RAQAMLI MUHITDA PEDAGOGLARNING ADAPTATSIYA RESURSLARI: SOTSIAL-PSIXOLOGIK YONDASHUV

Chirchiq davlat pedagogika universiteti
amaliy psixologiya yo‘nalishi 3-kurs talabasi
Axmedova Yulduz Anvar qizi
Yakhmedova830@gmail.com

Ilmiy rahbar
Eshnayev Nortoji Jumayevich

Annotatsiya: *Mazkur maqola raqamli muhitda pedagoglarning adaptatsiya resurslarini ijtimoiy-psixologik yondashuv asosida o‘rganishga bag‘ishlangan. Tadqiqotda pedagoglarning raqamli texnologiyalarga moslashuvi, ularning psixologik barqarorligi va kommunikativ faoliyati tahlil qilinadi. Shuningdek, ijtimoiy qo‘llab-quvvatlash, motivatsiya va professional rivojlanish omillarining adaptatsiya jarayoniga ta’siri yoritiladi. Raqamli muhitda samarali faoliyat yuritish uchun zarur bo‘lgan psixologik resurslar aniqlanadi. Tadqiqot natijalari pedagoglarning raqamli kompetensiyalarini rivojlantirishda ijtimoiy-psixologik mexanizmlarning ahamiyatini ko‘rsatadi. Maqolada ta’lim tizimida raqamli transformatsiyani samarali amalga oshirish bo‘yicha tavsiyalar beriladi.*

Kalit so‘zlar: *raqamli muhit, pedagog adaptatsiyasi, ijtimoiy-psixologik yondashuv, psixologik barqarorlik, motivatsiya, kommunikativ faoliyat.*

Аннотация: *Данная статья посвящена изучению адаптационных ресурсов педагогов в цифровой среде на основе социально-психологического подхода. В исследовании анализируются адаптация педагогов к цифровым технологиям, их психологическая устойчивость и коммуникативная активность. Также рассматривается влияние социальной поддержки, мотивации и профессионального развития на процесс адаптации. Определяются психологические ресурсы, необходимые для эффективной деятельности в цифровой среде. Результаты исследования показывают значимость социально-психологических механизмов в развитии цифровых компетенций педагогов. В статье предлагаются рекомендации по эффективной реализации цифровой трансформации в системе образования.*

Ключевые слова: *цифровая среда, адаптация педагогов, социально-психологический подход, психологическая устойчивость, мотивация, коммуникативная активность.*

Abstract: *This article is devoted to the study of teachers’ adaptation resources in a digital environment based on a socio-psychological approach. The research analyzes teachers’ adaptation to digital technologies, their psychological stability, and communicative activity. It also examines the impact of social support, motivation, and professional development on the adaptation process. The study identifies psychological resources necessary for effective functioning in a digital environment. The findings highlight the importance of socio-psychological mechanisms in developing teachers’ digital competencies. The article provides*

recommendations for the effective implementation of digital transformation in the education system.

Keywords: *digital environment, teacher adaptation, socio-psychological approach, psychological stability, motivation, communicative activity.*

Kirish

Zamonaviy ta’lim tizimi raqamli texnologiyalar asosida tubdan yangilanib borayotgan bir sharoitda pedagoglarning kasbiy faoliyati ham sezilarli transformatsiyani boshdan kechirmoqda. Raqamli muhitning joriy etilishi ta’lim jarayonini optimallashtirish, o‘qitish samaradorligini oshirish va bilimlarni uzatishning yangi shakllarini yaratish imkonini bermoqda. Shu bilan birga, ushbu jarayon pedagoglardan yangi kompetensiyalarni egallashni, moslashuvchanlikni va psixologik barqarorlikni talab etadi. Ayniqsa, raqamli texnologiyalar bilan ishlashda yuzaga keladigan psixologik qiyinchiliklar, stress va kasbiy charchash holatlari pedagoglarning adaptatsiya jarayonini murakkablashtiradi.

Raqamli muhitda pedagoglarning adaptatsiya resurslari masalasi ijtimoiy-psixologik yondashuv nuqtai nazaridan alohida ahamiyat kasb etadi. Ushbu yondashuv pedagogning individual psixologik xususiyatlari, motivatsion holati, ijtimoiy qo‘llab-quvvatlash darajasi va kommunikativ imkoniyatlarini kompleks tarzda o‘rganishni nazarda tutadi. Raqamli muhitda muvaffaqiyatli faoliyat yuritish uchun pedagoglarda nafaqat texnik bilimlar, balki ijtimoiy moslashuv, emotsional barqarorlik va samarali muloqot ko‘nikmalari ham shakllangan bo‘lishi zarur. Shu jihatdan, adaptatsiya resurslari pedagogning ichki va tashqi imkoniyatlarini birlashtiruvchi muhim omil sifatida namoyon bo‘ladi.

Interaktiv platformalar, onlayn ta’lim tizimlari va masofaviy o‘qitish shakllari pedagogik faoliyatning yangi ko‘rinishlarini shakllantirdi. Bu esa pedagoglardan o‘z faoliyatini qayta tashkil etish, yangi metod va vositalardan foydalanish, talabalarning ehtiyojlariga moslashish kabi ko‘nikmalarni talab etadi. Shu bilan birga, raqamli muhitda samarali ishlash pedagogning o‘zini rivojlantirishga bo‘lgan ichki ehtiyoji, kasbiy motivatsiyasi va ijtimoiy qo‘llab-quvvatlash tizimi bilan chambarchas bog‘liqdir.

Mazkur tadqiqotning dolzarbligi shundaki, raqamli transformatsiya sharoitida pedagoglarning adaptatsiya resurslarini aniqlash va ularni rivojlantirishning psixologik asoslarini o‘rganish ta’lim samaradorligini oshirishga xizmat qiladi. Tadqiqotning asosiy maqsadi raqamli muhitda pedagoglarning adaptatsiya resurslarini ijtimoiy-psixologik yondashuv asosida tahlil qilish va ularni rivojlantirishga qaratilgan samarali strategiyalarni ishlab chiqishdan iboratdir. Ushbu yo‘nalishdagi izlanishlar pedagoglarning kasbiy faoliyatini takomillashtirish, ularning psixologik farovonligini ta’minlash va raqamli ta’lim tizimini samarali tashkil etish uchun muhim ilmiy-amaliy ahamiyatga ega.

Adabiyotlar tahlili va metodologiya

Raqamli muhitda pedagoglarning adaptatsiya resurslarini o‘rganish zamonaviy psixologik va pedagogik tadqiqotlarning ustuvor yo‘nalishlaridan biri hisoblanadi. Raqamli transformatsiya sharoitida ta’lim tizimining yangilanishi pedagoglarning kasbiy faoliyatiga yangi talablarni qo‘ymoqda. Shu sababli, pedagoglarning raqamli muhitga moslashuv jarayonini ijtimoiy-psixologik yondashuv asosida o‘rganish muhim ilmiy-amaliy ahamiyatga ega. Ushbu yondashuv pedagogning individual xususiyatlari, motivatsiyasi, emotsional barqarorligi va ijtimoiy qo‘llab-quvvatlash tizimini kompleks tahlil qilish imkonini beradi.

Ilmiy adabiyotlar tahlili shuni ko‘rsatadiki, adaptatsiya jarayoni ko‘p omilli va murakkab psixologik jarayon bo‘lib, u shaxsning ichki resurslari va tashqi muhit omillarining o‘zaro ta’siri natijasida shakllanadi. Lev Vygotskiy ijtimoiy muhit va muloqotning shaxs rivojlanishidagi hal qiluvchi rolini asoslab bergan bo‘lib, uning nazariyasiga ko‘ra, shaxsning yangi sharoitlarga moslashuvi ijtimoiy interaksiya orqali amalga oshadi[1]. Shu nuqtai nazardan, raqamli muhitda pedagoglarning adaptatsiyasi ham ijtimoiy hamkorlik, kommunikativ faoliyat va o‘zaro tajriba almashish orqali rivojlanadi.

Shuningdek, Albert Bandura tomonidan ishlab chiqilgan ijtimoiy o‘rganish nazariyasi pedagoglarning yangi texnologiyalarni o‘zlashtirish jarayonida kuzatuv, taqlid va refleksiya orqali o‘rganishini tushuntiradi[2]. Bandura pedagogning o‘ziga bo‘lgan ishonchi, ya’ni self-efficacy darajasi uning yangi sharoitlarga moslashish tezligi va samaradorligini belgilashini ta’kidlaydi. Bu esa raqamli muhitda pedagoglarning adaptatsiya resurslari tarkibida motivatsiya, o‘ziga ishonch va kasbiy refleksiya muhim o‘rin tutishini ko‘rsatadi.

Zamonaviy tadqiqotlarda raqamli muhitda pedagoglarning adaptatsiya resurslari sifatida psixologik barqarorlik, stressga chidamlilik, kommunikativ kompetensiyalar va ijtimoiy qo‘llab-quvvatlash omillari alohida ajratib ko‘rsatiladi. Shuningdek, raqamli kompetensiyalarni rivojlantirish pedagogning kasbiy faoliyat samaradorligini oshirishda muhim omil sifatida qaraladi. Raqamli texnologiyalar bilan ishlashda yuzaga keladigan psixologik to‘siqlarni yengib o‘tish uchun pedagoglarda moslashuvchan fikrlash, innovatsion yondashuv va ijtimoiy faollik rivojlangan bo‘lishi zarur.

Metodologik jihatdan ushbu tadqiqot kompleks yondashuvga asoslanadi. Tadqiqotda sifat va miqdoriy usullar uyg‘unlashtirilgan holda qo‘llaniladi. Sifat usuli sifatida pedagoglarning raqamli muhitdagi faoliyati, ularning adaptatsiya jarayoni va ijtimoiy-psixologik xususiyatlari kuzatuv va intervyu orqali tahlil qilinadi. Bu usul pedagoglarning real faoliyat jarayonida yuzaga keladigan muammolar va ularni hal etish strategiyalarini aniqlash imkonini beradi.

Miqdoriy usul doirasida esa pedagoglarning psixologik barqarorligi, motivatsion holati, kommunikativ kompetensiyalari va adaptatsiya darajasi maxsus diagnostik testlar va so‘rovnomalar yordamida o‘lchanadi. Olingan natijalar statistik tahlil qilinib, pedagoglarning raqamli muhitga moslashuv darajasi va unga ta’sir etuvchi omillar aniqlanadi. Shu bilan birga, korrelyatsion tahlil yordamida psixologik resurslar va adaptatsiya samaradorligi o‘rtasidagi bog‘liqlik o‘rganiladi.

Tadqiqot metodikasida eksperimental yondashuv ham muhim o‘rin tutadi. Bu jarayonda interaktiv va raqamli texnologiyalar asosida tashkil etilgan maxsus o‘quv mashg‘ulotlari orqali pedagoglarning adaptatsiya darajasi va kommunikativ faoliyati o‘rganiladi. Eksperiment natijalari pedagoglarning ijtimoiy-psixologik resurslarini rivojlantirishga qaratilgan amaliy tavsiyalar ishlab chiqish imkonini beradi.

Yakuniy tahlillar shuni ko‘rsatadiki, raqamli muhitda pedagoglarning adaptatsiya resurslari ko‘p komponentli tizimdan iborat bo‘lib, unda motivatsiya, psixologik barqarorlik, ijtimoiy qo‘llab-quvvatlash va kommunikativ kompetensiyalar o‘zaro uyg‘unlashgan holda namoyon bo‘ladi. Ushbu resurslarni rivojlantirish pedagoglarning kasbiy faoliyat samaradorligini oshirish, ularning psixologik farovonligini ta’minlash va ta’lim jarayonining sifatini yaxshilashga xizmat qiladi. Shu bois, raqamli muhitda pedagoglarning adaptatsiya resurslarini ijtimoiy-psixologik

[1] Lev Vygotskiy. *Mind in Society: The Development of Higher Psychological Processes*. Harvard University Press, 1978.
[2] Albert Bandura. *Social Learning Theory*. Prentice Hall, 1977.

yondashuv asosida o‘rganish va rivojlantirish zamonaviy ta’lim tizimining muhim vazifalaridan biri hisoblanadi.

Muhokama

Raqamli muhitda pedagoglarning adaptatsiya resurslarini ijtimoiy-psixologik yondashuv asosida tahlil qilish shuni ko‘rsatadiki, zamonaviy ta’lim tizimida pedagogning muvaffaqiyatli faoliyati nafaqat texnik bilimlarga, balki uning psixologik tayyorgarligi va ijtimoiy moslashuv darajasiga ham bevosita bog‘liqdir. Raqamli transformatsiya jarayoni pedagoglardan tezkor moslashuv, yangi kompetensiyalarni egallash va o‘z faoliyatini qayta tashkil etishni talab qiladi. Shu sababli, pedagoglarning adaptatsiya resurslari ko‘p komponentli tizim sifatida shakllanib, unda motivatsiya, psixologik barqarorlik, kommunikativ faollik va ijtimoiy qo‘llab-quvvatlash muhim o‘rin egallaydi.

Muhokama jarayonida aniqlanishicha, pedagoglarning raqamli muhitga moslashuvi ularning ichki psixologik resurslari bilan bir qatorda tashqi ijtimoiy omillar bilan ham uzviy bog‘liqdir. Xususan, hamkasblar bilan samarali muloqot, jamoaviy faoliyat va tajriba almashish pedagogning yangi texnologiyalarni tezroq o‘zlashtirishiga yordam beradi. Shu bilan birga, ijobiy ijtimoiy muhit pedagogning o‘ziga bo‘lgan ishonchini oshiradi va uning kasbiy faoliyatida barqarorlikni ta’minlaydi.

Raqamli muhitda pedagoglarning adaptatsiya jarayonida motivatsiya alohida ahamiyat kasb etadi. Ichki motivatsiyaga ega bo‘lgan pedagoglar yangi texnologiyalarni o‘zlashtirishga faolroq intiladi, innovatsion yondashuvlarni qo‘llashga tayyor bo‘ladi va o‘z kasbiy rivojlanishiga ongli ravishda yondashadi. Aksincha, motivatsiya darajasi past bo‘lgan pedagoglarda raqamli texnologiyalarga nisbatan psixologik qarshilik, noaniqlik va stress holatlari ko‘proq kuzatiladi. Shu sababli, pedagoglarning motivatsion resurslarini qo‘llab-quvvatlash ularning adaptatsiya jarayonini samarali tashkil etishning muhim sharti hisoblanadi.

Shuningdek, psixologik barqarorlik va stressga chidamlilik raqamli muhitda faoliyat yuritishda asosiy omillardan biri sifatida namoyon bo‘ladi. Pedagoglar yangi texnologiyalar bilan ishlash jarayonida turli qiyinchiliklarga duch kelishi mumkin, bu esa ularning emotsional holatiga salbiy ta’sir ko‘rsatadi. Shu nuqtai nazardan, emotsional o‘zini boshqarish, moslashuvchan fikrlash va muammolarni konstruktiv hal etish ko‘nikmalari pedagoglarning adaptatsiya resurslarini mustahkamlaydi.

Kommunikativ kompetensiyalar ham raqamli muhitda muhim adaptatsiya resursi sifatida namoyon bo‘ladi. Onlayn platformalarda samarali muloqot qilish, talabalarning ehtiyojlarini tushunish va ularning faoliyatini boshqarish pedagogdan yuqori darajadagi kommunikativ mahoratni talab qiladi. Shu bilan birga, raqamli kommunikatsiya vositalari pedagog va talabalar o‘rtasidagi o‘zaro aloqani yangi bosqichga olib chiqadi, bu esa ijtimoiy-psixologik munosabatlarning yangi shakllarini yuzaga keltiradi.

Muhokama natijalari shuni ko‘rsatadiki, raqamli muhitda pedagoglarning adaptatsiya resurslarini rivojlantirish kompleks yondashuvni talab qiladi. Bu jarayonda psixologik qo‘llab-quvvatlash, kasbiy rivojlanish imkoniyatlarini kengaytirish, ijtimoiy muhitni yaxshilash va innovatsion pedagogik texnologiyalarni samarali joriy etish muhim ahamiyatga ega. Shu asosda, ijtimoiy-psixologik yondashuv pedagoglarning raqamli muhitga moslashuvini chuqurroq tushunish va uni samarali boshqarish imkonini beradi.

Xulosa

Raqamli muhitda pedagoglarning adaptatsiya resurslarini ijtimoiy-psixologik yondashuv asosida tahlil qilish natijalari shuni ko‘rsatadiki, zamonaviy ta’lim tizimida pedagogning samarali faoliyati uning nafaqat kasbiy bilim va ko‘nikmalariga, balki psixologik tayyorgarligi, ijtimoiy moslashuv darajasi va ichki resurslariga ham bevosita bog‘liqdir. Raqamli transformatsiya jarayoni pedagoglardan tezkor moslashuvni, yangi texnologiyalarni egallashni va o‘z faoliyatini innovatsion yondashuvlar asosida qayta tashkil etishni talab qiladi. Shu bois, pedagoglarning adaptatsiya resurslari ta’lim samaradorligini ta’minlovchi muhim omil sifatida namoyon bo‘ladi.

Tadqiqotlar shuni ko‘rsatadiki, pedagoglarning adaptatsiya resurslari murakkab va ko‘p qirrali tizimni tashkil etadi. Ushbu tizim tarkibiga motivatsiya, psixologik barqarorlik, stressga chidamlilik, kommunikativ kompetensiyalar va ijtimoiy qo‘llab-quvvatlash kiradi. Mazkur komponentlarning o‘zaro uyg‘unlashuvi pedagogning raqamli muhitda samarali faoliyat yuritishini ta’minlaydi. Ayniqsa, ichki motivatsiya va kasbiy rivojlanishga bo‘lgan ehtiyoj pedagoglarning yangi texnologiyalarni tez va samarali o‘zlashtirishida muhim rol o‘ynaydi. Shu bilan birga, ijtimoiy qo‘llab-quvvatlash muhiti, ya’ni hamkasblar bilan hamkorlik, tajriba almashish va jamoaviy faoliyat pedagogning moslashuv jarayonini sezilarli darajada yengillashtiradi.

Psixologik barqarorlik va emotsional chidamlilik pedagoglarning raqamli muhitda yuzaga keladigan stressli vaziyatlarni yengib o‘tishida asosiy omillardan biri hisoblanadi. Raqamli texnologiyalar bilan ishlash jarayonida yuzaga keladigan qiyinchiliklar pedagogning emotsional holatiga ta’sir ko‘rsatishi mumkin, shu sababli o‘zini boshqarish, moslashuvchan fikrlash va muammolarni konstruktiv hal etish ko‘nikmalarini rivojlantirish zarur. Bu esa pedagoglarning kasbiy faoliyatini barqaror va samarali tashkil etish imkonini beradi.

Xulosa qilib aytganda, raqamli muhitda pedagoglarning adaptatsiya resurslarini rivojlantirish kompleks yondashuvni talab etadi. Ijtimoiy-psixologik yondashuv asosida ushbu jarayonni chuqur o‘rganish pedagoglarning kasbiy faoliyatini takomillashtirish, ularning psixologik farovonligini ta’minlash va ta’lim tizimida raqamli transformatsiyani samarali amalga oshirish uchun muhim ilmiy-amaliy asos yaratadi. Shu bois, oliy ta’lim muassasalarida pedagoglarning adaptatsiya resurslarini rivojlantirishga qaratilgan tizimli chora-tadbirlarni joriy etish zamonaviy ta’lim siyosatining ustuvor yo‘nalishlaridan biri bo‘lishi zarur.

Foydalanilgan adabiyotlar:

1. Vygotskiy L.S. *Mind in Society: The Development of Higher Psychological Processes*. Cambridge: Harvard University Press, 1978.
2. Bandura A. *Social Learning Theory*. Englewood Cliffs: Prentice Hall, 1977.
3. Goleman D. *Emotional Intelligence: Why It Can Matter More Than IQ*. New York: Bantam Books, 1995.
4. Salovey P., Mayer J.D. Emotional Intelligence. *Imagination, Cognition and Personality*, 1990, 9(3), 185–211.
5. Castells M. *The Rise of the Network Society*. Oxford: Blackwell, 2010.
6. Siemens G. Connectivism: A Learning Theory for the Digital Age. *International Journal of Instructional Technology and Distance Learning*, 2005.

7. Mishra P., Koehler M.J. Technological Pedagogical Content Knowledge: A Framework for Teacher Knowledge. *Teachers College Record*, 2006.
8. Fullan M. *The New Meaning of Educational Change*. New York: Teachers College Press, 2007.
9. Abdullayeva N. Raqamli ta'lim muhitida pedagoglarning kasbiy rivojlanishi. Toshkent: Fan, 2021.
10. Karimov B. Innovatsion pedagogik texnologiyalar va ularning psixologik asoslari. Toshkent: O'qituvchi, 2020.