

**OLIY TA'LIM RAHBARLARIDA STRESSOGEN VAZIYATLARNI
BOSHQARISHNING PSIXOLOGIK JIHATLARI**

Sultonov Mansur G'aniyevich

O'zbekiston Milliy pedagogika universiteti tadqiqotchisi

Annotatsiya. Mazkur tezisdagi oliy ta'lim muassasalari rahbarlari faoliyatida yuzaga keladigan stressogen vaziyatlarning psixologik xususiyatlari hamda ularni boshqarishning asosiy mexanizmlari tahlil qilinadi. Zamonaviy ta'lim tizimida rahbarlik faoliyatining murakkablashuvi, boshqaruv mas'uliyatining ortishi hamda kommunikativ yuklamaning ko'payishi rahbar shaxsida stress holatlarining paydo bo'lishiga olib kelishi mumkin. Tezisdagi stressogen vaziyatlarni boshqarishda psixologik barqarorlik, emotsional intellekt, koping strategiyalari hamda refleksiv boshqaruv ko'nikmalarining muhimligi asoslab berilgan.

Kalit so'zlar: stressogen vaziyat, oliy ta'lim boshqaruvi, rahbarlik psixologiyasi, psixologik barqarorlik, emotsional intellekt.

Zamonaviy oliy ta'lim tizimida rahbarlik faoliyati yuqori darajadagi mas'uliyat, tezkor qaror qabul qilish zaruriyati hamda murakkab tashkiliy jarayonlarni boshqarish bilan bog'liqdir. Ta'lim tizimida amalga oshirilayotgan islohotlar, innovatsion texnologiyalarni joriy etish hamda ta'lim sifatini oshirishga qaratilgan talablarning ortib borishi oliy ta'lim rahbarlari faoliyatiga sezilarli psixologik yuklama yuklaydi. Shu sababli rahbarlik faoliyati jarayonida yuzaga keladigan stressogen vaziyatlarni o'rganish hamda ularni samarali boshqarish muammosi zamonaviy boshqaruv psixologiyasining dolzarb yo'nalishlaridan biri hisoblanadi.

Stressogen vaziyatlar rahbar shaxsining psixologik muvozanatini buzuvchi hamda uning faoliyat samaradorligiga ta'sir ko'rsatuvchi omillar majmui sifatida namoyon bo'ladi. Oliy ta'lim rahbarlari faoliyatida bunday vaziyatlar ko'pincha boshqaruv qarorlarining murakkabligi, jamoa bilan ishlashdagi nizoli vaziyatlar,

vaqt bosimi hamda tashkiliy o'zgarishlar bilan bog'liq holda yuzaga keladi. Rahbar shaxsining ushbu vaziyatlarga munosabati ko'p jihatdan uning individual psixologik xususiyatlari hamda professional kompetensiyasiga bog'liq bo'ladi.

Zamonaviy psixologiyada stressogen vaziyatlarni boshqarishda koping strategiyalari muhim o'rin egallaydi. Koping strategiyalari shaxsning stressli vaziyatlarni yengib o'tish yoki ularning salbiy ta'sirini kamaytirishga qaratilgan psixologik va xulq-atvor usullarini o'z ichiga oladi. Rahbarlik faoliyatida muammoga yo'naltirilgan koping strategiyalari ayniqsa muhim ahamiyatga ega bo'lib, ular muammoli vaziyatni tahlil qilish, optimal qaror qabul qilish hamda tashkiliy choralarni amalga oshirish orqali stress manbasini bartaraf etishga xizmat qiladi.

Stressogen vaziyatlarni boshqarishda rahbar shaxsining emotsional intellekti ham muhim rol o'ynaydi. Emotsional intellekt rahbarning o'z hissiyotlarini anglash, ularni nazorat qilish hamda boshqa insonlarning emotsional holatini tushunish qobiliyatini ifodalaydi. Yuqori emotsional intellektga ega rahbarlar stressli vaziyatlarda o'z hissiyotlarini samarali boshqarish hamda jamoada ijobiy psixologik muhitni saqlab qolish imkoniyatiga ega bo'ladi.

Shuningdek, rahbar shaxsining psixologik barqarorligi stressogen vaziyatlarni boshqarishda muhim omil hisoblanadi. Psixologik barqarorlik murakkab va noaniq vaziyatlarda ham rahbarning emotsional muvozanatini saqlab qolish hamda samarali qaror qabul qilish imkoniyatini ta'minlaydi. Shu sababli zamonaviy oliy ta'lim tizimida rahbarlar uchun stressni boshqarish ko'nikmalarini rivojlantirishga qaratilgan psixologik treninglar hamda professional rivojlanish dasturlarini joriy etish muhim ahamiyatga ega.

Oliy ta'lim rahbarlari faoliyatida stressogen vaziyatlarning paydo bo'lishi ko'pincha boshqaruv faoliyatining murakkab ijtimoiy-psixologik xususiyatlari bilan bog'liqdir. Rahbar shaxsining kundalik faoliyati turli darajadagi boshqaruv qarorlarini qabul qilish, jamoa faoliyatini muvofiqlashtirish, nizoli vaziyatlarni hal etish hamda ta'lim jarayonini samarali tashkil etish kabi vazifalarni o'z ichiga oladi. Ushbu jarayonlarning har biri rahbar shaxsining psixologik resurslariga sezilarli

darajada ta'sir ko'rsatadi. Ayniqsa, vaqt bosimi, yuqori mas'uliyat hamda qaror qabul qilish jarayonidagi noaniqlik rahbarlarda stress holatining paydo bo'lishiga sabab bo'lishi mumkin.

Zamonaviy boshqaruv psixologiyasida rahbarlik faoliyatida stressogen vaziyatlarni boshqarish shaxsning psixologik kompetensiyalari bilan bevosita bog'liq ekani ta'kidlanadi. Ushbu kompetensiyalar tarkibiga emotsional o'zini boshqarish, refleksiv fikrlash, muammoli vaziyatlarni konstruktiv hal etish hamda kommunikativ madaniyat kiradi. Rahbar shaxsining ushbu psixologik sifatлари rivojlangan bo'lsa, u stressli vaziyatlarni samarali boshqarish imkoniyatiga ega bo'ladi. Shuningdek, stressogen vaziyatlarni boshqarishda rahbarning refleksiv qobiliyati ham muhim ahamiyat kasb etadi. Refleksiya rahbarning o'z faoliyatini tahlil qilish, qabul qilingan qarorlarning samaradorligini baholash hamda kelgusida optimal strategiyalarni ishlab chiqish imkonini beradi. Bu jarayon rahbarning professional rivojlanishini ta'minlash bilan birga, stressogen vaziyatlarning salbiy ta'sirini kamaytirishga ham yordam beradi.

Demak, oliy ta'lim rahbarlari faoliyatida stressogen vaziyatlarning paydo bo'lishi boshqaruv faoliyatining murakkabligi, kommunikativ yuklamaning ortishi hamda tashkiliy o'zgarishlar bilan chambarchas bog'liqdir. Stressni samarali boshqarish esa rahbar shaxsining psixologik barqarorligi, emotsional intellekti, koping strategiyalari hamda refleksiv boshqaruv ko'nikmalariga bevosita bog'liq bo'ladi. Shu sababli zamonaviy oliy ta'lim tizimida rahbarlar uchun stressni boshqarish bo'yicha psixologik tayyorgarlik dasturlarini ishlab chiqish, psixologik treninglar tashkil etish hamda rahbarlarning emotsional barqarorligini rivojlantirish muhim ilmiy-amaliy vazifa hisoblanadi. Ushbu choralar rahbarlik faoliyatining samaradorligini oshirish, jamoada ijobiy ijtimoiy-psixologik muhitni shakllantirish hamda ta'lim jarayonining barqaror rivojlanishini ta'minlashga xizmat qiladi.

Xulosa qilib aytganda, oliy ta'lim rahbarlari faoliyatida stressogen vaziyatlarni samarali boshqarish ularning psixologik barqarorligi, emotsional intellekti hamda professional boshqaruv kompetensiyalariga bevosita bog'liqdir. Ushbu omillarni rivojlantirish oliy ta'lim muassasalarida samarali boshqaruvni

ta'minlash hamda jamoa faoliyatining barqarorligini oshirishda muhim ahamiyat kasb etadi.

Adabiyotlar ro'yxati

1. Selye H. The Stress of Life. – New York: McGraw-Hill, 1956.
2. Lazarus R., Folkman S. Stress, Appraisal and Coping. – New York: Springer, 1984.
3. Goleman D. Emotional Intelligence. – New York: Bantam Books, 1995.
4. Бодров В.А. Психологический стресс. – Москва: ПЕР СЭ, 2006.