TA'LIM JARAYONLARIDA TA'LIM OLUVCHILARNING IJTIMOIY MULOQOT VA O'Z-O'ZINI NAZORAT QILISH KOMPETENSIYALARINI SHAKLLANTIRISHGA QARATILGAN TA'LIM MUHITINI YARATISH ZARURATI

Xolmirzayeva Mahbuba Musurmon qizi
Magistr
Jizzax shahar MMTBga qarashli
6-son umumta'lim maktabi
rr-murodov@umal.uz
+99894-154-15-10

Annotatsiya. *Ushbu maqolada ta'lim jarayonida ta'lim oluvchilarning ijtimoiy muloqot, o'z-o'zini nazorat qilish, emotsional barqarorlik va ruhiy himoyalanish kompetensiyalarini shakllantirishga xizmat qiladigan ta'lim muhitini yaratish zarurati tahlil qilinadi. Globallashuv, raqamli axborot oqimining kuchayishi, ijtimoiy tarmoqlarning keng tarqalishi hamda oilaviy va ijtimoiy muhitdagi ziddiyatli holatlar bolalar va o'smirlarning psixologik holatiga sezilarli ta'sir ko'rsatmoqda. Natijada o'quvchilarda stress, ishonchsizlik, agressivlik, muloqotdagi qiyinchiliklar va o'z hissiyotlarini boshqara olmaslik kabi holatlar uchramoqda. Maqolada psixologik xavfsiz ta'lim muhiti mazmuni, uning o'quvchi shaxsiga ta'siri, xorijiy tajribalar hamda maktab amaliyotiga mos pedagogik yondashuvlar yoritiladi. Shuningdek, o'quvchilarning ijtimoiy moslashuvi, ichki intizomi va emotsional savodxonligini rivojlantirishga qaratilgan maxsus pedagogik shart-sharoitlarni joriy etish zarurligi asoslab beriladi. Ta'lim va tarbiya uyg'unligi, milliy qadriyatlar va zamonaviy psixologik yondashuvlar birligi barkamol shaxsni tarbiyalashning muhim omili sifatida talqin etiladi.*

Kalit so'zlar. *ta'lim muhiti, ijtimoiy muloqot, o'z-o'zini nazorat qilish, psixologik xavfsizlik, emotsional barqarorlik, kompetensiya, o'quvchi shaxsi, ruhiy tarbiya*

Аннотация. *В данной статье анализируется необходимость создания образовательной среды, направленной на формирование у обучающихся компетенций социального общения, самоконтроля, эмоциональной устойчивости и психологической защищённости. В условиях глобализации, усиления цифрового информационного потока, широкого распространения социальных сетей, а также противоречий в семейной и социальной среде психологическое состояние детей и подростков подвергается значительному*

воздействию. В результате у учащихся наблюдаются стресс, неуверенность в себе, агрессивность, трудности в общении и неспособность управлять собственными эмоциями. В статье раскрываются сущность психологически безопасной образовательной среды, её влияние на личность учащегося, отдельные элементы зарубежного опыта и педагогические подходы, применимые в школьной практике. Обосновывается необходимость внедрения специальных условий, направленных на развитие социальной адаптации, внутренней дисциплины и эмоциональной грамотности учащихся. Подчёркивается, что единство обучения и воспитания, а также сочетание национальных ценностей и современных психологических подходов являются важнейшими условиями формирования гармонично развитой личности.

Ключевые слова: *образовательная среда, социальная коммуникация, самоконтроль, психологическая безопасность, эмоциональная стабильность, компетентность, идентичность студента, духовное воспитание.*

Abstract. *This article analyzes the need to create an educational environment aimed at developing learners' social communication, self-control, emotional stability, and psychological resilience competencies. In the context of globalization, the growth of digital information flows, the widespread influence of social media, and contradictions within family and social environments, the psychological well-being of children and adolescents is increasingly affected. As a result, students often experience stress, low self-confidence, aggression, communication difficulties, and an inability to regulate their emotions effectively. The article explains the essence of a psychologically safe educational environment, its impact on personality development, selected elements of foreign educational practice, and pedagogical approaches applicable in schools. It substantiates the need to introduce special conditions focused on social adaptation, internal discipline, and emotional literacy. The author argues that the unity of education and upbringing, combined with national values and modern psychological approaches, is a crucial factor in fostering a harmoniously developed individual.*

Keywords: *educational environment, social communication, self-control, psychological safety, emotional stability, competence, student identity, spiritual education*

Kirish

Zamonaviy ta'lim tizimida o'quvchilarning faqat akademik bilimlarni egallashi yetarli emas. Bugungi kunda ta'lim-tarbiya jarayonida shaxsning ijtimoiy faolligi, muloqot madaniyati, o'z hissiyotlarini boshqara olishi, stressli vaziyatlarda to'g'ri

qaror qabul qilishi va ichki intizomni saqlay bilishi ham muhim kompetensiyalar sifatida qaralmoqda [1; 2]. Chunki globallashuv jarayoni, internet makonining kengayishi, ijtimoiy tarmoqlarning ta'siri, oilaviy muhitdagi ayrim ziddiyatlar hamda axborot bosimining kuchayishi o'quvchi shaxsining ruhiy holatiga bevosita ta'sir ko'rsatmoqda.

Ta'lim muassasalarida kuzatilayotgan ayrim salbiy holatlar, jumladan, o'quvchilar o'rtasidagi nizolar, agressiv xatti-harakatlar, muloqotdagi qiyinchiliklar, befarqlik, ichki tushkunlik va ishonchsizlik holatlari psixologik xavfsiz ta'lim muhitini shakllantirish zaruratini yanada kuchaytirmoqda [4; 5]. Shu jihatdan qaraganda, ta'lim jarayonida ijtimoiy muloqot va o'z-o'zini nazorat qilish kompetensiyalarini shakllantirishga qaratilgan pedagogik muhitni yaratish nafaqat dolzarb, balki strategik ahamiyatga ega masaladir.

Mazkur maqolaning maqsadi ta'lim jarayonida o'quvchilarning ijtimoiy muloqot va o'z-o'zini nazorat qilish kompetensiyalarini rivojlantirishga xizmat qiladigan psixologik xavfsiz va tarbiyaviy ta'sirga ega ta'lim muhitining ahamiyatini ilmiy-pedagogik nuqtayi nazardan tahlil qilishdan iborat. Tadqiqot vazifalari sifatida muammoning nazariy asoslarini yoritish, o'quvchi shaxsining rivojlanishidagi psixologik omillarni tavsiflash, xorijiy tajriba misollarini tahlil qilish va amaliy tavsiyalar ishlab chiqish belgilandi.

Muammoning nazariy asoslari

Kompetensiyaviy yondashuv zamonaviy ta'lim mazmunining markaziy tamoyillaridan biri bo'lib, u o'quvchining tayyor bilimni eslab qolishidan ko'ra, uni amaliyotda qo'llay olish, muammoli vaziyatlarda mustaqil qaror qabul qilish, muloqot qilish va o'z faoliyatini boshqara olish qobiliyatlarini shakllantirishni ko'zda tutadi [8]. Ayniqsa, ijtimoiy muloqot va o'z-o'zini nazorat qilish kompetensiyalari shaxsning ijtimoiylashuvi, jamoada faol ishtirok etishi va muammoli vaziyatlarni konstruktiv yo'l bilan hal qilishi uchun zarur bo'lgan universal sifatlar sirasiga kiradi.

Psixologiya fanida shaxsning o'zini boshqarishi va muloqotga kirishishi ichki motivatsiya, ijtimoiy tajriba, emotsional holat va atrof-muhit bilan chambarchas bog'liq ekani qayd etiladi [9; 10]. L.S. Vygotskiy shaxs rivojlanishini ijtimoiy muhit bilan aloqador jarayon sifatida izohlagan bo'lsa, S.L. Rubinshteyn faoliyat va ong birligi tamoyili asosida ichki boshqaruv mexanizmlarining shakllanishiga urg'u beradi. Shundan kelib chiqib aytish mumkinki, o'quvchining ijtimoiy xulqi ham, o'zini nazorat qilish qobiliyati ham tabiiy ravishda emas, balki tegishli pedagogik muhit va yo'naltirilgan ta'limiy faoliyat orqali rivojlanadi.

Demak, maktabda tashkil etiladigan ta’lim muhiti nafaqat fanlarni o‘qitish joyi, balki ijtimoiy tajriba, axloqiy me’yor, muloqot madaniyati va ichki intizom shakllanadigan murakkab tarbiyaviy tizim sifatida ko‘rilishi kerak.

Psixologik xavfsiz ta’lim muhitining mazmuni va belgilari

Psixologik xavfsiz ta’lim muhiti – bu o‘quvchi o‘z fikrini erkin bayon qila oladigan, xato qilishdan qo‘rqmaydigan, tahqir, zo‘ravonlik, bosim va kamsitishlardan himoyalangan, hurmat va ishonchga asoslangan pedagogik makondir [3; 4]. Bunday muhit o‘quvchilarning o‘z qadr-qimmatini his etishiga, jamoada o‘z o‘rnini anglashiga, shaxsiy mas’uliyat va ichki tartibni shakllantirishiga yordam beradi.

Psixologik xavfsizlik mavjud bo‘lgan ta’lim muassasasida o‘qituvchi va o‘quvchi o‘rtasida sog‘lom hamkorlik shakllanadi, o‘quvchilar o‘z fikrini erkin ifoda etadi, tinglash va hurmat qilish madaniyati rivojlanadi, stressli holatlarni yengish ko‘nikmalari kuchayadi va emotsional barqarorlik mustahkamlanadi. Shu bois ta’lim sifati faqat dars mazmuni yoki nazorat natijalari bilan emas, balki ta’lim muhiti qanchalik sog‘lom va xavfsiz ekani bilan ham belgilanadi.

Psixologik xavfsiz muhitni shakllantirishda pedagogning muloqot uslubi, baholash mezonlarining adolatli bo‘lishi, sinfda o‘zaro hurmat qoidalarining amalda qo‘llanishi, zo‘ravonlik va kamsitishning oldini olishga doir chora-tadbirlar, psixologik xizmat faoliyati va ota-onalar bilan hamkorlik muhim rol o‘ynaydi.

Ijtimoiy muloqot kompetensiyasining pedagogik ahamiyati

Ijtimoiy muloqot kompetensiyasi o‘quvchining jamoada ishlashi, tengdoshlari va kattalar bilan to‘g‘ri munosabat o‘rnatishi, tinglash, fikr almashish, murosa qilish, o‘z pozitsiyasini madaniyatli himoya qilish kabi ko‘nikmalarni o‘z ichiga oladi [2; 8]. Bu kompetensiya o‘quvchining nafaqat maktabdagi muvaffaqiyatiga, balki kelajakdagi kasbiy va fuqarolik hayotiga ham kuchli ta’sir ko‘rsatadi.

Bugungi kunda ayrim o‘quvchilarda virtual muloqotning real muloqotdan ustun bo‘lib qolayotgani, ijtimoiy tarmoqlardagi salbiy axborotlar ta’sirida muomala madaniyatining susayishi, hissiyotlarni boshqarishdagi muammolar kuzatilmoqda. Bunday sharoitda maktab o‘quvchini faqat bilim bilan emas, balki sog‘lom muloqot madaniyati bilan ham qurollantirishi lozim.

Mazkur kompetensiyani shakllantirish uchun guruhli va hamkorlikdagi topshiriqlarni ko‘paytirish, bahs-munozara va taqdimot usullaridan foydalanish, empatiya va tinglash madaniyatiga oid mashg‘ulotlar o‘tkazish, sinfda o‘zaro hurmat qoidalarini ishlab chiqish hamda nizoli holatlarni tinch yo‘l bilan hal qilish ko‘nikmalarini o‘rgatish zarur. Ayniqsa, dars jarayonida “hamkorlikda o‘rganish” metodlari o‘quvchilarning muloqot tajribasini boyitadi.

O‘z-o‘zini nazorat qilish kompetensiyasi va uning mazmuni

O‘z-o‘zini nazorat qilish kompetensiyasi shaxsning o‘z xatti-harakati, hissiyotlari, qarorlari va faoliyatini ongli ravishda boshqara olishi bilan bog‘liq [5; 9]. Bu kompetensiya o‘quvchida maqsad qo‘yish, o‘zini baholash, intizomni saqlash, hissiy holatni boshqarish, impulsiv qarorlarning oldini olish kabi sifatlarni shakllantiradi.

O‘z-o‘zini nazorat qila oladigan o‘quvchi vaziyatga nisbatan muvozanatli yondashadi, emotsional bosim ostida ham to‘g‘ri qaror qabul qila oladi, o‘qish jarayonida mas’uliyat bilan harakat qiladi, o‘z xatolarini tahlil qilib ulardan xulosa chiqaradi va tashqi salbiy ta’sirlarga nisbatan bardoshlilik ko‘rsatadi. Shu sababli bu kompetensiya shaxsiy kamolotning muhim ko‘rsatkichlaridan biri hisoblanadi.

Ta’lim jarayonida mazkur kompetensiyani rivojlantirish uchun refleksiya, o‘z-o‘zini baholash, kundalik monitoring, hissiy holatni tahlil qilish, maqsadli tarbiyaviy suhbatlar, individual rivojlanish xaritalari kabi usullardan foydalanish maqsadga muvofiqdir. O‘quvchining faqat xatti-harakatiga emas, uning ichki motivatsiyasiga ham e’tibor qaratish lozim.

Raqamli muhit va o‘quvchi shaxsiga ta’sir etuvchi omillar

Raqamlashtirish davrida o‘quvchi shaxsining shakllanishiga ta’sir ko‘rsatuvchi omillar yanada murakkablashdi. Internet, mobil ilovalar, qisqa video formatlari, ijtimoiy tarmoqlar va messenjerdagi tezkor axborot oqimi o‘quvchilarning diqqatini, emotsional holatini va muloqot uslubini o‘zgartirmoqda. Bir tomondan, bu vositalar bilim olish imkoniyatini kengaytiradi, ikkinchi tomondan esa yuzaki fikrlash, hissiy beqarorlik, qiyoslash sindromi va tezkor reaksiya madaniyatini kuchaytirishi mumkin [2; 4].

Ko‘plab o‘quvchilar virtual makondagi muloqotni real hayotdagi muloqotdan ustun qo‘ya boshlaydi. Natijada jonli suhbat, tinglash madaniyati, murosa qilish, his-tuyg‘uni bevosita ifodalash va jamoada o‘zini tutish ko‘nikmalarida bo‘shliqlar yuzaga keladi. Shu sababli ta’lim muassasalari raqamli savodxonlik bilan bir qatorda emotsional savodxonlikni ham rivojlantirishi kerak.

Maktabda raqamli muhitning ijobiy va salbiy tomonlari haqida tarbiyaviy suhbatlar, media savodxonlik mashg‘ulotlari, “onlayn xulq madaniyati” mavzusidagi treninglar tashkil etilishi o‘quvchilarning o‘z xatti-harakatlarini nazorat qilishiga yordam beradi.

Xorijiy tajribalar tahlili

Dunyoning ayrim ta’lim tizimlarida o‘quvchilarning ruhiy-emotsional rivojlanishiga xizmat qiladigan noan’anaviy fanlar va maxsus tarbiyaviy modullar joriy etilgan. Masalan, Germaniyada “Baxt saboqlari”, Ispaniyada “Hissiy ta’lim”, Yaponiyada tabiatga mehr va ichki muvozanatni rivojlantirishga qaratilgan

mashg‘ulotlar, Hindistonda meditatsiya amaliyotlari, Janubiy Koreyada texnologik ijodkorlik va jamoaviy ishlashni rivojlantiruvchi robototexnika yo‘nalishlari, Rossiyada moliyaviy savodxonlik mashg‘ulotlari shaxsiy rivojlanishga xizmat qiladigan vosita sifatida ko‘rilmoqda [7].

Ayniqsa, hissiy ta’limga oid mashg‘ulotlar bolalarda empatiya, o‘zaro tushunish, g‘azabni boshqarish, qo‘rquvni yengish va muloqot madaniyatini rivojlantirishga xizmat qiladi. Bunday tajribalar shuni ko‘rsatadiki, maktabda faqat akademik natijani emas, balki o‘quvchining ruhiy salomatligi va ijtimoiy moslashuvini qo‘llab-quvvatlash ham muhim pedagogik vazifa hisoblanadi.

Xorijiy tajribadan to‘liq nusxa ko‘chirish emas, balki uning mazmunan foydali jihatlarini milliy ta’lim tizimi sharoitiga moslashtirish maqsadga muvofiqdir. O‘zbek maktablarida ham tarbiyaviy soatlar, sinfdan tashqari mashg‘ulotlar, psixologik treninglar va integratsiyalashgan darslar orqali bunday elementlarni joriy qilish mumkin.

Milliy qadriyatlar va zamonaviy yondashuvlar uyg‘unligi

O‘zbek xalqining ma’naviy merosida odob, kattaga hurmat, kichikka izzat, sabr, shukronalik, mehnatsevarlik, murosa va jamoaviylik kabi qadriyatlar alohida o‘rin tutadi. Mazkur qadriyatlar o‘quvchilarda ijtimoiy muloqot va o‘z-o‘zini nazorat qilish kompetensiyalarini shakllantirishda mustahkam ma’naviy asos bo‘lib xizmat qiladi [1; 3].

Shu bilan birga, zamonaviy pedagogika refleksiya, emotsional intellekt, media savodxonlik, konfliktologiya, stressni boshqarish, hamkorlikda o‘rganish kabi yondashuvlarni taklif etmoqda. Milliy qadriyatlar bilan zamonaviy psixologik-pedagogik texnologiyalar uyg‘unlashgan taqdirdagina ta’lim muhiti chin ma’noda barkamol shaxsni tarbiyalashga xizmat qiladi.

Maktablarda “muloqot madaniyati”, “iroda va mas’uliyat”, “ruhiy salomatlik”, “sog‘lom raqamli xulq” kabi mavzularni fanlararo integratsiya asosida yoritish, tarbiyaviy tadbirlar mazmunini boyitish va sinf rahbarining faoliyatini mazkur yo‘nalishga yo‘naltirish foydali natija beradi. Ushbu yo‘nalishlarni darslik yoki maxsus o‘quv moduli sifatida joriy etish bo‘yicha xulosalar psixolog, pedagog va metodistlarning hamkorlikdagi ekspert tavsiyalariga tayangan holda ishlab chiqilishi maqsadga muvofiq.

Ta’lim muhitini yaratishning pedagogik shart-sharoitlari

Ta’lim oluvchilarning ijtimoiy muloqot va o‘z-o‘zini nazorat qilish kompetensiyalarini shakllantirishga qaratilgan muhitni yaratish bir necha pedagogik shart-sharoitlarga tayangan holda amalga oshiriladi.

Birinchidan, sinfda ishonchli psixologik iqlimni yaratish zarur. O‘qituvchi o‘quvchini kamsitmasligi, xatoni jazolash vositasi sifatida emas, rivojlanish nuqtasi sifatida ko‘rishi lozim. Ikkinchidan, o‘quvchilarni faol muloqotga undaydigan dars metodlarini qo‘llash kerak. Uchinchi shart – baholash jarayonini faqat yakuniy natija bilan emas, balki hamkorlik, intizom, mas’uliyat va ishtirok mezonlari bilan ham boyitishdir. To‘rtinchidan, maktab psixologi, sinf rahbari, fan o‘qituvchilari va ota-onalar hamkorligi tizimli yo‘lga qo‘yilishi zarur [3; 5].

Bundan tashqari, maktab ichki tartib-qoidalari faqat taqiqlovchi hujjat bo‘lib qolmasdan, sog‘lom ijtimoiy muhitni qo‘llab-quvvatlovchi amaliy me’yorlarga aylanishi kerak. O‘quvchilarni sinf ichidagi qoidalarni ishlab chiqish va muhokama qilishga jalb etish ularning mas’uliyat hissini oshiradi.

Amaliy tavsiyalar

Maktab amaliyotida quyidagi tavsiyalarni joriy etish maqsadga muvofiq:

1) dars boshida qisqa emotsional holat diagnostikasi yoki ijobiy kayfiyat mashqlari o‘tkazish;
2) guruhli va juftlikdagi ishlarda rollarni taqsimlash orqali hamkorlik madaniyatini shakllantirish;
3) haftalik refleksiya varaqalari orqali o‘quvchilarning o‘zini baholash ko‘nikmasini rivojlantirish;
4) sinf soatlarida muloqot odobi, konfliktni hal qilish, stressni boshqarish bo‘yicha mini-treninglar tashkil etish;
5) ota-onalar uchun farzandning emotsional holatini qo‘llab-quvvatlash mavzusida tavsiyalar berish;
6) o‘quvchilar tashabbuslarini rag‘batlantirish va ijobiy xulq-atvorni muntazam e’tirof etish.

Shuningdek, maktab rahbariyati darajasida xavfsiz psixologik muhit indikatorlarini ishlab chiqish, sinf va maktab miqyosida monitoring olib borish, pedagoglar uchun qisqa metodik qo‘llanmalar tayyorlash foydali bo‘ladi. Bu chora-tadbirlar mazkur kompetensiyalarni tizimli ravishda shakllantirishga xizmat qiladi.

Xulosa

Xulosa qilib aytganda, ta’lim jarayonida ta’lim oluvchilarning ijtimoiy muloqot va o‘z-o‘zini nazorat qilish kompetensiyalarini shakllantirishga qaratilgan ta’lim muhitini yaratish bugungi kunning dolzarb pedagogik vazifalaridan biridir. Ta’lim sifati faqat fanlarni o‘zlashtirish darajasi bilan emas, balki o‘quvchining ruhiy barqarorligi, ijtimoiy moslashuvi, muloqot madaniyati va ichki intizomi bilan ham belgilanadi.

Psixologik xavfsiz, tarbiyaviy ta’sirga ega va o‘zaro hurmatga asoslangan ta’lim muhiti o‘quvchilarning o‘ziga bo‘lgan ishonchini oshiradi, ularni ijtimoiy hayotga tayyorlaydi hamda salbiy tashqi ta’sirlarga nisbatan bardoshli qiladi. Milliy qadriyatlar va zamonaviy pedagogik-psixologik yondashuvlar uyg‘unligida tashkil etilgan ta’lim muhiti barkamol, mas’uliyatli va ma’naviy yetuk shaxsni tarbiyalashga xizmat qiladi.

Demak, bugungi ta’lim tizimida o‘quvchilarni nafaqat bilimli, balki ruhiy jihatdan barqaror, ijtimoiy faol, o‘zini boshqara oladigan va muloqotga tayyor shaxs sifatida shakllantirish ustuvor vazifalardan biri bo‘lib qoladi.

Foydalanilgan adabiyotlar

1. O‘zbekiston Respublikasining “Ta’lim to‘g‘risida”gi Qonuni.
2. O‘zbekiston Respublikasi maktabgacha va maktab ta’limi tizimiga oid me’yoriy-huquqiy hujjatlar to‘plami.
3. A.Avloniy nomidagi pedagogik mahorat milliy instituti. Modullar to‘plami – I. Toshkent, 2024.
4. G‘oziyev E. Pedagogik psixologiya. Toshkent: O‘qituvchi.
5. Nishonova Z. Yosh davrlari psixologiyasi. Toshkent.
6. Karimova V. Oila psixologiyasi. Toshkent.
7. To‘rayeva M. Dunyo maktablaridagi g‘ayrioddiy fanlar. Ta’lim telekanali materiallari, 2025.
8. Zimnyaya I.A. Klyuchevye kompetensii kak rezultativno-tselevaya osnova sovremennogo obrazovaniya.
9. Vygotskiy L.S. Psixologiya razvitiya rebenka.
10. Rubinshteyn S.L. Osnovy obshchey psixologi.