

**PEDAGOGIK FAOLIYATDA KASBIY STRESSNING IJTIMOIIY  
PSIXOLOGIK XUSUSIYATLARI****Xotamova Madinabonu Ilhomjon qizi**

Toshkent davlat sharqshunoslik universiteti

Psixologiya mutahassisligi

I bosqich magistranti

[madinaxatamova12@gmail.com](mailto:madinaxatamova12@gmail.com)**ANNOTATSIYA**

Mazkur maqolada shaxsning kasbiga nisbatan faolligi va qiziqishini soʻnishi mexanizmlariga eʼtibor qaratilgan, shu bilan birga mazkur xolatdagi shaxslarga qanday yordam berish yoʻllariga toʻxtalib oʻtilgan.

**Kalit soʻzlar:** stress, kasbiy soʻnish, zerikish, kasbidan bezish, kasbiy “menlik, kasbiy malaka, kasbiy hamkorlik, layoqat.

**СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА  
ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО СТРЕССА В ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ  
ДЕЯТЕЛЬНОСТИ****Хотамова Мадинабону – дочь Илхомджона**

Ташкентский государственный университет востоковедения

Психология Магистрант первой степени.

[madinakhatamova12@gmail.com](mailto:madinakhatamova12@gmail.com)**АННОТАЦИЯ**

В данной статье основное внимание уделяется механизмам угасания активности и интереса человека к профессии, и в то же время уделяется внимание тому, как помочь людям в этой ситуации.

**Ключевые слова:** стресс, профессиональное выгорание, скука, профессиональное выгорание, профессиональное Я, профессиональная компетентность, профессиональное сотрудничество, компетентность.

**SOCIAL PSYCHOLOGICAL CHARACTERISTICS OF PROFESSIONAL  
STRESS IN PEDAGOGICAL ACTIVITY**

**Khotamova Madinabonu is the daughter of Ilhomjon**

Tashkent State University of Oriental Studies

Psychology major

Graduate student of the first stage

[madinakhatamova12@gmail.com](mailto:madinakhatamova12@gmail.com)

**ANNOTATION**

This article focuses on the mechanisms by which a person's activity and interest in the profession fades, and at the same time, it focuses on how to help people in this situation.

**Key words:** stress, professional burnout, boredom, job burnout, professional self, professional competence, professional cooperation, competence.

Butun jahon sog'liqni saqlash tashkiloti o'tkazgan tadqiqotlardan ma'lum bo'lishicha, ishlab chiqarish rivojlangan davlatlarda 10% aholi jiddiy asab kasalliklariga chalinganlar. Hozirda markaziy nerv sistemasidagi jarayonlarga bog'lik kasalliklar ko'paymoqda, nevrotik ko'rinishlar organizmning funksional tizimidagi boshqa buzilishlarga olib keladi. Shuning uchun stressni yuzaga kelish sabablari, uni kechishi, oqibati va bartaraf etish muammolari bugungi kunda nafaqat tibbiyot sohasining vakillarini, balki psixolog, pedagog va huquqshunoslarning ham e'tiborini tortib kelmoqda. Agarda, birinchi guruhdagi mutaxassislar stress asnosida yuzaga kelgan biron bir kasallikni davolashning farmakologik va jarrohlik yo'llarini izlasalar, ikkinchi guruhdagilar uni qay holda yuzaga kelish sabablari, organizmning umumiy faoliyatiga ta'sirini tadqiq etadilar. Uchinchi guruhdagilar esa insonning xulq-atvoridagi va o'quv faoliyatidagi u yoki bu o'zgarishlarda stressning o'rnini belgilash uchun ish olib boradilar. Huquqshunoslar esa jinoyat sodir etilishi, uni oldini olish, ya'ni profilaktika o'tkazish jarayonida stressga e'tibor beradilar. Ammo ularni birlashtiruvchi yagona asos bu inson omilidir. Bunda u ham tadqiqot obyekti, davolanuvchi, tarbiyalanuvchi, bemor, jabrlanuvchi va da'vogar vazifasini o'tashi mumkin.

Jahon miqyosida ijtimoiy intergrasiya, globallashuv va axborotlashgan tendensiyalarining kuchayib borishi ta'lim tizimida o'qituvchilarning ijtimoiy-psixologik kompetentlik masalariga bugungi zamonaviy talablar asosida yanada jiddiyroq e'tibor qaratishni taqozo etmoqda. Jumladan o'qituvchilarning bugungi kunda kasbiy faoliyatda yuzaga kelayotgan kasbiy stress omillarini o'rganish, ularning kasbiy kompetentligini shakllantirish va rivojlantirish mexanizmlarini ishlab chiqish kabi ustuvor masalalar bo'yicha muhim tadqiqot ishlari olib borilmoqda. Shuningdek, amalga oshirilayotgan keng ko'lamlı isloxtalar talabiga to'la javob beruvchi,

intelektual salohiyati yuqori, keskin o'zgarishlar tez moslasha oladigan, raqobat bardosh, mehnat bozorida mutaxassislar malakasiga quyilayotgan talablar darajasida samarali faoliyat yurituvchi shaxsni shakllantirishga alohida e'tibor qaratilmoqda.

Hozirgi kunda pedagoglik faoliyati yuqori maoshga ega va talabgor kasblardan biri bo'lishiga qaramasdan bu kasbni tashlab ketayotgan va ba'zi bir yoshlarni bu kasbni egallashga bo'layotgan qiziqishlarini so'ndirayotga omillar mavjud. Biz bugungi kunda zamonaviy taraqqiyot davrida ya'ni XXI asrda yashab kelmoqdamiz va bu esa ba'zi bir muammolarga ham bizni yetaklamoqda desam mubolag'a bo'lmaydi. Bu sabablardan asosiy sababi hozirgi kundagi bizni hammamizga ma'lum bo'lgan ijtimoiy psixologik sabablardir. Birinchi raqamli sababi esa bu stressing ko'pligidir. Ta'lim muassasalari hozirgi kunda usozlarga o'z vazifasidan ham ko'proq vazifa berishi va bu ularning kunlik majburiyatiga aylanib qolgani hech kimga sir emas. Bu esa har qanday insonni charachatadi va ularni bu kasbdan ko'ngillari qolishiga sababchi bo'ladi. Psixologik tadqiqotlardan ham bu misolni yaqqol qayta va qayta tasdiqlagan desam mubolag'a bo'lmaydi. Agarda inson hayotida stress miqdori oshib ketsa bu uning kunlik samarador ishlashini pasaytirib yuboradi va albatta ruhiy holatiga ham ta'sir o'tkazmay qolmaydi. Chunki insonning ruhiy holati unga huddi jismoniy holatidek bir xil miqdorda zarar yetkazishi aniqlangan. Olimlarning so'ngi taqdiqotlariga asosan agar inson ruhiy tomondan iztirib cheksa u huddi tanasidan zarb olgandek og'riqni his qilgan ekan. Chunki bizning ong ostimiz va ongimiz huddi yosh bolaning ongi kabidir. U haqiqat va yolg'onni anglay olmaydi. Bu so'zim bilan ya'ni agar siz bir yolg'on voqeani hayotda sodir bo'lgan deb ishonish ma'lumotini miyyangizga yetkatsangiz, u buni huddi hayotda bo'lgan deb hisoblaydi va bu buni jiddiy qabul qiladi. Shuning uchun pedagoglarni o'z ishi, rahbariyat va talabalardan davomli ravishda olayotgan stressni va ruhiy azoblari ularga ta'sir etmay qolmaydi. Shuning uchun ham bu ularni kasblaridan so'nishga olib keladi.

Xulosa Psixologik stressga xar doim inson organizmidagi fiziologik moslashish mexanizmining natijasida sifatida qaraladi, uning biologik mexanizmlari esa o'zining alohida tabiati va mazmuniga ega. Bu ikki mexanizm xaqidagi tushunchani aniqlashtirib olmasdan turib, stressli ta'sirlarga nisbatan inson tomonidan bildiriladigan murakkab va qarama qarshi xarakterga ega bo'lgan reaksiyalarni tushuntirib bo'lmaydi. Mashhur kanadalik fiziolog Gans Sel'e esa 1936-yilga yilda o'zining "Umumiy adaptasiya sindromi" xaqidagi birinchi ilmiy ishini nashr qildi, lekin uzoq vaqtgacha "stress" tushunchasini qullamay, uning o'rniga "nerv psixik zuriqish" tushunchasidan foydalanadi.

**Foydalanilgan adabiyotlar:**

1. Аватков В.А. Постсоветское пространство и Турция: итоги 30 лет // Контуры глобальных трансформаций: политика, экономика, право. – 2021. – Т. 14. № 5. – С. 162–176
2. Аватков В.А., Сбитнева А.И. Новый национализм Турецкой Республики // Вестник Российского университета дружбы народов. Серия Политология. – 2022. – Т. 24, № 2. – С. 291–302.
3. Грозин А.В. Политика Турции в постсоветской Азии: подходы, институты, перспективы // Постсоветский материк. – 2021. – № 2(30). – С. 25–48. – URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/politika-turtsii-v-postsovetskoy-azii-podhody-institutyperspektivy> (дата обращения 20.03.2023).
4. Исламов Д. Саммит Организации тюркских государств в Самарканде: между иллюзией и реальностью // РСМД. – 2022. – 23.11. – URL: <https://russiancouncil.ru/analytics-and-comments/columns/postsoviet/sammitorganizatsii-tyurkskikh-gosudarstv-v-samarkande-mezhdu-illyuziey-i-realnostyu/> (дата обращения 02.02.2023).