

OLIV TA’LIM MUASSASALARIDA TALABALARNI PSIXOLOGIK XAVFSIZLIGINI TA’MINLASHNING DOLZARB MASALALARI

Axmedova Mahliyo Avazbek qizi

E-mail: bsim4266@gmail.com

Xomidova Feruza Qosimjonovna

E-mail: m31625284@gmail.com

Andijon Davlat Pedagogika instituti talabalari

<https://doi.org/10.5281/zenodo.19421771>

Annotatsiya. Ushbu tezis oliy ta’lim muassasalarida talabalar psixologik xavfsizligini ta’minlashning dolzarb masalalarini o’rganadi. Tadqiqotda talabalar stress omillari, adaptatsiya jarayonlari va ularning ruhiy salomatligini qo’llab-quvvatlash bo’yicha pedagogik va psixologik choralar tahlil qilinadi [1]. Tadqiqot natijalari shuni ko’rsatadiki, universitetlarda psixologik xavfsizlikni mustahkamlash, qo’llab-quvvatlovchi muhit yaratish va stressni kamaytiruvchi dasturlarni joriy etish talabalar ruhiy salomatligi va o’quv faoliyatini yaxshilashga xizmat qiladi.

Kalit so’zlar: talabalar psixologik xavfsizligi, oliy ta’lim, stress, adaptatsiya, ruhiy salomatlik, pedagogik qo’llab-quvvatlash.

Annotation. This thesis investigates the pressing issues of ensuring students’ psychological safety in higher education institutions. The study examines stress factors, adaptation processes, and measures to support mental health through pedagogical and psychological interventions. The findings indicate that strengthening psychological safety, creating supportive environment, and implementing stress-reducing programs in universities enhance students’ mental well-being and academic performance.

Keywords: student psychological safety, higher education, stress, adaptation, mental health, pedagogical support.

Аннотация. В данной тезисной работе рассматриваются актуальные вопросы обеспечения психологической безопасности студентов в вузах. Исследуются стрессовые факторы, процессы адаптации и меры поддержки психического здоровья с помощью педагогических и психологических подходов. Результаты показывают, что укрепление психологической безопасности, создание поддерживающей среды и внедрение программ по снижению стресса способствуют улучшению психического здоровья студентов и их академической успеваемости.

Ключевые слова: психологическая безопасность студентов, высшее образование, стресс, адаптация, психическое здоровье, педагогическая поддержка.

Kirish. Oliy ta’lim muassasalarida talabalar psixologik xavfsizligi dolzarb masala hisoblanadi. Universitet muhitida talabalar turli stress omillariga duch keladi, jumladan akademik yuk, yangi ijtimoiy muhit, raqobat va shaxsiy muammolar. Bu omillar talabalarning ruhiy salomatligini ta’minlash va o’quv jarayonini samarali qilish uchun e’tibor talab qiladi [3]. Psixologik xavfsizlik — talabaning o’zini xavfsiz, qo’llab-quvvatlangan va erkin his qilishi, stressga bardosh bera olishi va ijtimoiy muhitga moslashish qobiliyatidir [4].

Tadqiqot nazariy-tahliliy va empirik metodlarga asoslandi: Talabalar psixologik xavfsizligi va ruhiy salomatlik bo’yicha adabiyotlar, ilmiy maqolalar va pedagogik qo’llanmalar o’rganildi [5] Talabalar orasida stress, adaptatsiya va ruhiy salomatlik darajasi bo’yicha empirik ma’lumotlar yig’ildi [7].

Metodologiya. Mazkur tadqiqotda oliy ta’lim muassasalarida talabalar psixologik xavfsizligini ta’minlash masalasi kompleks yondashuv asosida o’rganildi. Tadqiqot jarayonida nazariy va empirik metodlardan foydalanildi. Avvalo, mavzuga oid ilmiy adabiyotlar, normativ-huquqiy hujjatlar va psixologik tadqiqotlar tahlil qilindi. Bu orqali psixologik xavfsizlik tushunchasining mazmuni, uning tarkibiy qismlari va ta’lim jarayonidagi o’rni aniqlashtirildi.

Empirik qismda kuzatish, suhbat va anonim so’rovnoma metodlaridan foydalanildi. Talabalar o’rtasida o’tkazilgan so’rovnomalar orqali ularning stress darajasi, o’qishga moslashish jarayoni, o’qituvchi-talaba munosabatlari va jamoaviy muhitga nisbatan qarashlari o’rganildi. Suhbat jarayonida esa talabalar o’zlarini erkin his qilish yoki qilmaslik sabablari haqida fikr bildirishdi.

Natijalar va tahlil. Tadqiqot natijalari shuni ko’rsatdiki, oliy ta’lim muassasasida psixologik xavfsizlik darajasi talabaning o’qishdagi muvaffaqiyatiga bevosita ta’sir ko’rsatadi. O’zini xavfsiz va qo’llab-quvvatlangan his qilgan talaba darslarda faolroq ishtirok etadi, mustaqil fikr bildiradi va ijodiy yondashuv namoyon qiladi.

So’rovnoma natijalariga ko’ra, talabalar orasida asosiy stress omillari quyidagilar ekanligi aniqlandi: yuqori akademik yuklama, baholash jarayonidagi noaniqlik, jamoaga moslashishdagi qiyinchiliklar hamda kelajak kasbiy faoliyatiga doir xavotirlar. Ayrim talabalar o’qituvchi bilan muloqotdagi masofa yoki rasmiylik ham psixologik noqulaylik tug’dirishini ta’kidladilar. Natijalar shuni ko’rsatadiki, psixologik xavfsizlikni ta’minlash uchun quyidagi yo’nalishlar muhim hisoblanadi:

- qo’llab-quvvatlovchi ta’lim muhitini yaratish;
- o’qituvchi va talaba o’rtasida ochiq muloqotni rivojlantirish;
- psixologik xizmat faoliyatini kuchaytirish;
- stressni kamaytirishga qaratilgan dasturlarni joriy etish;
- talabalarni ijtimoiy moslashuvga yo’naltiruvchi loyihalarni kengaytirish.

Xulosa. Xulosa qilib aytganda, universitetlarda talabalar psixologik xavfsizligini ta’minlash shunchaki qo’shimcha vazifa emas, balki ta’lim jarayonining ajralmas qismi bo’lishi kerak. Chunki talaba o’zini ruhiy jihatdan tinch, qo’llab-quvvatlangan va tushunilgan his qilmasa, uning bilim olishi ham to’liq samarali bo’lmaydi. Pedagogik va psixologik yordam, stressni kamaytirishga qaratilgan dasturlar, ochiq muloqot muhiti – bularning barchasi talabaning ichki ishonchini mustahkamlaydi. Menimcha, ayniqsa hozirgi tezkor va raqobat kuchli davrda yoshlar turli bosim va tashvishlarga duch kelmoqda. Agar oliy ta’lim muassasasida sog’lom psixologik muhit yaratilsa, talaba nafaqat yaxshi o’qiydi, balki o’z fikrini erkin bildiradi, tashabbus ko’rsatadi va jamiyatda faol shaxs sifatida shakllanadi. Bu esa uning kelajakdagi kasbiy muvaffaqiyatiga ham bevosita ta’sir qiladi. Shu sababli, universitetlarda psixologik xizmatlarni kuchaytirish, murabbiylik tizimini rivojlantirish va talabalarga doimiy ma’naviy ko’mak berish juda muhim deb o’ylayman. Chunki bugungi talabaning ruhiy barqarorligi – ertangi jamiyatning mustahkam poydevoridir.

Foydalanilgan adabiyotlar

1. *Abdullayev S. Talabalar psixologik xavfsizligi.* – Toshkent: Fan, 2015.
2. *Karimov I.A. Universitetda psixologik qo’llab-quvvatlash.* – Toshkent: Ma’naviyat, 2010.
3. *G’oziyev E.G’. Oila va yoshlar psixologiyasi.* – Toshkent: O’qituvchi, 2003.
4. *Tojiboyeva D. Stress va adaptatsiya psixologiyasi.* – Toshkent: Universitet, 2012.
5. *Musurmonova O. Oliy ta’limda pedagogik qo’llab-quvvatlash.* – Toshkent: Fan, 2010.
6. *Qodirov B. Talabalar ruhiy salomatligi.* – Toshkent: Ma’naviyat, 2009.
7. *Yo’ldoshev J. Psixologik xavfsizlik asoslari.* – Toshkent: O’zbekiston, 2011.
8. *Abdullayeva B. Stressni boshqarish va adaptatsiya.* – Toshkent: Tafakkur, 2015.