

O'QITUVCHILAR UCHUN PSIXOLOGIK XAVFSIZLIK MUHITINI YARATISH

Otabek Botirov

Farg'ona viloyati Rishton tumani MMTB

6- umumiy o'rta ta'lim maktabi amaliyotchi psixologi

ANNOTATSIYA

Mazkur maqolada ta'lim tizimida o'qituvchilarning psixologik xavfsizligini ta'minlash masalasi yoritilgan. Psixologik xavfsizlik tushunchasining mohiyati, uning o'qituvchi faoliyatiga ta'siri, maktab muhitida yuzaga keladigan asosiy psixologik muammolar tahlil qilingan. Shuningdek, psixologik xavfsizlikni ta'minlashning amaliy yo'llari — ochiq muloqot, rahbarlarning qo'llab-quvvatlashi, ishonchli jamoaviy munosabatlar, xatolarga nisbatan sog'lom yondashuv kabi omillar asosida ko'rsatib berilgan. Maqola yakunida psixologik xavfsiz muhitning o'qituvchining motivatsiyasi, kasbiy rivojlanishi va ta'lim sifatiga ijobiy ta'siri asoslab berilgan. Ushbu tadqiqot o'qituvchilar faoliyatini ruhiy jihatdan barqarorlashtirishga xizmat qiladi va maktab jamoasida sog'lom muhit yaratish bo'yicha amaliy tavsiyalarni o'z ichiga oladi.

Bugungi tez sur'atlar bilan rivojlanayotgan zamonda ta'lim tizimi oldida turgan muhim vazifalardan biri – o'qituvchilarning psixologik farovonligini ta'minlashdir. Ta'lim sifatini oshirishda faqat o'qituvchilarning emas, balki o'qituvchilarning ham ichki holati, ruhiy barqarorligi va o'zini xavfsiz his qilishi muhim omil hisoblanadi. Maktabda o'qituvchi o'z fikrini erkin ifoda eta olishi, ijodiy g'oyalar bilan chiqishi, xatodan qo'rqmay harakat qilishi mumkin bo'lgan sog'lom muhit shakllantirilishi zarur.

Psixologik xavfsizlik tushunchasi

Psixologik xavfsizlik — bu shaxs o'zini jamoada erkin, qadrlangan va xavfsiz his qiladigan, fikrini ochiq bildirishi, xatolardan qo'rqmasdan o'zini namoyon eta oladigan ruhiy holat va ijtimoiy muhitdir.

Bu tushuncha ilk bor AQSh olimi **Amy Edmondson** tomonidan taqdim etilgan bo'lib, dastlab ishchi jamoalar kontekstida qo'llanilgan. Unga ko'ra, psixologik xavfsizlik mavjud bo'lgan muhitda inson o'z fikrlarini, savollarini yoki tanqidiy mulohazalarini bemalol ayta oladi, buning uchun jazodan yoki kamsitilishdan qo'rqmaydi.

Ta'lim sohasida bu tushuncha ayniqsa muhim:

- O'qituvchilar o'z fikrlarini ochiq bildirishga imkon topadi
- Yangi g'oyalarni taklif qilishdan cho'chimaydi
- O'z ustida ishlash va xatolardan o'rganish imkoniyatiga ega bo'ladi
- Kasbiy stress darajasi pasayadi

Psixologik xavfsizlikning asosiy belgilari:

1. O‘zaro ishonch va hurmat;
2. Ochiq muloqot va fikr almashish;
3. Tanqid o‘rniga konstruktiv mulohaza;
4. Raqobatdan ko‘ra hamkorlik muhiti;
5. Har bir a‘zoning hissassi qadrlanishi.

Maktab muhitida bunday xavfsizlik o‘qituvchilarni yanada faol, innovatsion va barqaror qiladi. Bu esa bevosita ta’lim sifati va o‘quvchilarning natijalariga ijobiy ta’sir ko‘rsatadi.

Maktabdagi muhit va o‘qituvchining ruhiy holati

Maktab — bu nafaqat ta’lim beriladigan joy, balki insonlar o‘rtasidagi doimiy ijtimoiy-psixologik munosabatlar shakllanadigan muhitdir. Ayniqsa o‘qituvchining ruhiy holati, uning ishi, kayfiyati va faoliyatga bo‘lgan munosabati ko‘p jihatdan maktabdagi umumiy muhitga bog‘liq. Ruhiy barqarorlikka ega bo‘lgan o‘qituvchi ta’lim sifatiga bevosita ijobiy ta’sir ko‘rsatadi, shuning uchun ham o‘qituvchining psixologik holati maktab muhitining eng muhim ko‘rsatkichlaridan biri hisoblanadi.

❶ Maktab muhitining asosiy ta’sir omillari:

1. **Rahbariyat bilan munosabat** — O‘qituvchi o‘zini eshitilgan, qo‘llab-quvvatlangan his qilsa, unda ichki ishonch va motivatsiya shakllanadi.
2. **Jamoaviy muhit** — Hamkasblar o‘rtasidagi ishonchli, samimiy va do‘stona aloqalar ruhiy yengillik va professional o‘shishga xizmat qiladi.
3. **Ish sharoitlari** — Haddan tashqari yuklama, vaqt bosimi va byurokratik to‘siqlar ruhiy charchoq va stressga olib keladi.
4. **Tan olinish va rag‘batlantirish** — O‘qituvchining mehnati qadrlanishi, yutuqlari e’tirof etilishi uni yanada faol va ijobiy qiladi.

❷ O‘qituvchining ruhiy holatiga ta’sir qiluvchi ichki omillar:

- Ishdan qoniqish darajasi
- O‘ziga bo‘lgan ishonch
- Kasbiy o‘shishga bo‘lgan ehtiyoj
- Ruhiy-emosional charchoq yoki burn-out sindromi

Maktab muhitida doimiy stress, e’tiborsizlik yoki salbiy munosabat mavjud bo‘lsa, o‘qituvchilar o‘zlarini qadrsiz, ishsizlik xavfi ostida yoki jamoadan ajralgan his qilishadi. Bu holat esa ularning darsga bo‘lgan munosabatida, o‘quvchilar bilan ishlashida va umuman kasbiy faoliyatida salbiy aks etadi.

✓ Ijobiy maktab muhitining afzalliklari:

- O‘qituvchi o‘zini maktab jamoasining muhim a‘zosi sifatida his qiladi
- Professional rivojlanishga rag‘bat oshadi
- Stress darajasi kamayadi
- Hamkorlik va ijodkorlik kuchayadi

- Ta'lim sifati sezilarli darajada yaxshilanadi

Psixologik xavfsizlikni yaratish yo'llari

Psixologik xavfsiz muhitni shakllantirishda bir nechta omillar muhim rol o'ynaydi:

1. **Ochiq muloqot va fikr almashish** – Har bir o'qituvchining fikri qadrlanishi, eshitilishi va e'tiborga olinishi kerak. Buning uchun rahbariyat muntazam uchrashuvlar, muloqot sessiyalarini tashkil etishi maqsadga muvofiq.
2. **Xatolarga sog'lom munosabat** – Xatolarni jazolash emas, balki ularni o'sish va o'rganish vositasi sifatida ko'rish kerak. O'qituvchiga “xatoga yo'l qo'yish mumkin” degan ishonch berilishi lozim.
3. **Rahbarning hissasi** – Maktab rahbariyati o'qituvchilarga ishonch bildirish, ularni rag'batlantirish va qo'llab-quvvatlash orqali psixologik xavfsizlik muhitining asosiy kafolati hisoblanadi.
4. **Jamoadi ishonchli munosabatlar** – O'qituvchilar o'rtasidagi hamkorlik, o'zaro hurmat, empatiya va mehr-shafqat muhitni sezilarli darajada ijobiy tomonga o'zgartiradi.
5. **Rag'bat va e'tirof** – Mehnatni qadrlash, e'tirof etish va moddiy hamda ma'naviy rag'batlantirish o'qituvchilarda motivatsiyani kuchaytiradi.

Xulosa

O'qituvchilarning psixologik xavfsizligini ta'minlash — bu faqat ijtimoiy yoki ruhiy ehtiyojni qondirish emas, balki ta'lim sifatini yaxshilashning eng muhim omillaridan biridir. Maktab jamoasi – rahbarlar, psixologlar, o'qituvchilar – birgalikda ishlagan taqdirda, o'qituvchi o'zini qadrlangan, eshitilgan va qo'llab-quvvatlangan his qiladi. Shunday muhitda esa ijodkorlik, yangilikka intilish va ijobiy natijalar tabiiy ko'rinishga aylanadi.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR

1. Edmondson, A. (1999). Psychological safety and learning behavior in work teams. *Administrative Science Quarterly*, 44(2), 350–383.
2. Djalilova, M. (2021). Pedagogik jamoalarda psixologik xavfsizlik muhitini shakllantirish yo'llari. Toshkent: O'zbekiston Respublikasi Xalq ta'limi vazirligi nashriyoti.
3. Xamidova, M. (2020). Ta'lim muassasalarida sog'lom psixologik muhitni ta'minlash: muammo va yechimlar. “Pedagogika va psixologiya” ilmiy-amaliy jurnali, №4.
4. Qodirova, N. (2019). Maktab jamoalarida ijtimoiy-psixologik muhit va o'qituvchining ruhiy holati o'rtasidagi bog'liqlik. Toshkent davlat pedagogika universiteti ilmiy axborotnomasi, №2.
5. Robbins, S. P. (2018). *Organizational Behavior* (17th Edition). Pearson Education.

6. Baxtiyorov, U. (2022). Psixologik xavfsizlikni ta'lim tizimida qo'llashning metodik asoslari. Toshkent: "Fan va texnologiya" nashriyoti.
7. Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2000). Self-determination theory and the facilitation of intrinsic motivation, social development, and well-being. *American Psychologist*, 55(1), 68–78.
8. UNESCO (2020). Supporting teachers' well-being. International Institute for Educational Planning.
9. <https://unesdoc.unesco.org>