuvchanlik	138,98	139,25	143,15	0,164	0,921
Moslashuvchanlik	132,27	142,54	146,00	1,512	0,469

Izoh: * — $p < 0,05$.

Hamkorlik shkalasi bo'yicha turli ish stajiga ega professor-o'qituvchilar ko'rsatkichlari o'rtasida statistik jihatdan ahamiyatli farq aniqlandi ($H=6,568$; $p < 0,05$). 1–5 yilgacha ish stajiga ega pedagoglarda hamkorlikka intilish yuqori bo'lib, o'rtacha rang ko'rsatkichi 150,61 ni tashkil etdi. Bu esa ushbu ish stajiga ega o'qituvchilar dastlabki yillarda mehnat faoliyatiga hamjihatlik va faollik bilan kirishishini, kasbiy faoliyatda jamoa bilan hamkorlikka intilishi yuqori ekanligini ko'rsatadi. Chunki ularning ish tajribasi hali yetarli darajada shakllanmagan bo'lib, ular ko'proq hamkorlik orqali kasbiy muhitga moslashishga harakat qiladilar.

Murosa qila olish shkalasi bo'yicha ham turli ish stajiga ega professor-o'qituvchilar

ko'rsatkichlari o'rtasida statistik jihatdan ahamiyatli farq kuzatildi ($H=9,050$; $p<0,05$). Ushbu shkala bo'yicha eng yuqori natija 10 yildan ortiq ish stajiga ega pedagoglarda qayd etildi. Bu ularda murosa qila olish xususiyati yaxshi rivojlanganligini ko'rsatadi. Shaxsiy va kasbiy rivojlanish omillarining o'zaro aloqadorligiga ko'ra, bunday pedagoglar jamoadoshlari va talabalar bilan faol munosabatga kirisha oladilar. O'n yildan ortiq ishlagan pedagoglar kasbiy faoliyat va shaxsiy hayotda o'z maqsad hamda g'oyalarini amalga oshirishga intiladilar, ijtimoiy vaziyatlarda murosali yondashuvni namoyon etadilar.

Tortishuvchanlik va moslashuvchanlik shkalalari bo'yicha turli ish stajiga ega pedagoglarning natijalari o'rtasida sezilarli tafovut aniqlanmadi. Bu esa oliy ta'lim professor-o'qituvchilarida jamoadoshlar bilan munosabatlarga oid omillar o'rtacha darajada namoyon bo'lishini hamda kasbiy faoliyat davomida o'zaro kelishuvni o'rnatish olish xususiyati mehnat stajiga bevosita bog'liq emasligini ko'rsatadi.

Xulosa qilib aytganda, professor-o'qituvchilarning psixoemotsional holati ularning kasbiy faoliyati samaradorligiga bevosita va kuchli ta'sir ko'rsatadi. Zamonaviy oliy ta'lim tizimi pedagoglardan yuqori ilmiy salohiyat, innovatsion yondashuv, ijtimoiy faollik va doimiy ravishda o'z ustida ishlashni talab etmoqda. Bu esa, o'z navbatida, kuchli psixologik zo'riqish, emotsional toliqish va kasbiy "so'nish" xavfini oshiradi.

Tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, pedagogik faoliyat "yordamchi kasblar" toifasiga kirgani sababli doimiy muloqot, mas'uliyat va yuqori talablar o'qituvchilarda stress, xavotir, emotsional charchoq hamda psixosomatik buzilishlarga olib kelishi mumkin. Ayniqsa, uzoq muddatli zo'riqish kasbiy qoniqishning pasayishi, motivatsiyaning susayishi va hamdardlik darajasining kamayishiga sabab bo'ladi.

O'tkazilgan tadqiqot natijalari ish stajiga qarab psixologik xususiyatlarda farqlar mavjudligini ko'rsatdi. 1–5 yilgacha ish stajiga ega pedagoglar hamkorlikka yuqori darajada intiluvchan bo'lib, jamoaga moslashish va tajriba orttirishga faol harakat qiladilar. 10 yildan ortiq ish stajiga ega pedagoglar esa murosa qila olish ko'nikmasi yuqori rivojlanganligi bilan ajralib turadi. Bu ularning kasbiy va shaxsiy yetuklik darajasini ko'rsatadi. Raqobat, tortishuvchanlik va moslashuvchanlik ko'rsatkichlari bo'yicha esa sezilarli farqlar aniqlanmadi.

Umuman olganda, psixoemotsional barqarorlik professor-o'qituvchining kasbiy muvaffaqiyati, sog'lom ijtimoiy munosabatlari va pedagogik mahoratini belgilovchi muhim omildir. Shu bois oliy ta'lim tizimida pedagoglarning psixologik salomatligini qo'llab-quvvatlash, stressni boshqarish ko'nikmalarini rivojlantirish, psixotrening va profilaktik dasturlarni joriy etish dolzarb ahamiyat kasb etadi. Sog'lom psixologik muhit — sifatli ta'lim va barkamol avlod garovidir.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR RO'YXATI

- 1- O'zbekiston Respublikasi Prezidentining 2019-yil 8-oktyabrdagi "O'zbekiston Respublikasi oliy ta'lim tizimini 2030-yilgacha rivojlantirish konsepsiyasi to'g'risida"gi PF-5847-son Farmoni. – URL: <https://lex.uz>
- 2- O'zbekiston Respublikasi Oliy Majlisi Qonunchilik palatasi tomonidan 2023-yil 2-mayda qabul qilingan "Pedagog xodimning maqomi to'g'risida"gi QL-1010-son qarori. – URL: <https://lex.uz>
- 3- Асмолов А. Г. Психология личности. – М.: Смысл: Академия, 2007. – 525 с.; Баранов А. А. Стрессоустойчивость и мастерство педагога. – Ижевск: Изд-во Удм. ун-та, 1997. – С. 98–99.
- 4- Бубнова С. С. Исследования индивидуальной структуры ценностных ориентаций личности // Психологический анализ учебной деятельности. – М., 1991. – С. 26–36.
- 5- Варданян Ю. В. Строение и развитие профессиональной компетентности специалиста с высшим образованием: дис. ... д-ра пед. наук. – М., 1999. – С. 45.
- 6- G'oziyev E. G'. Kasb psixologiyasi. – Toshkent, 2005. – 126 b.