

**PROFESSOR-O‘QITUVCHILARNI KASBIY PYEDAGOGIK
FAOLIYATI DAVOMIDA EMOTSIONAL HOLATINING XULQ-
ATVORIGA TA’SIRINI O‘RGANISH**

A.A. Bozorov

*O‘ZDITU, Pedagogika va psixologiya kafedrası
katta o‘qituvchisi*

Zamonaviy o‘qituvchilarning xulq-atvori ko‘pincha yuqori zo‘riqish bilan xarakterlanadi. Buning oqibatida qo‘pollik, o‘zini tuta olmaslik, baqirishlar, o‘quvchilarni uyaltirishlar kelib chiqadi. O‘qituvchining agressiv reaksiyasi pedagogik faoliyatga zid bo‘lib, ko‘pincha o‘quvchilarni nevrotizatsiyasiga olib keladi.

Pedagogik faoliyatda zo‘riqish holatlariga tayyor turishni shakllantirish zarur va bunga ko‘pincha pedagogik vazifalarni, muammolarni yechish malakasini rivojlantirish yordam beradi. Ziddiyatli vazifalarni tahlil qilish bo‘lajak pedagoglarga kelajakdagi faoliyatlarida sodir bo‘ladigan zo‘riqish vaziyatlariga tayyor turishni o‘rgatadi.

Bo‘lajak pedagoglarni ziddiyatlarni konstruktiv yechish vositalariga o‘rgatish zarur. Bolaning shaxsiy o‘sishi va tarbiyaning gumanistik tizimiga qaratilgan metodlarga bolalar bilan o‘zaro munosabatni demokratlashtirishga o‘rgatish kerak. Ziddiyatli vaziyatning to‘g‘ri yechimini topish -uni ijodiy vazifa sifatida qabul qilishni, o‘z pozitsiyasini qayta o‘ylab chiqishni, tomonlarning o‘zaro yaqinlashuvi natijasida muloqotni uyg‘unlikka keltirishni nazarda tutadi.

Destruktiv ziddiyatlar psixologik himoya mexanizmini ishlatish bilan xarakterlanadi. Ziddiyatni bunday yechish vositasida hamma kuchlar ziddiyat sababini yo‘qotishga emas, balki o‘z “Men”ini saqlab qolishga qaratilgan bo‘ladi (boshqalarni ayblash, “ziddiyatdan chiqib ketish”, ongimizdan yoqimsiz axborotni chiqarib tashlash va boshqalar).

Destruktiv aksiyalar faqat yuzaki yarashishni hosil qiladi va o‘quvchilarni tashqi tartibga keltiradi. Ular o‘quvchilarning ajralishiga va o‘quvchining shaxsiy obro‘si yo‘qolishiga olib kelishi mumkin. Pedagogik faoliyatda ko‘pincha psixologik himoya shakllaridan quyidagi “Repressiv metodlar” ishlatiladi. O‘quvchiga nisbatan-yomon “baho”lar qo‘yish, kundalikka yozish, xayfsan e‘lon qilish, unga nisbatan nasihatlar, ota-onalar, ma’muriyat orqali turli sanksiyalar qo‘yish.

Destruktiv ziddiyatlar odatda pedagogda emosional holatning pastligi, egosentrik yo‘nalishning yuqori bo‘lishi, o‘z-o‘zini to‘g‘ri baholamasligi, boshqa odamlarning salbiy tomonlariga munosabati bilan bog‘liq bo‘ladi. Juda ko‘p ziddiyatlar o‘qituvchining o‘z o‘quvchilariga nisbatan e‘tiborsiz munosabati, birgalikdagi faoliyatda o‘quvchini teng ko‘rmasligi, o‘quvchi bilan hamkorlikda teng muloqot qila olmasligidan kelib chiqadi.

Professor-o‘qituvchilar murakkab psixologik vaziyatlarda psixologik himoyaviy texnikaning ko‘pligi va buning oqibatida emosional zo‘riqish va diskomfortning o‘ssishi, pedagogik muloqotda konstruktiv bo‘lmagan mexanizmlar harakatining oldini olish va profilaktikasiga zaruriyatni keltirib chiqaradi. Bu bo‘lajak o‘qituvchilarni oliy o‘quv yurtida va malaka oshirish institutida ta’lim berish mobaynida maxsus o‘qitish orqali amalga oshirilishi mumkin.

Psixologik tadqiqotlarda ko‘plab psixolog olimlarning tadqiqotlarida Spilberg metodikasi bo‘yicha “O‘qituvchilarning 80% dan ortig‘i zo‘riqish holatining yuqori darajasida bo‘lganlar” 60% esa doimiy zo‘riqishda. Bu juda xavotirli asoslar ular birinchi navbatda kasbiy layyoqatsizlikni bildiradi. Undan tashqari bunday natijalar keksa pedagoglarda emas, balki pedagogik faoliyatiga endi 10-15 yil bo‘lganlarda aniqlangan. Bizlarga ma’lumki, Hech kimga sir emas, o‘qituvchi kasbi stressogen razryadga taalluqli bo‘lib, undan o‘zini boshqarish va o‘zini tutishda katta mehnat va kuch talab qiladi. Faqat 34% o‘qituvchigina psixologik yaxshi zonada turishadi. Ular hayotning salbiy ta’sirlariga yetarlicha javob qaytara oladilar. O‘qituvchilarning 40%ga yaqini o‘rtacha asab buzilishlariga ega ekanligi tadqiqotlarda asoslab kelinmoqda. Ularga maxsus psixologik yordam zarurligi, psixofiziologik charchoq-ruhiyat va tananing birinchi turtkisi ekanligi, u asta-sekinlik bilan to‘xtovsiz psixologik va tana depressiyasiga olib kelishi albatta ta’lim sifatiga o‘z ta’sirini ko‘rsatadi. Bu bugungi kunning eng qo‘rqinchli kasalligidir.

Professor-o‘qituvchilarni kasbiy pyedagogik faoliyati bu ta’lim maqsadlarini amalga oshirishga qaratilgan ijtimoiy faoliyatning aloxida turi hisoblanadi.

O‘qituvchining hissiy charchashi - bu travmatik ta’sirlarga javoban hissiyotlarni to‘liq yoki qisman istisno qilish shaklida shaxs tomonidan ishlab chiqilgan psixologik himoya mexanizmining bir turidir.

Psixologiya tadqiqotlarda nerv-psixik holatning yuqori chuqqilarini ingliz tilida shu «Burnout» ya’ni “Yonish” tushunchalari bilan belgilab o’tmoqda, rus tilidagi psixologik adabiyotlarda "Tuyganlik" yoki "Yonish" deb tarjima qilingan atamasi paydo bo’ldi.

V.V. Boyko o’z tadqiqotlarida shaxsdagi psixologik yonish holati to’liq shaklda ishlab chiqilgan psixologik himoya mexanizmi yoki tanlangan psixotravmatikaga javoban his-tuyg’ularni qisman chiqarib tashlashi- deb ta’kidlab o’tgan edi.

V.V.Boyko tomonidan o’rganilgan tadqiqotlarda, umumta’lim maktablar 7300 nafar o’qituvchilaridan 29,4%i yurak-qon tomir tizimi patologiyasining ortish xavfi, 57,8%i oshqozon-ichak traktida buzilishlarga ega ekanligi, miya qon tomir kasalliklari 37,2% da qayd etganligini aniqlab bergan. O’qituvchilarda 60-70% hollarda nevroitik kasalliklar aniqlangan. O’qituvchilar nihoyatda yuqori mas’uliyat uning salomatligiga yaxshigina ta’sirin ko’rsatishini boshqada omillarini ko’rsatib o’tadi. Jumladan ular: ko’plab ijtimoiy, iqtisodiy, uy-joy va fiziologik omillar: ish kuni davomida ko’plab ijtimoiy aloqalar, talabalarni tanlay olmaslik, hissiy bo’shashmaslik, jismoniy harakatsizlik, vizual, eshitish va ovozli apparatlarga yukning ortishi va boshqalar [1].

Professor-o’qituvchilarni nerv-psixik holati kasbiy faoliyati yuzasidan jismoniy, emosional va psixologik ta’sirlarga egaligi bilan xarakterlanadi. Kasbiy faoliyatda psixologik emosional charchoqlar jismoniy charchoq bilan tavsiflangan holat bo’lib, natijada boshqalarga hamdardlikni his qilish qobiliyatining pasayishiga olib kelishi, yutuqlarga erishishni xohlamasligi, ishdan qoniqishning past darajasi, yuqori darajadagi xavotirlanish, tashvishlanish, o’z kuchiga ishonchning pasayib borishi kabilar bilan ta’riflanadi.

Hozirgi kunda Respublikamizda olimb borilayotgan ta’lim islohotlari talaba yoshlarimizga va pedagoglarimizga ham ko’plab imkoniyalarni ochib bermoqda. Pedagogik faoliyat samaradorligi, o’qituvchilarni qullab-quvvatlash, ularga yaqindan yordam berish kabi ishlar samaralari o’z ko’rsatkichlariga ega albatta.

Foydalanilgan adabiyotlar:

1. Бойко В.В. Энергия эмоций в общении: взгляд на себя и других. – М.: Информац. Изд. Дом Филлин, 1996. – 256 с.

2. Шарипова Ш.С. Профессиональная педагогическая компетентност учителя // Молодой ученый. – 2017. – №11. – С. 511-514.

3. <https://niidpo.ru/blog/kak-ne-peregoret-profilaktika-i-lechenie-professionalnogo-vigoraniya-u-pedagogo>