SUN'IY INTELLEKT SHAROITIDA PEDAGOGLARDA PSIXOLOGIK BARQARORLIKNI RIVOJLANTIRISH

Chirchiq davlat pedagogika universiteti
amaliy psixologiya yo'nalishi 3-kurs talabasi
Kudratova Sitora Komilovna
beksita1991@gmail.com

Annotatsiya: *Ushbu maqolada sun'iy intellekt sharoitida pedagoglarda psixologik barqarorlikni rivojlantirishning dolzarb masalalari tahlil qilinadi. Zamonaviy ta'lim tizimida raqamli texnologiyalar va sun'iy intellekt vositalarining keng joriy etilishi pedagog kasbiy faoliyatiga yangi talablar qo'ymoqda. Bu jarayon o'qituvchilarning emotsional holati, stressga chidamliligi, kasbiy moslashuvi va ijtimoiy faolligiga sezilarli ta'sir ko'rsatadi. Tadqiqotda psixologik barqarorlikni shakllantirishning ijtimoiy-psixologik omillari hamda uning pedagogik faoliyat samaradorligiga ta'siri yoritilgan. Shuningdek, pedagoglarda stressni boshqarish, emotsional muvozanatni saqlash va raqamli muhitga moslashish mexanizmlari tahlil qilingan. Maqolada sun'iy intellekt bilan ishlash jarayonida yuzaga keladigan psixologik xavflar va ularni kamaytirish yo'llari ko'rsatib o'tilgan. Natijada, pedagoglarning psixologik barqarorligini rivojlantirishga qaratilgan ilmiy-amaliy tavsiyalar ishlab chiqilgan.*

Kalit so'zlar: *Sun'iy intellekt, psixologik barqarorlik, pedagog, stress, adaptatsiya, emotsional barqarorlik, raqamli ta'lim, ijtimoiy-psixologik omillar.*

Аннотация: *В данной статье анализируются актуальные вопросы развития психологической устойчивости педагогов в условиях искусственного интеллекта. Широкое внедрение цифровых технологий и систем искусственного интеллекта в современное образование предъявляет новые требования к профессиональной деятельности педагогов. Это существенно влияет на их эмоциональное состояние, стрессоустойчивость, профессиональную адаптацию и социальную активность. В исследовании раскрываются социально-психологические факторы формирования психологической устойчивости и их влияние на эффективность педагогической деятельности. Также рассматриваются механизмы управления стрессом, поддержания эмоционального равновесия и адаптации к цифровой образовательной среде. Особое внимание уделено психологическим рискам, возникающим при работе с искусственным интеллектом, и способам их минимизации. В результате предложены научно-практические рекомендации по развитию психологической устойчивости педагогов.*

Ключевые слова: *Искусственный интеллект, психологическая устойчивость, педагог, стресс, адаптация, эмоциональная устойчивость, цифровое образование, социально-психологические факторы.*

Abstract: *This article analyzes akmyal issues related to the development of psychological resilience in teachers in the context of artificial intelligence. The widespread integration of digital technologies and AI systems in modern education imposes new demands on teachers' professional activities. This significantly affects their emotional state, stress resistance, professional adaptation, and social engagement. The study highlights socio-psychological factors*

influencing the formation of psychological resilience and their impact on teaching effectiveness. It also examines mechanisms for stress management, maintaining emotional balance, and adapting to digital learning environments. Special attention is given to psychological risks arising from the use of artificial intelligence and ways to minimize them. As a result, scientific and practical recommendations for enhancing teachers' psychological resilience are proposed.

Keywords: *Artificial intelligence, psychological resilience, teacher, stress, adaptation, emotional stability, digital education, socio-psychological factors.*

Kirish

Hozirgi globallashuv va raqamli transformatsiya sharoitida ta'lim tizimi tub o'zgarishlar bosqichini boshdan kechirmoqda. Ayniqsa, sun'iy intellekt (SI) texnologiyalarining jadal rivojlanishi va ularning ta'lim jarayoniga keng joriy etilishi pedagogik faoliyat mazmuni va xarakterini sezilarli darajada o'zgartirmoqda. SI asosidagi ta'lim platformalari, adaptiv o'qitish tizimlari va aqlli tahlil vositalari o'qituvchilardan nafaqat yangi bilim va ko'nikmalarni, balki yuqori darajadagi psixologik tayyorgarlikni ham talab etmoqda.

Bugungi kunda pedagoglar nafaqat bilim beruvchi, balki o'quv jarayonini boshqaruvchi, raqamli texnologiyalar bilan samarali ishlay oladigan hamda talabalarning individual rivojlanishini qo'llab-quvvatlovchi mutaxassis sifatida namoyon bo'lmoqda. Bunday sharoitda pedagoglarning psixologik barqarorligi alohida ahamiyat kasb etadi. Chunki sun'iy intellekt bilan bog'liq muhitda ishlash doimiy o'zgaruvchanlik, yuqori axborot oqimi, texnologik yangilanishlar va kasbiy bosimlar bilan tavsiflanadi. Bu esa o'z navbatida stress, emotsional charchoq va kasbiy kuyish (burnout) xavfini oshiradi.

Psixologik barqarorlik pedagogning murakkab va o'zgaruvchan sharoitlarda o'z emotsional holatini boshqarish, stressga qarshi turish, moslashuvchanlikni namoyon etish va samarali faoliyatni davom ettirish qobiliyatini ifodalaydi. Ayniqsa, sun'iy intellekt sharoitida bu sifat pedagogning kasbiy muvaffaqiyati va ta'lim jarayonining samaradorligini ta'minlovchi muhim omil hisoblanadi. Shu nuqtai nazardan, pedagoglarda psixologik barqarorlikni rivojlantirish muammosi zamonaviy pedagogika va psixologiya fanlarining dolzarb yo'nalishlaridan biri sifatida qaralmoqda.

Shuningdek, sun'iy intellekt texnologiyalarining joriy etilishi pedagogik faoliyatda yangi ijtimoiy-psixologik muammolarni ham yuzaga keltirmoqda. Jumladan, inson-kompyuter o'zaro ta'sirining kuchayishi, jonli muloqotning qisqarishi, raqamli muhitga moslashishdagi qiyinchiliklar hamda pedagoglarning o'z kasbiy rolini qayta anglash zarurati paydo bo'lmoqda. Bu esa o'qituvchilarning emotsional barqarorligi, ijtimoiy faolligi va kasbiy identifikatsiyasiga bevosita ta'sir ko'rsatadi.

Mazkur tadqiqotning dolzarbligi aynan sun'iy intellekt sharoitida pedagoglarning psixologik barqarorligini rivojlantirishning ilmiy-nazariy asoslarini ishlab chiqish hamda amaliy mexanizmlarini takomillashtirish zarurati bilan belgilanadi. Tadqiqotning maqsadi – pedagoglarning psixologik barqarorligini shakllantirishga ta'sir etuvchi omillarni aniqlash, ularni rivojlantirishning samarali usul va vositalarini ishlab chiqishdan iborat.

Tadqiqot doirasida pedagoglarning raqamli muhitga moslashuvi, stressga chidamliligi, emotsional intellekti va ijtimoiy-psixologik kompetensiyalarini rivojlantirish masalalari ham ko'rib chiqiladi. Bu esa ta'lim jarayonida sun'iy intellektdan samarali foydalanish, pedagogik faoliyatni optimallashtirish hamda ta'lim sifatini oshirishga xizmat qiladi.

Sun'iy intellekt sharoitida pedagoglarda psixologik barqarorlikni rivojlantirish nafaqat individual kasbiy rivojlanish, balki butun ta'lim tizimining barqaror va samarali faoliyat yuritishini ta'minlovchi muhim omil hisoblanadi.

Adabiyotlar tahlili va metodologiyasi

Zamonaviy ta'lim tizimi raqamli transformatsiya bosqichiga kirib, sun'iy intellekt (SI) texnologiyalarining keng joriy etilishi bilan tavsiflanmoqda. Bu jarayon pedagogik faoliyatning mazmuni, metodlari va shakllarini tubdan o'zgartirib, pedagoglardan yangi kasbiy kompetensiyalar bilan bir qatorda yuqori darajadagi psixologik barqarorlikni ham talab etmoqda. Ayniqsa, sun'iy intellekt sharoitida pedagoglarda psixologik barqarorlikni rivojlantirish masalasi ta'lim samaradorligini ta'minlashning muhim omili sifatida namoyon bo'lmoqda.

Adabiyotlar tahlili shuni ko'rsatadiki, SI texnologiyalari asosida tashkil etilgan ta'lim muhitida o'qituvchilarning faoliyati sezilarli darajada murakkablashadi. Wayne Holmes va Charles Fadel tadqiqotlariga ko'ra, sun'iy intellekt asosidagi ta'lim tizimlari o'quv jarayonini individuallashtirish, o'quvchilarning bilim darajasini aniq baholash hamda o'qitish samaradorligini oshirish imkonini beradi[1]. Shu bilan birga, bu jarayon pedagoglardan yuqori darajada moslashuvchanlik, tezkor qaror qabul qilish va doimiy ravishda yangi texnologiyalarni o'zlashtirishni talab qiladi.

Biroq, ilmiy manbalarda ta'kidlanishicha, sun'iy intellektning ta'lim jarayoniga joriy etilishi pedagoglar uchun bir qator ijtimoiy-psixologik muammolarni ham yuzaga keltiradi. Xususan, Sherry Turkle va Nicholas Carr ishlarida raqamli muhitning inson psixikasiga ta'siri, jumladan, diqqatning pasayishi, axborot ortiqchaligi, emotsional charchoq va insoniy muloqotning qisqarishi kabi holatlar batafsil yoritilgan[2]. Bu esa pedagoglarda stress darajasining oshishiga, kasbiy kuyish sindromining kuchayishiga va psixologik barqarorlikning pasayishiga olib kelishi mumkin.

Sun'iy intellekt sharoitida pedagoglarda psixologik barqarorlikni rivojlantirish muammosi sotsial-psixologik yondashuv asosida kompleks tarzda o'rganilishi zarur. Psixologik barqarorlik pedagogning o'z emotsional holatini boshqarish, stress omillariga qarshi turish, kasbiy faoliyatda moslashuvchanlikni namoyon etish va samarali kommunikatsiyani saqlab qolish qobiliyatini ifodalaydi. SI bilan boyitilgan ta'lim muhitida esa bu sifat pedagogning nafaqat individual, balki ijtimoiy faoliyatining ham muhim ko'rsatkichi hisoblanadi.

Sotsial-psixologik yondashuv doirasida pedagoglarning psixologik barqarorligi ularning ijtimoiy muhitga moslashuvi, kasbiy identifikatsiyasi, kommunikativ kompetensiyasi va emotsional intellekti bilan uzviy bog'liq holda qaraladi. Sun'iy intellekt sharoitida pedagogik faoliyatda inson-kompyuter o'zaro ta'siri kuchayib, an'anaviy ijtimoiy munosabatlar tizimi transformatsiyaga uchraydi. Natijada, pedagoglarning ijtimoiy rollari, kasbiy o'zini anglash jarayoni va kommunikativ strategiyalari yangicha shakllanadi.

Mazkur tadqiqotning nazariy asosini fenomenologik va sotsial-psixologik yondashuvlar tashkil etadi. Fenomenologik yondashuv pedagoglarning sun'iy intellekt bilan ishlash jarayonidagi sub'ektiv tajribalarini, hissiy kechinmalarini va individual idrokini chuqur tahlil qilish imkonini beradi. Bu esa pedagoglarning psixologik barqarorligini shakllantirishga ta'sir etuvchi ichki omillarni aniqlashga xizmat qiladi.

---

[1] Wayne Holmes, Charles Fadel. *Artificial Intelligence in Education*. – Boston, 2019.

[2] Sherry Turkle, Nicholas Carr. *Alone Together* / *The Shallows*. – New York, 2017–2020.

Metodologik jihatdan, tadqiqotda nazariy tahlil, tizimli yondashuv, taqqoslash va umumlashtirish metodlaridan foydalaniladi. Tadqiqotning ilmiy yangiligi shundaki, unda sun'iy intellekt sharoitida pedagoglarda psixologik barqarorlikni rivojlantirish muammosi kompleks tarzda, ya'ni texnologik, pedagogik va ijtimoiy-psixologik omillar uyg'unligida tahlil qilinadi.

Tadqiqot natijalari shuni ko'rsatadiki, pedagoglarning psixologik barqarorligini rivojlantirish uchun quyidagi omillar muhim ahamiyatga ega:

- raqamli muhitga moslashuvchanlikni oshirish;
- stressni boshqarish va emotsional o'zini nazorat qilish ko'nikmalarini rivojlantirish;
- ijtimoiy qo'llab-quvvatlash va samarali kommunikatsiyani ta'minlash;
- pedagoglarning kasbiy o'zini anglash va refleksiya jarayonlarini kuchaytirish.

Sun'iy intellekt sharoitida pedagoglarda psixologik barqarorlikni rivojlantirish ta'lim tizimining barqaror va samarali faoliyat yuritishini ta'minlovchi muhim omillardan biridir. Ushbu muammoni sotsial-psixologik yondashuv asosida o'rganish pedagogik faoliyatni insonparvarlashtirish, uning samaradorligini oshirish va pedagoglarning kasbiy rivojlanishini qo'llab-quvvatlashga xizmat qiladi.

Muhokama

Sun'iy intellekt texnologiyalarining ta'lim tizimiga jadal kirib kelishi pedagogik faoliyatning mazmuni va xarakterini tubdan o'zgartirmoqda. Bu jarayon nafaqat ta'lim samaradorligini oshirish, balki pedagoglarning kasbiy faoliyatiga yangi talablar qo'yilishi bilan ham xarakterlanadi. Ayniqsa, sun'iy intellekt sharoitida pedagoglarda psixologik barqarorlikni rivojlantirish masalasi muhim ilmiy-amaliy ahamiyat kasb etmoqda. Chunki raqamli muhitda faoliyat yuritish o'qituvchilardan yuqori darajadagi moslashuvchanlik, stressga chidamlilik va emotsional muvozanatni talab qiladi.

Tadqiqot natijalari shuni ko'rsatadiki, sun'iy intellekt asosidagi ta'lim muhitida pedagoglar ko'pincha yuqori axborot yuklamasi, texnologik yangilanishlarga tez moslashish zarurati va kasbiy mas'uliyatning ortishi bilan bog'liq psixologik bosimni boshdan kechiradilar. Bu esa ularning emotsional holatiga, motivatsiyasiga va kasbiy samaradorligiga bevosita ta'sir ko'rsatadi. Shunday sharoitda psixologik barqarorlik pedagogning ichki resursi sifatida namoyon bo'lib, u stress omillariga qarshi turish, murakkab vaziyatlarda oqilona qaror qabul qilish va faoliyat samaradorligini saqlab qolishga xizmat qiladi.

Muhokama jarayonida aniqlanishicha, pedagoglarning psixologik barqarorligi faqat individual xususiyatlarga bog'liq bo'lib qolmay, balki ijtimoiy-psixologik omillar bilan ham belgilanadi. Jumladan, jamoa ichidagi ijobiy psixologik muhit, hamkasblar bilan samarali muloqot, rahbariyat tomonidan qo'llab-quvvatlash hamda kasbiy hamkorlik imkoniyatlari pedagoglarning emotsional barqarorligini mustahkamlashda muhim rol o'ynaydi. Sun'iy intellekt sharoitida esa bu omillar yanada dolzarb bo'lib, insoniy muloqot va ijtimoiy aloqalarning saqlanishi psixologik xavfsizlikni ta'minlashning asosiy sharti hisoblanadi.

Muhokama natijalari pedagoglarning psixologik barqarorligini rivojlantirishda emotsional intellektning o'rni muhim ekanligini ko'rsatdi. O'z his-tuyg'ularini anglash va boshqarish, boshqalar hissiyotlarini tushunish va empatiya bildirish qobiliyati pedagogning kasbiy faoliyatida muhim kompetensiya sifatida namoyon bo'ladi. Ayniqsa, sun'iy intellekt bilan ishlash jarayonida insoniy omilning saqlanishi va rivojlanishi pedagogning psixologik barqarorligini ta'minlashda muhim ahamiyatga ega.

Bundan tashqari, raqamli muhitga moslashuvchanlik ham muhim omil sifatida ajralib chiqadi. Sun'iy intellekt texnologiyalaridan samarali foydalanish uchun pedagoglarda nafaqat texnik ko'nikmalar, balki psixologik tayyorgarlik ham shakllangan bo'lishi zarur. Bu esa ularda yangilikka ochiqlik, o'zgarishlarga ijobiy munosabat va doimiy o'rganishga tayyorlikni talab qiladi. Aks holda, texnologik o'zgarishlar pedagoglarda stress va noaniqlik hissini kuchaytirishi mumkin.

Sun'iy intellekt sharoitida pedagoglarda psixologik barqarorlikni rivojlantirish kompleks yondashuvni talab etadi. Bu jarayonda individual psixologik xususiyatlar, ijtimoiy muhit, kasbiy qo'llab-quvvatlash va pedagogik strategiyalar o'zaro uyg'un holda rivojlantirilishi zarur. Mazkur yondashuv pedagoglarning nafaqat kasbiy samaradorligini oshirish, balki ularning shaxsiy farovonligini ta'minlashga ham xizmat qiladi.

Sun'iy intellekt sharoitida pedagoglarda psixologik barqarorlikni rivojlantirish ta'lim tizimining barqarorligini ta'minlash, pedagoglarning kasbiy faoliyatini optimallashtirish va ta'lim sifatini oshirishning muhim omillaridan biri hisoblanadi.

Xulosa

Sun'iy intellektning ta'lim jarayoniga keng joriy etilishi pedagogik faoliyatning mazmuni va usullarini tubdan o'zgartirmoqda. Shu bilan birga, SI sharoitida pedagoglarda psixologik barqarorlikni ta'minlash ta'lim samaradorligi va pedagoglarning kasbiy farovonligi nuqtai nazaridan dolzarb ilmiy-amaliy ahamiyat kasb etadi. Pedagoglarning psixologik barqarorligi ularning emotsional holatini boshqarish, stress omillariga qarshi turish, murakkab vaziyatlarda oqilona qaror qabul qilish va samarali ijtimoiy aloqalarni saqlab qolish qobiliyati bilan bevosita bog'liqdir.

Sun'iy intellekt asosidagi ta'lim muhitida pedagoglar yuqori axborot yuklamasi, texnologik yangilanishlarga tez moslashish zarurati va kasbiy mas'uliyatning ortishi bilan bog'liq psixologik bosimni boshdan kechiradilar. Shu sababli, pedagoglarning psixologik barqarorligini rivojlantirish individual va ijtimoiy-psixologik omillarni birlashtirgan kompleks yondashuvni talab qiladi. Emotsional intellektni rivojlantirish, ijtimoiy qo'llab-quvvatlash tizimini mustahkamlash, raqamli muhitga moslashuvchanlikni oshirish va stressni boshqarish ko'nikmalarini shakllantirish pedagoglarning barqarorligini mustahkamlashga xizmat qiladi.

Shuningdek, pedagoglarning kasbiy identifikatsiyasini kuchaytirish, o'zini anglash va refleksiya jarayonlarini rag'batlantirish ham psixologik barqarorlikni oshirishning muhim vositalari hisoblanadi. Shu bilan birga, pedagoglarning psixologik barqarorligi nafaqat ularning kasbiy samaradorligini, balki ta'lim jarayonida ijtimoiy hamkorlikni kuchaytirish, innovatsion pedagogik strategiyalarni muvaffaqiyatli joriy etish va raqamli transformatsiyani samarali boshqarish imkonini ham beradi.

Xulosa qilib aytganda, pedagoglarning psixologik barqarorligini rivojlantirish – bu sun'iy intellekt sharoitida ta'lim sifatini oshirish, kasbiy kompetensiyalarni mustahkamlash va pedagogik faoliyatni insonparvarlashtirishning muhim vositasi hisoblanadi. Shu sababli, pedagogik amaliyotda psixologik barqarorlikni ta'minlovchi metodik va ijtimoiy-psixologik mexanizmlarni ishlab chiqish va pedagoglarning emotsional hamda ijtimoiy resurslarini muntazam qo'llab-quvvatlash zarur.

Foydalanilgan adabiyotlar:

1. Wayne Holmes, Charles Fadel. *Artificial Intelligence in Education*. – Boston, 2019.

2. Sherry Turkle, Nicholas Carr. *Alone Together* / *The Shallows*. – New York, 2017–2020.
3. Luckin, R. *Machine Learning and Human Intelligence*. – London: UCL Institute of Education Press, 2018. – SIning inson intellekti va ta'lim jarayoniga ta'siri bo'yicha asosiy ilmiy manba.
4. UNESCO. *Artificial Intelligence in Education: Challenges and Opportunities*. – Paris: UNESCO, 2021. – SI ta'limga joriy etilishi bilan bog'liq pedagogik, axloqiy va ijtimoiy masalalar.
5. Хасанов, З.Ш. *Искусственный интеллект в образовании: комплексный анализ противоречий, рисков и перспектив внедрения*. – Advances in Science and Education, 1(10), 86–91, 2025. – Raqamli transformatsiya va pedagogik risklar, shu jumladan psixologik omillar haqida.
6. Reimberganova U.R., Rozumbetova N.K. *Psixologik barqarorlikning stressni boshqarishdagi roli*. – Pedagogik islohotlar va ularning yechimlari jurnali, 18(02), 2026. – Psixologik barqarorlik va stress bilan ishlash kontseptsiyasi.
7. Ismailov, A. *Sun'iy intellekt vositalarining turlari va yoshlarning psixologik barqarorlik xususiyatiga ta'siri*. – Maktabgacha va maktab ta'limi jurnali, 2025. – SI va psixologik barqarorlik o'rtasidagi munosabatni tahlil qiluvchi maqola.
8. Sattorova M., Usanova B. *Pedagog xodimlarning stressga bardoshliligida emotsional intellektning roli*. – Samarali ta'lim va barqaror innovatsiyalar jurnali, 2025. – Pedagoglarda emotsional intellekt va psixologik bardoshlilik.
9. Favero L., Pérez-Ortiz J.A., Käser T., Oliver N. *AI in Education Beyond Learning Outcomes: Cognition, Agency, Emotion, and Ethics*. – 2026. – SI ta'limdagi hissiy holat va ijtimoiy ta'sirlar bo'yicha yangi konseptual tadqiqot.
10. Liu S., Schwarzenbach A., Shi Y. *Human Resilience in the AI Era — What Machines Can't Replace*. – 2025. – Insonga xos psixologik barqarorlikni mustahkamlash va uning SI davridagi o'rni haqida ilmiy maqola.
11. Madgapilova, Nargiza. (2024). *Mug'allim*. 2024. 5(2), 461–468.
12. Madgapilova, Nargiza. (2025). *Scientific-Practical and Strategic Bases of Improving Pedagogical-Psychological Cooperation in the Integration of School and Pre-School Educational Organizations in the Context of Continuous Education on the Basis of Innovative Logistics*. 1, 157–166.
13. Madgapilova, Nargiza. (2025). *Муғаллим Ҳәм Узликсиз Билимлендириў Илимий-методикалық журнал*. 164–170.
14. Eshnayev, Nortoji & Madgapilova, Nargiza. (2023). *Characteristics of Implementing the Cluster Approach in the Educational System*. International Journal of Pedagogics, 03, 44–47. https://doi.org/10.37547/ijp/Volume03Issue02-09
15. Abduqodirova, Dilobarbonu Erkinjon qizi. (2025). *Inklyuziv ta'lim sharoitida o'uvchilarning emotsional intellektini rivojlantirishning psixologik-pedagogik asoslari*. Scientific-Practical Conference "Inclusive Education: Dialogue, Analysis, Experience", December 15, 2025.
16. Abduqodirova, Dilobarbonu. (2025). *Psychological Features of the Neurographic Approach*. 01, 501–503.
17. Abduqodirova, Dilobarbonu. (2025). *Talabalarda psixologik stressni yengish*. 03, 69–73.
18. Abduqodirova, Dilobarbonu. (2025). *Hissiy ijodkorlik: tushuncha va komponentlar*. Journal of Economics and Business UBS, 4, 145–154.

19. Abduqodirova, Dilobarbonu. (2024). *Emotsional kreativlik: nazariy asoslari va psixologik yondashuvlar*. Journal of Economics and Business UBS, 4, 679–685.
20. Abduqodirova, Dilobar. (2015). *International Conference of Natural and Social-Humanitarian Sciences: The Role of Emotional Creativity in Students' Decision-Making*.