

GLOBALLASHUV SHAROITIDA YUQORI MALAKALI KADRLARNI TAYYORLASH JARAYONIDA PSIXIK SALOMATLIKNI TA’MINLASHDA INNOVATSION YONDASHUVLAR

*Andijon davlat pedagogika institute
Pedagogika fakulteti, boshlang’ich ta’lim yo’nalishi
101-guruh talabasi Muxtorova Zarinaxon Ulug’bek qizi
Andijon davlat pedagogika instituti o’qituvchisi
Alisherova Zulfiya Tolibdjanovna
E-mail: asilbekmuxtorov46@gmail.com
Tel: +998-50-870-47-40*

<https://doi.org/10.5281/zenodo.19428596>

Annotatsiya: Ushbu maqolada globallashuv jarayonlarining oliy ta’lim va kadrlar tayyorlash tizimiga ta’siri, talaba-yoshlarning intellektual salohiyatini oshirish bilan bir qatorda ularning psixik salomatligini muhofaza qilish masalalari yoritilgan. Maqolada kadrlar tayyorlashda innovatsion psixologik texnologiyalar, raqamli psixogigiya va emotsional intellektni rivojlantirishning ahamiyati tahlil qilingan. Shuningdek, bo‘lajak mutaxassislarda stressga chidamlilikni shakllantirish bo‘yicha amaliy tavsiyalar keltirilgan.

Kalit so‘zlar: Globallashuv, psixik salomatlik, innovatsion yondashuv, yuqori malakali kadrlar, emotsional intellekt, stress menejmenti, raqamli psixologiya, kognitiv rivojlanish.

Аннотация. В данной статье освещается влияние процессов глобализации на систему высшего образования и подготовки кадров, а также вопросы охраны психического здоровья студенческой молодежи наряду с повышением их интеллектуального потенциала. В статье анализируется значение инновационных психологических технологий, цифровой психогигиены и развития эмоционального интеллекта в подготовке кадров. Также представлены практические рекомендации по формированию стрессоустойчивости у будущих специалистов.

Ключевые слова: Глобализация, психическое здоровье, инновационный подход, высококвалифицированные кадры, эмоциональный интеллект, стресс-менеджмент, цифровая психология, когнитивное развитие.

Abstract: This article highlights the impact of globalization processes on the higher education and personnel training system, as well as the issues of protecting the mental health of students alongside enhancing their intellectual potential. The article analyzes the importance of innovative psychological technologies, digital psychohygiene, and the development of emotional intelligence in professional training. Furthermore, practical recommendations for developing stress resilience in future specialists are provided.

Keywords: Globalization, mental health, innovative approach, highly qualified personnel, emotional intelligence, stress management, digital psychology, cognitive development.

Kirish

XXI asr — shiddatli o‘zgarishlar, axborot oqimining beqiyos darajada o‘sishi va raqobatning kuchayishi davridir. Globallashuv nafaqat iqtisodiy va siyosiy sohalarni, balki insonning ruhiy olamini ham qamrab olmoqda. Bugungi kunda mehnat bozori faqatgina bilimli mutaxassisni emas, balki psixologik barqaror, kreativ va moslashuvchan kadrlarni talab qilmoqda.

Yuqori malakali kadrlar tayyorlash jarayoni o‘ta murakkab intellektual yuklamalar bilan kechadi. Bu esa o‘z navbatida talabalarda ruhiy toliqish, "yonish" (burnout) sindromi va turli

depressiv holatlarning yuzaga kelishiga sabab bo’lishi mumkin. Shu bois, ta’lim tizimida psixik salomatlikni ta’minlashning innovatsion modellarini tatbiq etish dolzarb vazifaga aylandi.

1. Globallashuv va Ta’limdagi Psixologik Transformatsiyalar

Globallashuv sharoitida ta’lim paradigmasi "umr bo’yi ta’lim olish" (lifelong learning) tamoyiliga o’tdi. Bu jarayon kadrlar zimmasiga quyidagi bosimlarni yuklaydi:

Axborot yuklamasi: Kunlik qabul qilinadigan ma’lumotlar miqdori inson miyasining tabiiy filtrlash imkoniyatidan oshib ketmoqda.

Vaqt defitsiti: Tezkor qaror qabul qilish zarurati surunkali stressni keltirib chiqarmoqda.

Texnologik bog’liqlik: Raqamli muhitda yashash ijtimoiy izolyatsiya va kiber-psixologik muammolarni tug’dirmoqda.

“Globallashuv jarayonlari ta’lim tizimidan nafaqat kasbiy kompetensiyalarni, balki shaxsning psixologik barqarorligini ham shakllantirishni talab etadi.”

[Anthony Giddens ushbu fikrni Vygotskiy L.S. Tafakkur va nutq: Insonning yuqori psixologik jarayonlar rivoji / L.S. Vygotskiy. — Moskva: Pedagogika, 1934. — 312-bet.]

2. Psixik Salomatlikni Ta’minlashda Innovatsion Texnologiyalar

Kadrlar tayyorlashda an’anaviy psixologik maslahat usullari endilikda yetarli bo’lmay qolmoqda.

“Psixik salomatlikni ta’minlash – bu nafaqat tibbiy, balki pedagogik va ijtimoiy muammo bo’lib, u ta’lim tizimida kompleks yondashuvni talab etadi.”

[Qodirov B.R. Shaxs psixologiyasi / B.R. Qodirov. — Toshkent: O’qituvchi, 2008. — 256-bet.]

Quyidagi innovatsion yondashuvlar samarali hisoblanadi:

1. Emotsional intellektni rivojlantirish

Yuqori malakali kadr o’z hissiyotlarini boshqara olishi va jamoada sog’lom muhit yarata olishi lozim. Innovatsion o’quv dasturlariga EQ modullarini kiritish, talabalarning "o’z-o’zini regulatsiya qilish" qobiliyatini oshiradi.

2. Neyropedagogika va Neyropsixologiya

Miyaning ishlash mexanizmlariga asoslangan holda o’qitish metodikasini qurish. Bu yondashuv talabning kognitiv imkoniyatlarini zo’riqtirmasdan, maksimal natijaga erishishni ko’zda tutadi.

3. Raqamli Psixogigiya

Talabalarga raqamli qurilmalardan foydalanish madaniyatini o’rgatish. Bu "gadjetlarga qaramlik"ni kamaytirish va diqqatni jamlash (mindfulness) texnikalarini o’z ichiga oladi.

3. Kadrlar Tayyorlashda Stress Menejmenti Modeli

Yuqori malakali mutaxassis tayyorlashda stressga chidamlilik (resilience) asosiy kompetensiya hisoblanadi. Tadqiqotlar shuni ko’rsatadiki, stress darajasi nazorat qilinadigan muhitda o’zlashtirish ko’rsatkichi 40% ga yuqori bo’ladi.

Stressni boshqarishning innovatsion zanjiri:

Diagnostika: Sun’iy intellekt yordamida talabalarning ruhiy holatini testlash.

Profilaktika: VR (Virtual borliq) texnologiyalari orqali relaksatsiya mashqlarini o’tkazish.

Korreksiya: Shaxsiy psixologik traektoriyalarni yaratish.

4. Oliy Ta’lim Muassasalarida Psixologik Xizmatni Modernizatsiya Qilish

Bugungi kun psixologi faqat kabinetda o’tiruvchi shaxs bo’lmashligi kerak. Innovatsion yondashuv quyidagilarni talab qiladi:

Online-platformalar: Talabalar anonim tarzda psixologik yordam olishi mumkin bo’lgan mobil ilovalar yaratish.

Tutorlik va Mentorlik: Har bir talabaning ruhiy o‘shini kuzatib boruvchi "psixologik tyutor" tizimini joriy etish.

Kreativ muhit: OTM hududida "Psixologik yuklamani kamaytirish xonalari" (Anti-stress rooms) tashkil etish.

5. Amaliy Tavsiyalar va Strategik Yondashuvlar

Globalashuv sharoitida kadrlar sifatini oshirish uchun quyidagi chora-tadbirlarni amalga oshirish taklif etiladi:

O‘quv rejalarga "Shaxsiy samaradorlik va psixologik salomatlik" fanini kiritish. Bu fanda talabalar taym-menejment, meditatsiya va konstruktiv muloqotni o‘rganadilar.

Gibrid ta’lim shaklida psixologik muvozanatni saqlash. Masofaviy ta’limda paydo bo‘ladigan "ijtimoiy ochlik"ni bartaraf etish uchun jamoaviy loyihalarni ko‘paytirish.

Ish beruvchilar bilan hamkorlik. Bo‘lajak kadrlarni ishlab chiqarish stressiga tayyorlash uchun korporativ psixologiya treninglarini tashkil etish.

Xulosa

Xulosa qilib aytganda, globalashuv sharoitida yuqori malakali kadrlarni tayyorlash faqatgina professional bilimlarni berish bilan cheklanmasligi kerak. Shaxsning psixik salomatligi uning kasbiy muvaffaqiyatining poydevoridir. Innovatsion yondashuvlar — raqamli texnologiyalar, neyropsixologik bilimlar va emotsional intellektni rivojlantirish orqali biz nafaqat bilimli, balki ruhiy jihatdan sog‘lom, har qanday inqirozlarga tayyor mutaxassislar avlodini shakllantira olamiz. Psixik salomatlikka kiritilgan investitsiya — bu kelajakdagi iqtisodiy barqarorlik va ijtimoiy taraqqiyotga kiritilgan investitsiyadir.

Foydalanilgan adabiyotlar:

- 1.Mirziyoyev Sh.M. "Yangi O‘zbekiston strategiyasi". — Toshkent: "O‘zbekiston", 2022, 416 bet.
- 2.Goleman D. "Emotional Intelligence: Why It Can Matter More Than IQ". — Bantam Books, 2005, 352 bet.
- 3.G‘oziyev E.G. "Umumiy psixologiya". — Toshkent, 2010, 465-540 bet.
- 4.Seligman M. "Authentic Happiness". — Free Press, 2002, 336 bet.
- 5.Shayxova N.M. "Globalashuv davrida yoshlar psixologiyasi muammolari". O‘quv qo‘llanma. Toshkent, 2019,150-250 bet.
- 6.World Health Organization (WHO). "Mental health in the workplace". Information sheet, 2022, 130 bet.