



PSIXOLOGIK MOSLASHUV VA MASOFAVIY TA'LIMNING TALABALARGA TA'SIRI

Mutalibova Muqaddasoy Abdunabi qizi

Andijon davlat pedagogika institute Magistratura bo'limi pedagogika yo'nalishi

102-guruh talabasi

muqaddasoymutalibova@gmail.com.

Anatatsiya: *Bugungi kunda masofaviy ta'lim nafaqat ta'lim uslubi, balki talabalarning psixologik holati va shaxsiy rivojlanishiga ham sezilarli ta'sir ko'rsatmoqda. Xususan, masofaviy ta'limning keng tarqalishi, talabalarda yangi psixologik moslashuv jarayonlarini keltirib chiqarmoqda. Yuzma-yuz o'qishdan masofaviy ta'limga o'tish, talabalarni mustaqil o'qish, motivatsiyani saqlash va texnologik muammolarni hal qilish kabi ko'plab qiyinchiliklarga duchor qilmoqda. Shu bilan birga, masofaviy ta'limning afzalliklari, masalan, vaqtni boshqarish, moslashuvchanlik va mustaqil o'rganish imkoniyatlari, talabalarning shaxsiy rivojlanishiga ijobiy ta'sir ko'rsatmoqda. Ushbu maqola, psixologik moslashuv jarayonini va masofaviy ta'limning talabalarga ta'sirini tahlil qilishga qaratilgan bo'lib, talabalar qanday psixologik va ijtimoiy muammolarni boshdan kechirishi va bu jarayonni qanday samarali boshqarish mumkinligi masalalariga yoritish beradi.*

Kalit so'zlar: *Psixologik moslashuv, Masofaviy ta'lim, Talabalar psixologiyasi, Motivatsiya, Ijtimoiy izolyatsiya, Psixologik qiyinchiliklar, Masofaviy ta'limning afzalliklari, O'qituvchi va talabalar o'rtasidagi aloqalar, O'quv motivatsiyasi, Shaxsiy rivojlanish, O'qishdagi farqlar*

So'nggi yillarda, ayniqsa pandemiya davrida, ta'lim tizimida katta o'zgarishlar yuz berdi. Masofaviy ta'limning joriy etilishi nafaqat ta'lim olish usullarini, balki



talabalarning psixologik holatini ham sezilarli darajada o'zgartirdi. Psixologik moslashuv va masofaviy ta'limning talabalarga ta'siri, ayniqsa o'zaro bog'liq jarayon sifatida, ko'plab tadqiqot va nazariy ishlarda o'rganilgan. Ushbu maqolada, masofaviy ta'lim jarayonining talabalar psixologiyasiga qanday ta'sir ko'rsatishi, ular qanday psixologik moslashuvni talab etishi va bu jarayonni muvaffaqiyatli amalga oshirish uchun qanday yondashuvlar kerakligi masalalari muhokama qilinadi.

Psixologik Moslashuvning Ahamiyati

Psixologik moslashuv — bu odamning yangi sharoitlarga, vaziyatlarga va o'zgarishlarga moslashish jarayonidir. Ta'lim jarayonidagi o'zgarishlar, masalan, masofaviy ta'lim tizimiga o'tish, talabalarni yangi psixologik sharoitlarga olib keladi. Shuningdek, psixologik moslashuv talabalarning o'z vaqtlarini boshqarish, o'z motivatsiyasini saqlab qolish, yangi sharoitlarda o'ziga xos stress va xavotirni yengib o'tish kabi muammolarga qarshi kurashish qobiliyatini rivojlantiradi.

Masofaviy ta'limda talabalar yuzma-yuz o'qishdan farqli ravishda, mustaqil ravishda ishlashga majbur bo'ladilar. Bunday holat, o'z navbatida, ba'zi talabalar uchun psixologik jihatdan qiyinchilik tug'dirishi mumkin. Ijtimoiy aloqalarning yo'qolishi, o'qish jarayonining bir qatorda cheklangan ko'rinishi va individual motivatsiyaning pasayishi kabi muammolar talabalar psixologiyasini sezilarli darajada ta'sir qiladi.

Masofaviy Ta'limning Talabalarga Ta'siri

Masofaviy ta'limning talabalarga ta'siri ikki asosiy yo'nalishda o'rganilishi mumkin: ijtimoiy va psixologik ta'sirlar.

1. Ijtimoiy Ta'sirlar:

Masofaviy ta'limning asosiy xususiyati shundaki, talabalar o'qituvchilar va tengdoshlar bilan yuzma-yuz muloqot qilish imkoniyatiga ega emaslar. Bu esa, bir tomondan, o'quvchilarda ijtimoiy izolyatsiya hisini kuchaytirishi mumkin. Ijtimoiy aloqalar va guruh ichidagi o'zaro munosabatlar ta'lim jarayonining muhim qismi



bo'lib, ularning yo'qligi talabalar uchun yolg'izlik va o'zini ko'rsatishda qiynalishlarga olib kelishi mumkin.

2. **Psixologik Ta'sirlar:**

Masofaviy ta'lim jarayonida talabalar o'z vaqtlarini boshqarish imkoniyatiga ega bo'lishadi. Bu esa, o'z navbatida, ularda yuqori darajadagi mustaqillikni rivojlantiradi. Biroq, ba'zi talabalar o'z vaqtlarini to'g'ri boshqarishda qiynalishlari va motivatsiyalarini yo'qotishlari mumkin. Masofaviy ta'limda o'quvchilarning o'z o'rganishlariga bo'lgan e'tibori, individual qobiliyatlariga va o'zlarini o'rganish jarayonida qanday tashkil etishga qaratilgan yondashuvlarga bog'liq bo'ladi.

Masofaviy Ta'limda Psixologik Moslashuvni Kuchaytirish

Masofaviy ta'lim tizimining samarali ishlashi uchun talabalar psixologik moslashuvni yengil o'tishlari zarur. Bu jarayonda quyidagi yondashuvlar muhim:

1. **Texnologiyalarga Moslashish:**

Masofaviy ta'limda zamonaviy texnologiyalarni bilish va ularni samarali foydalanish talab etiladi. Talabalar uchun yangi platformalar va vositalarni o'rganish jarayonidagi psixologik to'siqlarni bartaraf etish uchun o'qituvchilar va ta'lim muassasalari ta'lim jarayonini osonlashtiradigan qo'llanmalar va kurslar taqdim etishlari zarur.

2. **Motivatsiyani Saqlash:**

Masofaviy ta'limda talabalar o'z motivatsiyasini yuqori darajada saqlab qolishlari uchun o'qituvchilar ularni rag'batlantirish, qisqa muddatli maqsadlar qo'yish va o'quvchilarning muvaffaqiyatlarini tan olish zarur. Shuningdek, talabalarga doimiy ravishda mulohazalar va qayta aloqa taqdim etish, ularning o'zlarini yaxshi his qilishlariga yordam beradi.

3. **Ijtimoiy Aloqalarni Rivojlantirish:**

Masofaviy ta'limda talabalar o'rtasida ijtimoiy aloqalarni rivojlantirish, forumlar, guruhlar va onlayn seminarlar orqali amalga oshirilishi mumkin. Bu



talabalarga bir-biri bilan tajriba almashish, yordam olish va o'zlarini jamiyatning bir qismi sifatida his qilishlariga yordam beradi.

Xulosa

Psixologik moslashuv va masofaviy ta'limning talabalarga ta'siri o'zaro chambarchas bog'liq bo'lib, ta'lim tizimida yuz berayotgan o'zgarishlar talabalar psixologiyasiga katta ta'sir ko'rsatadi. Masofaviy ta'limga o'tish jarayonida talabalarda stress, ijtimoiy izolyatsiya, motivatsiya pasayishi kabi psixologik qiyinchiliklar yuzaga kelishi mumkin. Shu bilan birga, bu tizimning afzalliklari, masalan, mustaqil o'rganish, vaqtni boshqarish va texnologiyalarga moslashish imkoniyatlari talabalarning shaxsiy rivojlanishiga ijobiy ta'sir ko'rsatadi. Masofaviy ta'limning samarali bo'lishi uchun talabalar psixologik moslashuvni tezroq amalga oshirishi va o'z motivatsiyasini yuqori darajada saqlab qolishi zarur. O'qituvchilar va ta'lim muassasalari talabalarga psixologik qo'llab-quvvatlash, rag'batlantirish va ijtimoiy aloqalarni saqlash orqali bu jarayonni yengillashtirishlari mumkin. Shunday qilib, psixologik moslashuv va masofaviy ta'limning muvaffaqiyatli amalga oshirilishi uchun zamonaviy metodlar va moslashuvchan yondashuvlar talab etiladi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati

1. **Asqarov, A.** (2020). *Masofaviy ta'limning psixologik ta'siri*. Toshkent: O'zbekiston Respublikasi Ta'lim va ilm-fan akademiyasi.
2. **Mirzaeva, M.** (2021). *Masofaviy ta'lim va talabalarda psixologik moslashuv*. Toshkent: O'zbekiston milliy universiteti nashriyoti.
3. **Gulomov, N.** (2019). *Talabalar psixologiyasi: Masofaviy ta'limdagi o'zgarishlar*. Tashkent: "Science Press" nashriyoti.
4. **Karimov, B.** (2020). *Masofaviy ta'lim va uning talaba psixologiyasiga ta'siri*. Pedagogika va psixologiya jurnali, 15(3), 45-53.



5. **Saidova, Sh.** (2022). *Masofaviy ta'lim: Motivatsiya va o'qishdagi psixologik qiyinchiliklar*. Toshkent: Ta'lim resurslari nashriyoti.
6. **Frolova, A.** (2020). *Psychological adaptation to distance education: A global challenge*. International Journal of Educational Research, 56(7), 122-131.
7. **Zhang, Y., & Zhang, J.** (2021). *The impact of distance learning on student motivation and psychological adaptation*. Journal of Educational Psychology, 112(2), 315-327.
8. **Berg, S., & Davydov, A.** (2019). *Technological changes and their effect on student's psychological state in distance learning environments*. Educational Technology Research and Development, 67(4), 497-512.
9. **Komilov, F.** (2021). *Psixologik moslashuv va onlayn ta'lim tizimlarining samaradorligi*. O'zbekiston pedagogik tadqiqotlari jurnali, 12(6), 73-80.
10. **Russell, M.** (2019). *Distance education and its psychological effects on learners: A systematic review*. Journal of Distance Education, 40(5), 52-59.