BO‘LAJAK O‘QITUVCHILARNING NUTQIY EMPATIYA VA PSIXOEMOTSIONAL MOSLASHUVCHANLIK KO‘NIKMALARINI RIVOJLANTIRISH

Ubaydullayeva Zilolaxon Zokirjon qizi
Chirchiq davlat pedagogika universiteti, I-kurs magistr
Tel. raqami:+998949219324

Annotatsiya: *Maqolada pedagogika oliy ta’lim muassasalari talabalarida nutqiy empatiya va psixoemotsional moslashuvchanlikni shakllantirishning nazariy asoslari yoritilgan. Ikki ko‘nikmaning o‘zaro bog‘liqligi, ularni rivojlantirish bosqichlari va baholash mezonlari ko‘rib chiqiladi. Mavzuning dolzarbligi o‘qituvchi kasbining hissiy yuklamasi yuqoriligi va pedagogik muloqot sifati o‘quvchi bilan munosabatni bevosita belgilashi bilan izohlanadi.*

Kalit so‘zlar: *nutqiy empatiya, psixoemotsional moslashuvchanlik, bo‘lajak o‘qituvchi, pedagogik muloqot, hissiyotni tartibga solish, refleksiya.*

Kirish

O‘qituvchi kasbi boshqa ko‘plab kasblardan farqli o‘laroq, ish quroli sifatida avvalo shaxsning o‘zini, uning so‘zini, ovozini va hissiy holatini talab qiladi. Dars jarayonida o‘qituvchi aytgan har bir gap bilim mazmunini yetkazish bilan cheklanmaydi: u o‘quvchiga o‘zi qanchalik qadrlanayotgani, xatosi qanday qabul qilinishi va sinfda erkin fikr bildirish mumkin yoki mumkin emasligi haqida ham xabar beradi. A. Hargreaves o‘qituvchilik faoliyatini hissiy amaliyot sifatida ta’riflab, o‘qituvchi va o‘quvchi o‘rtasidagi munosabat aynan shu hissiy qatlamda shakllanishini ko‘rsatgan [1]. Pedagogik kadrlar tayyorlash tizimini takomillashtirish 2020-yilda qabul qilingan “Ta’lim to‘g‘risida”gi Qonunda ham ustuvor vazifa sifatida belgilangan [2]. Biroq amaliyotda bo‘lajak o‘qituvchi ko‘proq fan mazmuni va o‘qitish metodikasi bo‘yicha tayyorlanadi, o‘z hissiyotini boshqarish va uni o‘quvchi bilan muloqotda to‘g‘ri ifodalash esa alohida o‘rgatiladigan ko‘nikma sifatida kam e’tibor oladi. Mahalliy tadqiqotlarda bo‘lajak

o‘qituvchilarda hissiy intellektni rivojlantirishning konseptual asoslari shaxsga yo‘naltirilgan, kompetensiyaviy va madaniy-aksiologik yondashuvlar uyg‘unligida ko‘rib chiqiladi [11].

Pedagogik amaliyotda o‘qituvchi bilim yetishmasligidan emas, kutilmagan vaziyatda o‘zini tuta olmaslikdan yoki o‘quvchiga aytiladigan gapni noto‘g‘ri tanlashdan qiynaladigan holatlar ko‘p uchraydi. Shu sababli maqolaning maqsadi bo‘lajak o‘qituvchilarda nutqiy empatiya va psixoemotsional moslashuvchanlik ko‘nikmalarini rivojlantirishning nazariy asoslarini aniqlash va pedagogik jihatdan asoslangan bosqichma-bosqich yondashuvni taklif etishdan iborat. Bu maqsadga erishish uchun ikki tushunchaning mohiyati ochib beriladi, ularning o‘zaro bog‘liqligi tahlil qilinadi, rivojlantirish bosqichlari va baholash mezonlari belgilanadi.

Asosiy qism

Empatiya tushunchasi psixologiyada K. Rojers asarlaridan boshlab suhbatdoshning ichki dunyosini uning o‘z nuqtai nazaridan anglash va bu anglashni unga yetkaza olish qobiliyati sifatida talqin qilinadi [3]. Zamonaviy tadqiqotlar empatiyaning hissiy va kognitiv tarkibiy qismlarini ajratadi: birinchisi boshqa odamning his-tuyg‘usiga hissiy hamohanglikni, ikkinchisi uning holatini aqlan tushunishni bildiradi [4]. M. Devis esa empatiyani yagona xususiyat sifatida emas, balki nuqtai nazarni qabul qilish, hamdardlik, shaxsiy bezovtalik va xayoliy ishtirok kabi o‘zaro bog‘liq o‘lchamlardan iborat tuzilma sifatida ko‘rsatgan [5]. Nutqiy empatiya shu tuzilmaning pedagogik muloqotdagi amaliy ko‘rinishi bo‘lib, o‘qituvchining o‘quvchi holatini payqashi va buni so‘z tanlovi, ohang, pauza, savol berish shakli hamda tinglash usuli orqali bildirishida namoyon bo‘ladi. L. S. Vygotskiy nutqni fikr bildirish vositasi emas, fikrning o‘zi shakllanadigan muhit deb hisoblagan [6]; shu nuqtai nazardan o‘qituvchi nutqi o‘quvchining o‘zi haqidagi tasavvurini ham shakllantiradi. Psixoemotsional moslashuvchanlik esa shaxsning stress, tanqid va kutilmagan o‘zgarishlar sharoitida hissiy muvozanatini

tiklash va faoliyatini samarali davom ettirish qobiliyatidir. Bu tushuncha J. Gross ishlab chiqqan hissiyotni tartibga solish nazariyasi, xususan vaziyatni qayta baholash va hissiy ifodani nazorat qilish strategiyalari bilan uzviy bog‘liq [7], shuningdek chidamlilik (rezilyentlik) tadqiqotlarida og‘ir sharoitda ijobiy moslashish jarayoni sifatida o‘rganiladi [8]. M. M. Munavvarxonova hissiy intellekt bilan birga pedagogik moslashuvchanlikni (rezilyentlikni) shakllantirish bo‘lajak o‘qituvchining hissiy zo‘riqish va kasbiy kuyib ketish xavfini kamaytirishini asoslaydi [12].

Ikkala ko‘nikmani bir-biridan ajratib bo‘lmaydi. Empatik muloqot o‘qituvchidan o‘quvchining norozilik, qo‘rquv yoki uyat kabi og‘ir hissiyotlariga yaqin turishni talab qiladi; agar o‘qituvchi o‘z hissiyotini boshqara olmasa, bunday yaqinlik uning o‘zida bezovtalik va g‘azabga aylanadi, natijada u o‘zini himoya qilish uchun buyruq ohangiga, tanbehga yoki sukutga o‘tib ketadi. Aksincha, moslashuvchanlik bo‘lsa-yu, empatiya yetarli bo‘lmasa, o‘qituvchi o‘zini xotirjam tutadi, ammo bu xotirjamlik o‘quvchiga befarqlik bo‘lib ko‘rinishi mumkin. Mayer va Saloveyning hissiy intellekt modelida hissiyotni idrok etish, undan fikrlashda foydalanish, uni tushunish va boshqarish ketma-ket bosqichlar sifatida berilgan [9], bu esa ikki ko‘nikmani yagona rivojlanish zanjirining halqalari sifatida ko‘rishga imkon beradi. Jennings va Grinberg o‘qituvchining ijtimoiy-hissiy kompetensiyasi sinf muhiti, o‘qituvchi bilan o‘quvchi munosabati va o‘quvchilar natijalariga ta’sir qilishini tushuntiruvchi nazariy model taklif etgan [10]; bu model o‘qituvchi tayyorlashda hissiy ko‘nikmalarni qo‘shimcha emas, kasbiy kompetensiyaning asosiy qismi sifatida ko‘rish zarurligini asoslaydi. M. A. Jo‘rayeva tadqiqotida pedagogik empatiya darajasi bilan kommunikativ kompetentlik o‘rtasida yaqin bog‘liqlik aniqlangan [13], G. Gulmonovaning ta’kidlashicha esa empatiya o‘rgatilishi mumkin bo‘lgan ko‘nikma bo‘lib, shaxsiy namuna, dialog va rolli o‘yinlar orqali rivojlanadi [14].

Pedagogik amaliyot davomida talaba bir nechta tipik vaziyatga duch keladi: o‘quvchi vazifani bajarmay kelishi, darsda baland ovozda e’tiroz bildirishi, javob berayotib xato qilishi va sinfning kulib yuborishi, ota-onaning norozi suhbati. Bunday paytlarda ko‘pchilik talaba o‘zi o‘qituvchilaridan eshitgan tayyor iboralarga tayanadi: “Nega tayyorlanmading?”, “Jim o‘tir”. Bu iboralar o‘quvchining holatini so‘ramaydi, balki uning xatti-harakatini baholaydi. Nutqiy empatiya ko‘nikmasi gapni boshqacha qurishni o‘rgatadi: avval holatni nomlash (“Bugungi vazifa qiyin bo‘lgandek ko‘rinyapti”), so‘ng sababni so‘rash, keyin birgalikda yechim izlash. Bunda gapning mazmuni emas, tuzilishi o‘zgaradi, bu o‘zgarish esa faqat ongli takrorlash orqali, ya’ni mashq jarayonida avtomatlashadi.

Rivojlantirish jarayonini to‘rt bosqichda tashkil etish maqsadga muvofiq. Birinchi, diagnostik bosqichda talabaning dastlabki holati aniqlanadi: Devisning empatiya so‘rovnomasi kabi vositalar, o‘z-o‘zini baholash varaqasi va qisqa mikro-dars paytidagi kuzatuv natijalari bir-biri bilan taqqoslanadi. Ikkinchi, tushunchaviy bosqichda talaba empatiya, hissiyotni tartibga solish va pedagogik muloqot tushunchalarini kasbiy vaziyatlarga bog‘lab o‘rganadi; bu bosqichda ma’ruza o‘rniga kazus tahlili va munozara ustun turadi. Uchinchi, amaliy bosqich eng ko‘p vaqtni talab qiladi: rolli o‘yinlar, mikro-darslarni videoga olish va tahlil qilish, “qiyin suhbat” simulyatsiyalari orqali talaba bir xil vaziyatda turli nutqiy variantlarni sinab ko‘radi hamda nafasni boshqarish, to‘xtam qilish, vaziyatni qayta baholash kabi o‘zini tartibga solish usullarini nutq bilan birga mashq qiladi. To‘rtinchi, refleksiv bosqichda talaba shaxsiy kundalik yuritadi, o‘z nutqining yozib olingan parchalarini tahlil qiladi, tengdoshlari va amaliyot rahbari bilan fikr almashadi. Barcha bosqichlarda ishonchli muhit shart: talaba xatosi uchun jazolanmasligini bilsagina o‘z nutqini ochiq ko‘rsata oladi.

Ko‘nikmalar rivojlanganini baholash uchun kuzatiladigan ko‘rsatkichlar kerak, aks holda jarayon umumiy gaplar bilan cheklanib qoladi. Nutqiy empatiya bo‘yicha asosiy ko‘rsatkichlar: o‘quvchining gapini bo‘lmasdan tinglash, uning

fikrini o‘z so‘zlari bilan qaytarish, his-tuyg‘uni nomlash, baholovchi savollar o‘rniga ochiq savollar berish, ovoz ohangi va tezligini vaziyatga moslash. Psixoemotsional moslashuvchanlik bo‘yicha esa keskin vaziyatdan keyin tinchlanish uchun ketadigan vaqt, tanqidga mudofaasiz javob berish, xatosini tan olib rejani o‘zgartira olish va zarur bo‘lganda hamkasbdan yordam so‘rash kabi belgilar olinadi. Har bir ko‘rsatkich uch darajali shkalada (boshlang‘ich, o‘rta, yuqori) kuzatuv varaqasi orqali baholanadi; baholashni kamida ikki kuzatuvchi bajargani ma’qul, chunki bu subyektiv xatoni kamaytiradi. Taklif qilingan model empirik sinovdan o‘tkazilgach, ko‘rsatkichlarni tajriba va nazorat guruhlari kesimida taqqoslash mumkin bo‘ladi.

Xulosa

Bo‘lajak o‘qituvchining nutqiy empatiyasi va psixoemotsional moslashuvchanligi bir-birini to‘ldiruvchi ko‘nikmalardir: birinchisi o‘quvchi bilan munosabat sifatini, ikkinchisi esa shu munosabatni qiyin vaziyatda ham saqlab qolish imkonini belgilaydi. Ularni faqat nazariy ma’ruzalar orqali shakllantirib bo‘lmaydi; diagnostika, tushunchaviy tayyorgarlik, amaliy mashq va refleksiyadan iborat izchil jarayon hamda kuzatiladigan mezonlar talab etiladi. Pedagogika oliy ta’lim muassasalariga shu mazmundagi mashg‘ulotlarni pedagogik muloqot va psixologiya fanlari doirasida, amaliyot davrida esa mentor kuzatuvi bilan birga o‘tkazish tavsiya etiladi. Maqolaning cheklovi shundaki, u nazariy tahlilga tayanadi va taklif qilingan model o‘zbek ta’lim sharoitida tajriba-sinov orqali hali tekshirilmagan; kelgusi tadqiqotlar aynan shu yo‘nalishda davom etishi mumkin.

Foydalanilgan adabiyotlar:

1. Hargreaves A. The emotional practice of teaching // Teaching and Teacher Education. – 1998. – Vol. 14, No. 8. – P. 835–854.
2. O‘zbekiston Respublikasining “Ta’lim to‘g‘risida”gi Qonuni, O‘RQ-637-son. – Toshkent, 2020-yil 23-sentabr.
3. Rogers C. R. On Becoming a Person. – Boston: Houghton Mifflin, 1961.

4. Decety J., Jackson P. L. The functional architecture of human empathy // Behavioral and Cognitive Neuroscience Reviews. – 2004. – Vol. 3, No. 2. – P. 71–100.
5. Davis M. H. Measuring individual differences in empathy: Evidence for a multidimensional approach // Journal of Personality and Social Psychology. – 1983. – Vol. 44, No. 1. – P. 113–126.
6. Выготский Л. С. Мышление и речь. – Москва: Лабиринт, 1999.
7. Gross J. J. The emerging field of emotion regulation: An integrative review // Review of General Psychology. – 1998. – Vol. 2, No. 3. – P. 271–299.
8. Luthar S. S., Cicchetti D., Becker B. The construct of resilience: A critical evaluation and guidelines for future work // Child Development. – 2000. – Vol. 71, No. 3. – P. 543–562.
9. Mayer J. D., Salovey P. What is emotional intelligence? // Emotional development and emotional intelligence: Educational implications. – New York: Basic Books, 1997. – P. 3–31.
10. Jennings P. A., Greenberg M. T. The prosocial classroom: Teacher social and emotional competence in relation to student and classroom outcomes // Review of Educational Research. – 2009. – Vol. 79, No. 1. – P. 491–525.
11. Shomurodov J. O. Bo‘lajak o‘qituvchilarda emotsional intellektni rivojlantirishning konseptual asoslari. – Zenodo, 2026. – DOI: 10.5281/zenodo.19442336.
12. Munavvarxonova M. M. Bo‘lajak o‘qituvchilarning emotsional intellektini hamda pedagogik moslashuvchanligini (resilience) shakllantirish // Pedagogik ta’lim va tarbiya transformatsiyasida fundamental, amaliy va innovatsion tadqiqotlarning konseptual asoslari: konferensiya materiallari. – Namangan: Smart Quill Publishing, 2026. – DOI: 10.5281/zenodo.23350585.

13. Jo‘rayeva M. A. Pedagogik empatiya va kommunikativ kompetentlikning o‘zaro bog‘liqligi // Ta’lim va taraqqiyot ilmiy-uslubiy jurnali. – Namangan, 2025. – №6.
14. Gulmonova G. Boshlang‘ich ta’limda empatiyani rivojlantirishning pedagogik imkoniyatlari // Yangi O‘zbekiston ilmiy tadqiqotlar jurnali. – 2026. – 3(8). – B. 108–113. – DOI: 10.5281/zenodo.22089725.