BOSHLANG‘ICH SINF O‘QITUVCHILARINING PROFESSIONAL FAROVONLIGI VA PSIXOLOGIK XIZMATLAR TIZIMI

Usmonova Dilnoza Bahodir qizi
Buxoro xalqaro universiteti mustaqil izlanuvchisi
E-mail: usmonovad926@gmail.com

Received: 10.09.2025
Revised: 12.09.2025
Accepted: 15.09.2025
Kalit so‘zlar:
boshlang‘ich sinf o‘qituvchilari, professional farovonlik, psixologik xizmatlar tizimi, stress boshqarish, pedagoglarning ruhiy salomatligi, kasbiy motivatsiya, ta’lim sifati.

Annotatsiya
Mazkur tadqiqot Ishida boshlang‘ich sinf o‘qituvchilarining professional farovonligi va ularni qo‘llab-quvvatlashda psixologik xizmatlar tizimining ahamiyati ko‘rib chiqiladi. O‘qituvchilarning ish faoliyatidagi ruhiy va jismoniy salomatligi, stress bilan kurashish usullari hamda professional motivatsiyaning o‘rni tahlil qilinadi. Shuningdek, pedagoglarning duch kelayotgan muammolari va ularni hal etishda psixologik xizmatlarning roli yoritiladi. Maqola ta’lim sifatini oshirish va o‘qituvchilar farovonligini ta’minlash uchun samarali psixologik xizmatlar tizimini yaratish zaruratini ta’kidlaydi.

Kirish. Boshlang‘ich sinf o‘qituvchilari ta’lim tizimining eng muhim va asosiy qismi bo‘lib, ular yosh avlodning bilim olish, odob-axloq, ijodkorlik va jamiyatga moslashish ko‘nikmalarini shakllantirishda hal qiluvchi rol o‘ynaydi. Shu sababli, boshlang‘ich sinf o‘qituvchilarining professional faoliyati nafaqat yuqori darajada malaka va bilim talab qiladi, balki kuchli psixologik va emotsional barqarorlikni ham taqozo etadi. Bugungi kunda ta’lim jarayonining murakkablashuvi, o‘quvchilarning xilma-xil ehtiyojlari, shuningdek, zamonaviy pedagogik talablar o‘qituvchilar oldidagi vazifalarni yanada qiyinlashtirmoqda. Bu esa pedagoglarning professional farovonligini ta’minlash masalasini dolzarb va zarur muammo sifatida ko‘rsatmoqda. Professional farovonlik – bu o‘qituvchining nafaqat ishdagi samaradorligi va natijalari, balki ruhiy va jismoniy sog‘lig‘i, ishga bo‘lgan motivatsiyasi va shaxsiy hayotdagi muvozanatini ham o‘z ichiga olgan keng tushuncha hisoblanadi. O‘qituvchilarning professional farovonligi yuqori bo‘lganda, ular o‘z ishlariga qiziqish bilan yondashadi, stressga chidamliliklari oshadi va pedagogik faoliyatlarida yangi yutuqlarga erishadilar. Aksincha, farovonlik darajasi past bo‘lsa, bu o‘z navbatida professional charchoq, burn-out holatlari va hatto kasbiy faoliyatdan voz kechishga olib kelishi mumkin. Shu boisdan, boshlang‘ich sinf o‘qituvchilarining professional farovonligini ta’minlash uchun samarali psixologik xizmatlar tizimini yaratish va rivojlantirish zarurdir. Psixologik xizmatlar o‘qituvchilarning ruhiy holatini barqarorlashtirish, stresslarni kamaytirish, professional malaka va

2025
WWW.INSIGHTPUBLISHING.UZ

shaxsiy rivojlanishni qo‘llab-quvvatlashda muhim ahamiyat kasb etadi. Ushbu maqolada boshlang‘ich sinf o‘qituvchilarining professional farovonligi kontseptsiyasi, ular duch keladigan muammolar, shuningdek, psixologik xizmatlar tizimining roli va samaradorligi haqida batafsil so‘z boradi.

Materiallar va usullar. Ushbu tadqiqotda boshlang‘ich sinf o‘qituvchilarining professional farovonligi va psixologik xizmatlar tizimining samaradorligini o‘rganishga qaratilgan sifat hamda miqdoriy usullar qo‘llanildi. Tadqiqot materiali sifatida Toshkent va boshqa viloyatlardagi maktablarda faoliyat yuritayotgan 150 dan ortiq boshlang‘ich sinf o‘qituvchilari tanlandi.

- O‘qituvchilarning professional farovonligi va stress darajasini aniqlash uchun aniq va yopiq savollar bo‘yicha so‘rovnomalar o‘tkazildi.
- Stress va burnout ko‘rsatkichlarini aniqlash uchun standart testlar o‘tkazildi va natijalari statistik usullar yordamida tahlil qilindi.
- Psixologik xizmatlarning ta’siri, ularning qamrovi va samaradorligi haqida o‘qituvchilarning fikrlarini to‘plash uchun guruhli va individual intervyular tashkil etildi.
- Olingan ma’lumotlar SPSS dasturi yordamida tahlil qilindi. O‘rtacha ko‘rsatkichlar, dispersiyalar, korrelyatsion va regressiya tahlillari qo‘llanildi.

1 -Jadval. Boshlang‘ich sinf o‘qituvchilarining professional farovonligi va psixologik xizmatlardan foydalanish darajasi (N=150)

Ko‘rsatkichlar	O‘rtacha qiymat (Mean)	Standart og‘ish (SD)	Minimal qiymat	Maksimal qiymat
Professional farovonlik darajasi	3.8	0.7	2.1	5.0
Stress darajasi (PSS testi bo‘yicha)	18.5	5.3	8	30
Burnout darajasi (MBI testi bo‘yicha)	2.9	0.9	1.0	5.0
Psixologik xizmatlardan foydalanish (%)	62%	-	-	-
Psixologik xizmatlarga bo‘lgan ehtiyoj (%)	78%	-	-	-

Ushbu materiallar va usullar yordamida boshlang'ich sinf o'qituvchilarining professional farovonligini oshirishda psixologik xizmatlarning samaradorligi hamda ularga bo'lgan ehtiyoj aniqlandi.

Tadqiqot muhokamasi. Ushbu tadqiqot natijalari boshlang'ich sinf o'qituvchilarining professional farovonligi darajasi o'rtacha yuqori ekanligini ko'rsatdi (o'rtacha baho 3.8). Bu o'qituvchilarning o'z kasbiy faoliyatlariga nisbatan umumiy ijobiy munosabatda ekanliklarini bildiradi. Biroq, shu bilan birga, stress darajasi va burnout ko'rsatkichlari ham sezilarli darajada mavjudligi e'tiborni tortadi. Stress o'rtacha 18.5 ballga teng bo'lib, bu pedagoglarning ish jarayonida psixologik bosimga duch kelayotganini anglatadi. Burnout darajasining 2.9 ballga tengligi o'qituvchilar orasida kasbiy charchoq va motivatsiya pasayishining mavjudligini ko'rsatadi. Psixologik xizmatlardan foydalanish darajasi 62% ni tashkil qilgani, ushbu xizmatlarga qiziqish va ehtiyojning yuqoriligi bilan bog'liq. Ma'lumotlarga ko'ra, 78% o'qituvchilar psixologik yordamga ehtiyoj sezmoqda, bu esa ta'lim muassasalarida psixologik qo'llab-quvvatlash tizimini yanada rivojlantirish zaruratini ko'rsatadi. Bu natijalar, pedagoglarning nafaqat kasbiy bilim va ko'nikmalarini oshirish, balki ruhiy salomatliklarini saqlash va stressni boshqarish bo'yicha ham kompleks yordamga muhtojligini yaqqol tasdiqlaydi.

Tadqiqot natijalari xalqaro va mahalliy tadqiqotlar bilan hamohangdir. Masalan, boshqa mamlakatlardagi o'xshash tadqiqotlarda ham boshlang'ich sinf o'qituvchilarining professional burn-out va stress darajasi yuqori ekanligi qayd etilgan (Maslach va boshq., 2001). Shu bilan birga, psixologik xizmatlarning mavjudligi va ulardan foydalanish pedagoglarning farovonligini yaxshilashda muhim omil sifatida tan olingan. O'qituvchilarning psixologik qo'llab-quvvatlashga ehtiyojining yuqori bo'lishi ta'lim muassasalari va ta'lim boshqaruv organlarini psixologik xizmatlar tizimini yanada kuchaytirishga, stressni kamaytirish va motivatsiyani oshirish bo'yicha maxsus dasturlar ishlab chiqishga undaydi. Shuningdek, o'qituvchilar uchun muntazam ravishda stressni boshqarish, vaqtni tashkil etish va kasbiy kompetensiyalarni oshirishga qaratilgan treninglar tashkil etilishi tavsiya etiladi. Natijalar shuni ko'rsatadiki, boshlang'ich sinf o'qituvchilarining professional farovonligini oshirish faqat malaka oshirish bilan emas, balki ruhiy salomatlikni ta'minlash va psixologik xizmatlardan samarali foydalanish orqali ham amalga oshirilishi kerak. Bu esa ta'lim sifatini oshirish va o'quvchilarning ijtimoiy-psixologik rivojlanishini qo'llab-quvvatlashda muhim omil hisoblanadi.

Xulosa. Ushbu tadqiqot natijalari boshlang'ich sinf o'qituvchilarining professional farovonligi ta'lim jarayonining samaradorligi va sifatiga bevosita

2025
WWW.YOLOVCHILARINING.UZ

ta'sir ko'rsatishini tasdiqlaydi. O'qituvchilar orasida stress va burnout holatlari mavjudligi ularning ruhiy va jismoniy salomatligini himoya qilish, shuningdek, ish faoliyatini qo'llab-quvvatlash zaruratini ko'rsatadi. Psixologik xizmatlar tizimi o'qituvchilarning professional farovonligini oshirishda muhim vosita sifatida ajralib turadi. Tadqiqotda qatnashgan pedagoglarning aksariyati psixologik yordamga ehtiyoj sezayotganligi, bu xizmatlarning samarali va keng qamrovli bo'lishi zarurligini ko'rsatadi. Shu bois, ta'lim muassasalari va hokimiyat organlari boshlang'ich sinf o'qituvchilarining ruhiy salomatligini saqlash va stressni kamaytirishga qaratilgan psixologik xizmatlarni yanada rivojlantirishga e'tibor qaratishi lozim. Professional farovonlikni ta'minlash nafaqat o'qituvchilarning o'ziga, balki butun ta'lim jarayonining sifatiga ijobiy ta'sir ko'rsatadi. Shu sababli, pedagoglarning psixologik qo'llab-quvvatlashini kuchaytirish va stressni boshqarish bo'yicha samarali dasturlarni joriy etish ta'lim sifatining barqarorligini ta'minlashda muhim ahamiyat kasb etadi.

Foydalanilgan adabiyotlar

1. Maslach, C., Jackson, S. E., & Leiter, M. P. (2001). *Maslach Burnout Inventory Manual* (3rd ed.). Palo Alto, CA: Consulting Psychologists Press.
2. Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1984). *Stress, Appraisal, and Coping*. New York: Springer Publishing Company.
3. Shukur, D. (2020). O'qituvchilarning professional farovonligini oshirishda psixologik xizmatlarning roli. *Ta'lim va Psixologiya Jurnali*, 15(3), 45-52.
4. O'zbekiston Respublikasi Vazirlar Mahkamasi. (2021). Ta'lim sohasida psixologik xizmatlarni rivojlantirish bo'yicha yo'l xaritasi. Toshkent: Ta'lim vazirligi.
5. Akbarova, M., & Qodirov, B. (2019). Boshlang'ich sinf o'qituvchilarining stressni boshqarish usullari. *Pedagogika va Innovatsiyalar*, 8(2), 78-85.