

O‘QITUVCHI KASBINING PSIXOLOGIK QIYINCHILIKLARI

Boboxonova Shohida Qosimovna
Jizzax viloyat Jizzax shahar MMTB
tasarrufidagi 25-maktab psixologi

ANNOTATSIYA

Mazkur maqolada o‘qituvchi kasbida uchraydigan psixologik qiyinchiliklar, ularning sabablari hamda pedagog faoliyatiga ta’siri yoritiladi. Shuningdek, ushbu muammolarni bartaraf etishning samarali psixologik yo‘llari tahlil qilinadi.

Kalit so‘zlar: o‘qituvchi, psixologik qiyinchiliklar, stress, emotsional zo‘riqish, kasbiy charchash, muloqot, pedagogik faoliyat.

KIRISH

O‘qituvchilik kasbi jamiyatda eng muhim va mas’uliyatli kasblardan biri hisoblanadi. Ushbu kasb egalaridan nafaqat bilim berish, balki o‘quvchilarni tarbiyalash, ularning shaxs sifatida shakllanishiga hissa qo‘shish talab etiladi. Shu sababli o‘qituvchi faoliyati ko‘pincha turli psixologik qiyinchiliklar bilan kechadi.

O‘qituvchilar duch keladigan asosiy muammolardan biri — doimiy stress va emotsional zo‘riqishdir. Dars jarayonini samarali tashkil etish, o‘quvchilarning turli xulq-atvori bilan ishlash, ota-onalar bilan muloqot qilish o‘qituvchidan katta sabr va ruhiy barqarorlik talab qiladi.

Yana bir muhim muammo — kasbiy charchash (burnout) hisoblanadi. Uzoq vaqt davomida yuqori yuklama ostida ishlash, natijaning tez ko‘rinmasligi o‘qituvchida motivatsiyaning pasayishiga olib kelishi mumkin.

Muloqot bilan bog‘liq qiyinchiliklar ham muhim o‘rin tutadi. Har bir o‘quvchining individual xususiyatlari turlicha bo‘lgani sababli, ularga mos yondashuvni topish oson emas. Ba’zan ota-onalar bilan kelishmovchiliklar ham yuzaga keladi.

Shuningdek, o‘zini baholash bilan bog‘liq muammolar kuzatiladi. O‘qituvchi o‘z faoliyatini boshqalar bilan solishtirishi yoki yetarli darajada qadrlanmaslik hissini boshdan kechirishi mumkin.

Zamonaviy ta’lim tizimidagi o‘zgarishlar ham qo‘shimcha bosim keltirib chiqaradi. Yangi metodlar, texnologiyalar va hujjatlar bilan ishlash o‘qituvchidan doimiy rivojlanishni talab qiladi.

Ushbu qiyinchiliklarni bartaraf etish uchun bir qator psixologik choralar zarur. Avvalo, stressni boshqarish ko‘nikmalarini rivojlantirish muhim. Dam olish, vaqtni to‘g‘ri taqsimlash va psixologik mashqlar yordam beradi. Kasbiy qo‘llab-quvvatlash

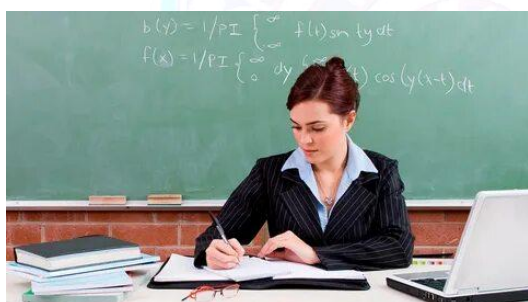
ham muhim. Hamkasblar bilan tajriba almashish, treninglarda ishtirok etish o'qituvchining motivatsiyasini oshiradi.

Ijobiy fikrlash va o'zini rivojlantirish muhim omil hisoblanadi. O'qituvchi o'z yutuqlarini qadrlashi va kichik natijalarni ham e'tirof etishi zarur. Yana bir muhim jihat — kommunikativ qiyinchiliklardir. O'qituvchi faqat o'quvchilar bilan emas, balki ularning ota-onalari, hamkasblari va maktab ma'muriyati bilan ham samarali muloqot olib borishi kerak. Har bir tomonning talablari, qarashlari va kutgan natijalari turlicha bo'lgani sababli, bu jarayonda ziddiyatlar yuzaga kelishi mumkin. Bunday vaziyatlarda o'qituvchidan yuqori darajadagi sabr-toqat, murosaga kelish va psixologik barqarorlik talab etiladi.

O'qituvchilik faoliyatida kasbiy kuyish (emotsional yonib ketish) xavfi ham mavjud. Doimiy stress, yuqori yuklama, vaqt yetishmasligi va mehnat natijasining darhol sezilmasligi o'qituvchini ruhiy jihatdan holdan toydirishi mumkin. Bu holat o'z navbatida ish samaradorligining pasayishiga, kasbga bo'lgan qiziqishning yo'qolishiga olib keladi.

Shuningdek, o'qituvchidan doimiy ravishda o'z ustida ishlash, bilimni yangilab borish, zamonaviy pedagogik va psixologik metodlarni o'zlashtirish talab etiladi. Bu esa intellektual bosimni yuzaga keltiradi. Axborot oqimining tezligi va ta'lim tizimidagi o'zgarishlar o'qituvchini moslashuvchan bo'lishga majbur qiladi, bu esa ba'zan qiyinchilik tug'diradi.

O'qituvchi kasbi yuqori darajadagi psixologik tayyorgarlikni talab qiladigan murakkab kasblardan biridir. Ushbu qiyinchiliklarni yengib o'tishda psixologik savodxonlikni oshirish, stressni boshqarish ko'nikmalarini rivojlantirish, hamkasblar bilan o'zaro qo'llab-quvvatlash muhitini yaratish va o'z vaqtida dam olish muhim ahamiyatga ega.



O'qituvchi kasbi - insoniyat tarixidagi eng qadrlil va mas'uliyatli kasblardan biridir. U inson ongi, tafakkuri va qalbiga ta'sir etuvchi, jamiyatning ma'naviy salohiyatini belgilaydigan muqaddas soha hisoblanadi. O'qituvchi - bilim manbai, tarbiyachi va yo'l boshchi sifatida kelajak avlodning shakllanishida hal qiluvchi o'rin tutadi.

Bugungi kunda ta'lim tizimidagi yangilanishlar, innovatsion texnologiyalar va raqamli dunyo talabi pedagog shaxsiga bo'lgan talabni yanada oshirmoqda.

O'qituvchi kasbinin g mohiyati

O'qituvchi - bu faqat dars beruvchi emas, balki **shaxsni shakllantiruvchi ijtimoiy yetakchi, axloqiy namuna** va **ijodkordir**. Uning faoliyati bilim berish, ko'nikma shakllantirish, ma'naviy qiymatlarni singdirish va o'quvchilarda mustaqil fikrlash qobiliyatini rivojlantirishga qaratilgan.

O‘qituvchilik - bu jonli jarayon bo‘lib, unda bilim berish bilan bir qatorda ruhiyat, hissiyot, munosabat va ishonch muhim o‘rin tutadi.

O‘qituvchi kasbining ijobiy jihatlari

1.Ma’naviy qoniqish va sharaf

- ❖ O‘qituvchi o‘z mehnati natijasini insondagi o‘zgarish orqali ko‘radi.
- ❖ Uning mehnati - kelajakka investitsiya, chunki har bir shogird uning davomchisidir.

2.Jamiyatdagi nufuzli o‘rin

- ❖ O‘qituvchi har doim jamiyatda hurmatga sazovor shaxs bo‘lib kelgan.
- ❖ Uning so‘zi, fikri va tajribasi jamiyat fikriga ta’sir qiladi.

3.Intellektual rivojlanish imkoniyati

- ❖ O‘qituvchi doim o‘qishga, izlanishga va o‘z ustida ishlashga majbur.
- ❖ Bu uning doimiy rivojlanishini, fikrlash qobiliyatini oshirishini ta’minlaydi.

1. Odamlar bilan muloqot va ijtimoiy faollik

- ✓ O‘qituvchi har kuni turli yoshdagi insonlar bilan muloqot qiladi, bu esa uning nutq madaniyati va kommunikatsiya ko‘nikmalarini boyitadi.

2. Jamiyatga xizmat qilish imkoniyati

- ✓ O‘qituvchi o‘z mehnati orqali millatning ma’naviy salohiyatini, kelajak avlodning bilim darajasini belgilaydi.

O‘qituvchi kasbining salbiy tomonlari

1. Katta mas’uliyat va ruhiy yuklama

Har bir o‘qituvchi ko‘p sonli o‘quvchilar uchun mas’ul. Bu doimiy ruhiy va hissiy bosimni keltirib chiqaradi.

2. Vaqt yetishmasligi

o Darsdan tashqari tayyorgarlik, xujjatbozlik, sinfdan tashqari tadbirlar o‘qituvchidan ko‘p vaqt talab qiladi.

3. Qiyin bolalar bilan ishlash muammolari

o Har bir o‘quvchida xarakter, qobiliyat va ruhiy holat turlicha bo‘ladi. Barchasiga mos yondashuv topish oson emas.

4. Ayrim hollarda moddiy qiyinchiliklar

o Ayrim mamlakatlarda pedagog mehnatiga munosib haq to‘lanmasligi uning ijtimoiy mavqeiga ta’sir qilishi mumkin.

5. Yangiliklarga tez moslashish zarurati

o Ta’lim tizimi tez o‘zgarmoqda. Yangi dasturlar, texnologiyalar, standartlar doim o‘qituvchidan yangilikka ochiq bo‘lishni talab qiladi.

Kimlar o‘qituvchi bo‘lishlari mumkin?

O‘qituvchi bo‘lish - faqat ma’lumot emas, **qalbdagi chaqiriq** hamdir. Bu kasbni tanlaydigan insonda quyidagi sifatlar bo‘lishi kerak:

- ✚ Bolalarni yaxshi ko‘radi va ular bilan muloqot qilishni xoxlaydi;
- ✚ Sabr-toqatli, mulohazali va mas’uliyatli;
- ✚ Bilimga chanqoq, izlanuvchan va yangilikka ochiq;
- ✚ Tinglash, tushunish va yordam berish qobiliyati yuqori;
- ✚ Ruhiy barqaror va ijobiy energiyaga ega;
- ✚ Boshqalar uchun namuna bo‘lishni xohlaydi.

O‘qituvchiga qo‘yiladigan zamonaviy talablar

Bugungi kunda o‘qituvchi faqat bilim beruvchi emas, balki **innovatsion fikrlovchi, axborot texnologiyalaridan foydalanuvchi, tarbiyachi va menejer** ham bo‘lishi lozim.

Quyida zamonaviy pedagogga qo‘yiladigan asosiy talablar keltirilgan:

1. **Pedagogik kompetensiya** – o‘qitish metodikasini, didaktika va psixologiyani yaxshi bilish.
2. **Axborot-kommunikatsiya ko‘nikmalari (AKT)** – raqamli platforma, onlayn dars, interaktiv usullarni qo‘llay bilish.
3. **Kommunikativ qobiliyat** – o‘quvchi, ota-ona va hamkasblar bilan samarali muloqot qilish.
4. **Kreativlik** – dars jarayonini qiziqarli, interaktiv va ijodiy tashkil etish.
5. Emotsional barqarorlik va stressni boshqarish mahorati.
6. Mustaqil qaror qabul qilish va jamoada ishlash qobiliyati.
7. Pedagogik etika va axloq qoidalariga rioya qilish.

O‘qituvchida bo‘lishi kerak bo‘lgan asosiy ko‘nikmalar

- ✚ Tushuntirish va so‘zlash madaniyati (aniq, ta’sirli va ishonarli nutq);
- ✚ Bolalar psixologiyasini bilish va individual yondashuv ko‘rsata bilish;
- ✚ Ta’lim jarayonini rejalashtirish va baholash ko‘nikmasi;
- ✚ Konfliktlarni hal qilish va ruhiy qo‘llab-quvvatlash qobiliyati;
- ✚ Ilg‘or pedagogik texnologiyalarni qo‘llash ko‘nikmasi;
- ✚ Jamoada ishlash va yetakchilik salohiyati.

XULOSA

Xulosa qilib aytganda, o‘qituvchi kasbining psixologik qiyinchiliklari tabiiy hol bo‘lib, ularni to‘g‘ri boshqarish orqali samarali pedagogik faoliyat olib borish mumkin. Ruhiy barqarorlik va kasbiy rivojlanish o‘qituvchining muvaffaqiyat kalitidir.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR RO‘YXATI:

1. Karimova V.M. Psixologiya. – Toshkent: O‘zbekiston Faylasuflari Milliy jamiyati nashriyoti, 2017.

2. G‘oziev E.G. Umumiy psixologiya. – Toshkent: O‘qituvchi, 2012.
3. Mahmudov N. Pedagogik psixologiya asoslari. – Toshkent: Fan va texnologiya, 2015.
4. Hasanboyev J., To‘xtamishev S. Pedagogika. – Toshkent: Noshir, 2018.
5. Ibragimov X.I. Ta‘lim tizimida psixologik xizmat. – Toshkent: O‘qituvchi, 2014.
6. O‘zbekiston Respublikasi “Ta‘lim to‘g‘risida”gi Qonuni. – Toshkent, 2020.
7. O‘zbekiston Respublikasi Prezidentining ta‘lim va kasb-hunar ta‘limi tizimini rivojlantirishga oid qarorlari va farmonlari.
8. Pedagogik va psixologik jurnal materiallari: “Xalq ta‘limi”, “Pedagogik ta‘lim”, “Psixologiya va ta‘lim”.