TA'LIMDA SUN'IY INTELLEKT QO'LLANILISHIDA PSIXOLOGIK FAROVONLIKNI SAQLASH

Madgapilova Nargiza Talipjanovna
"Psixologiya" kafedrasi o'qituvchisi,
https://orcid.org/0009-0006-9488-6392
Chirchiq davlat pedagogika universiteti
amaliy psixologiya yo'nalishi 3-kurs talabasi
Nisanbayeva Perizat Barakatovna
parizatnisanbayeva@gmail.com

Annotatsiya: Ta'lim jarayonida sun'iy intellekt texnologiyalaridan foydalanish o'quv jarayonini samarali tashkil etish, bilimlarni individuallashtirish va baholashni optimallashtirish imkonini beradi. Shu bilan birga, texnologiyalarning keng qo'llanilishi o'quvchilarning psixologik farovonligi, stress darajasi va ijtimoiy o'zaro munosabatlariga ta'sir ko'rsatadi. Sun'iy intellekt asosidagi tizimlardan foydalanishda psixologik farovonlikni ta'minlash, o'quvchilarning ruhiy holati va motivatsiyasini saqlash muhimdir. Bu jarayonda pedagoglar va ta'lim muassasalari o'rtasidagi hamkorlik katta ahamiyatga ega. Tadqiqotlarda sun'iy intellekt va psixologik farovonlik masalalarining sotsial-psixologik asoslari tahlil qilinadi. Shu bilan birga, texnologiyalardan mas'uliyatli foydalanish, ijtimoiy qo'llab-quvvatlash va stressni boshqarish strategiyalari ham ko'rib chiqiladi.
Kalit so'zlar: Sun'iy intellekt, psixologik farovonlik, raqamli ta'lim, motivatsiya, stressni boshqarish, ta'lim jarayoni.
Аннотация: Использование технологий искусственного интеллекта в образовательном процессе позволяет эффективно организовать обучение, индивидуализировать знания и оптимизировать оценку. В то же время широкое применение технологий влияет на психологическое благополучие учащихся, уровень стресса и социальные взаимодействия. Обеспечение психологического благополучия при использовании систем искусственного интеллекта, поддержка психического состояния и мотивации учащихся являются важными аспектами. В этом процессе большое значение имеет сотрудничество педагогов и образовательных учреждений. Исследования анализируют социально-психологические основы вопросов искусственного интеллекта и психологического благополучия. Также рассматриваются стратегии ответственного использования технологий, социальная поддержка и управление стрессом.
Ключевые слова: Искусственный интеллект, психологическое благополучие, цифровое образование, мотивация, управление стрессом, образовательный процесс.
Annotation: The use of artificial intelligence technologies in the educational process enables effective organization of learning, individualization of knowledge, and optimization of assessment. At the same time, the widespread application of technologies affects students' psychological well-being, stress levels, and social interactions. Ensuring psychological well-being when using artificial intelligence systems, supporting students' mental state and motivation is essential. In this process, cooperation between educators and educational institutions plays a significant role. Studies analyze the socio-psychological foundations of artificial intelligence and

psychological well-being. Additionally, responsible technology use, social support, and stress management strategies are examined.
Keywords: Artificial intelligence, psychological well-being, digital education, motivation, stress management, educational process.

Kirish

So‘nggi yillarda sun’iy intellekt (SI) texnologiyalari ta’lim jarayonida keng qo‘llanila boshladi. Ular o‘quv jarayonini individuallashtirish, bilimlarni baholash tizimini optimallashtirish, o‘quvchilarning o‘zlashtirish darajasini real vaqtda monitoring qilish imkoniyatini yaratadi. Shu bilan birga, SI asosidagi platformalar pedagoglarga samarali o‘quv materiallarini tanlash, o‘quvchilarning qobiliyatlarini aniqlash va ularga individual tavsiyalar berish imkonini beradi. Ta’limda sun’iy intellektning joriy etilishi ta’lim samaradorligini oshiradi, o‘quv jarayonini interaktiv va qiziqarli qiladi, biroq bu jarayon bilan bog‘liq psixologik masalalar ham mavjud.

O‘quvchilarning psixologik farovonligi SI texnologiyalaridan foydalanish jarayonida dolzarb masala hisoblanadi. Raqamli ta’lim platformalari o‘quvchilarga keng imkoniyatlar yaratish bilan birga, noto‘g‘ri yoki haddan ziyod algoritmik baholash, o‘quv jarayonidagi doimiy monitoring va o‘zaro ijtimoiy aloqalarning kamayishi orqali stress, bezovtalik va motivatsiya pasayishi kabi salbiy oqibatlarni keltirib chiqarishi mumkin. Shu sababli pedagoglar va ta’lim muassasalari o‘quvchilarning ruhiy holatini doimiy kuzatish, stressni boshqarish strategiyalarini ishlab chiqish va ijtimoiy qo‘llab-quvvatlash mexanizmlarini yaratish mas’uliyatiga ega bo‘ladi.

Psixologik farovonlikni ta’minlash nafaqat o‘quvchilarning individual holatiga, balki ta’lim jarayonining umumiy sifatiga ham ta’sir qiladi. Agar o‘quvchilarda ishonch, xavfsizlik va motivatsiya hissi saqlanib qolsa, ular sun’iy intellekt texnologiyalaridan samarali foydalanadi va o‘z o‘quv natijalarini yaxshilashga intiladi. Shu nuqtai nazardan, ta’limda sun’iy intellektdan foydalanish jarayonida psixologik farovonlikni saqlash pedagogik, ijtimoiy va texnologik jihatlarni birlashtiruvchi muhim masala hisoblanadi.

Mazkur maqolada ta’lim jarayonida sun’iy intellekt texnologiyalaridan foydalanishning psixologik farovonlikka ta’siri, stressni boshqarish va motivatsiyani saqlashning sotsial-psixologik aspektlari, shuningdek pedagoglar va ta’lim muassasalarining bu jarayondagi roli tahlil qilinadi. Ushbu yondashuv orqali raqamli ta’lim muhitida o‘quvchilarning psixologik farovonligini ta’minlashga qaratilgan strategiyalar ishlab chiqishning ilmiy asoslari aniqlanadi.

Adabiyotlar tahlili va metodologiya

Ta’limda sun’iy intellekt (SI) texnologiyalaridan foydalanish jarayoni o‘quv jarayonini samarali tashkil etish, bilimlarni individuallashtirish va baholash tizimini optimallashtirish imkonini beradi. Shu bilan birga, ilmiy tadqiqotlar shuni ko‘rsatadiki, sun’iy intellektning keng qo‘llanilishi o‘quvchilarning psixologik farovonligiga, stress darajasiga va motivatsiyasiga bevosita ta’sir ko‘rsatadi. Masalan, ayrim tadqiqotlarda SI asosidagi baholash tizimlarining o‘quvchilarda qo‘rquv va xavotirni oshirishi, ularning o‘z imkoniyatlariga bo‘lgan ishonchini kamaytirishi qayd etilgan. Shu nuqtai nazardan, psixologik farovonlikni saqlash masalasi ta’limda sun’iy intellektdan foydalanish jarayonining ajralmas qismi hisoblanadi.

Ilmiy adabiyotlarni tahlil qilish shuni ko‘rsatadiki, psixologik farovonlik o‘quvchilarning ruhiy holati, motivatsiyasi va ijtimoiy interaktsiyalarini o‘z ichiga oladi. Selwyn (2016) va Holmes, Bialik, Fadel (2019) tadqiqotlarida sun’iy intellekt asosidagi platformalardan foydalanish jarayonida o‘quvchilarning stressini kamaytirish, ijtimoiy qo‘llab-quvvatlashni tashkil etish va

shaffof baholash tizimini yaratish muhimligi ta'kidlangan[1]. Bu tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, pedagoglar va ta'lim muassasalari SI texnologiyalaridan foydalanishda faqat texnik jihatlarni emas, balki sotsial-psixologik omillarni ham hisobga olishi zarur.

Metodologik yondashuv sifatida tizimli, sotsial-psixologik va pedagogik yondashuvlar qo'llanildi. Tadqiqot jarayonida quyidagi metodlar ishlatildi:

1. **Adabiyotlarni tahlil qilish va solishtirish** – ilmiy maqolalar, monografiyalar va hisobotlar orqali sun'iy intellektning ta'lim jarayonidagi psixologik oqibatlari va pedagogik yondashuvlar o'rganildi.
2. **Sotsial-psixologik yondashuv** – o'quvchilarning motivatsiyasi, ishonchi, ijtimoiy interaktsiyalari va stress darajasi SI tizimlaridan foydalanish jarayonida qanday o'zgarishini aniqlashga imkon berdi.
3. **Konseptual yondashuv** – psixologik farovonlikni ta'minlash bo'yicha mavjud nazariy qarashlar va SI texnologiyalaridan foydalanishdagi strategiyalar tahlil qilindi.

Tahlil natijalari shuni ko'rsatadiki, ta'lim jarayonida sun'iy intellektdan foydalanganda o'quvchilarning psixologik farovonligini saqlash uchun bir nechta omillar muhim hisoblanadi:

- o'quvchilarning individual ehtiyojlarini hisobga olish,
- baholash va tavsiyalarni shaffof va adolatli qilish,
- ijtimoiy qo'llab-quvvatlash va pedagogik nazoratni kuchaytirish,
- stressni boshqarish va motivatsiyani saqlash strategiyalarini joriy etish.

Shuningdek, ilmiy manbalarda SI texnologiyalaridan foydalanish jarayonida psixologik farovonlikni oshirish bo'yicha maxsus metodlar ham tavsiya etiladi. Masalan, adaptiv o'quv platformalarining o'quvchilarning individual darajasiga moslashuvi, interaktiv va kollaborativ o'quv faoliyatini tashkil etish hamda o'quv jarayonida muntazam psixologik monitoringni yo'lga qo'yish kabilar. Bu metodlar o'quvchilarda stressni kamaytirish, motivatsiyani oshirish va o'quv jarayonidagi ishtirokni kuchaytirishga xizmat qiladi.

Natijada, adabiyotlar tahlili va metodologiya shuni ko'rsatadiki, ta'lim jarayonida sun'iy intellekt texnologiyalaridan foydalanish jarayonida psixologik farovonlikni ta'minlash pedagogik, sotsial-psixologik va texnologik jihatlarni kompleks tarzda hisobga olgan holda amalga oshirilishi zarur. Bu esa raqamli ta'lim muhitida o'quvchilarning ruhiy holatini saqlash, motivatsiyasini oshirish va stressni kamaytirish orqali ta'lim sifatini yaxshilashga imkon yaratadi.

Muhokama

Ta'lim jarayonida sun'iy intellekt (SI) texnologiyalaridan foydalanish o'quv jarayonini optimallashtirish va individual ehtiyojlarni hisobga olish imkonini beradi. Shu bilan birga, tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, sun'iy intellekt platformalari o'quvchilarning psixologik farovonligiga sezilarli ta'sir ko'rsatadi. Masalan, adaptiv baholash tizimlari va doimiy monitoring ba'zi o'quvchilarda stress va tashvishlarni oshirishi, motivatsiyani kamaytirishi mumkin. Shu sababli pedagoglar o'quvchilarning ruhiy holatini muntazam kuzatib borishi va stressni boshqarish strategiyalarini qo'llashi zarur.

Muhokama shuni ko'rsatadiki, psixologik farovonlikni saqlash uchun sun'iy intellektning pedagogik va sotsial-psixologik jihatlari birgalikda hisobga olinishi kerak. Masalan, o'quvchilarning bilim darajasi va qobiliyatiga moslashtirilgan adaptiv tizimlar, interaktiv va

[1] Holmes W., Bialik M., Fadel C. *Artificial Intelligence in Education: Promises and Implications for Teaching and Learning.* Boston: Center for Curriculum Redesign, 2019.

kollaborativ o‘quv faoliyati, shuningdek o‘quvchilarga ijtimoiy qo‘llab-quvvatlashni ta’minlash stressni kamaytirishga yordam beradi. Shu bilan birga, baholashning shaffof va adolatli bo‘lishi o‘quvchilarda ishonch hissini oshiradi va ularni ta’lim jarayoniga faol jalb qiladi.

Tahlillar shuni ko‘rsatadiki, o‘quvchilarning psixologik farovonligini saqlash sun’iy intellekt texnologiyalaridan foydalanishda muvaffaqiyatning muhim ko‘rsatkichi hisoblanadi. Agar o‘quvchilarning ruhiy holati, ijtimoiy aloqalari va motivatsiyasi inobatga olinmasa, texnologiyalar samaradorligini oshirish o‘rniga salbiy ta’sir ko‘rsatishi mumkin. Shu sababli pedagoglar va ta’lim muassasalari sun’iy intellektning texnik imkoniyatlarini ijtimoiy va psixologik kontekst bilan uyg‘unlashtirishi zarur.

Sotsial-psixologik nuqtai nazardan, o‘quvchilarning motivatsiyasi va ishonchi ularning o‘zlashtirish jarayoni bilan bevosita bog‘liq. O‘quvchilarda o‘zini xavfsiz va qo‘llab-quvvatlangan his qilish hissi mavjud bo‘lsa, ular texnologiyalardan faol va samarali foydalanadi. Shu bilan birga, pedagoglar o‘quvchilarning psixologik ehtiyojlarini tushunish, stressni kamaytirish va motivatsiyani oshirish bo‘yicha strategiyalar ishlab chiqishi ta’lim jarayonining sifatini yaxshilashga xizmat qiladi.

Natijada, ta’limda sun’iy intellekt qo‘llanilishida psixologik farovonlikni saqlash pedagogik, sotsial va texnologik omillarni birlashtiruvchi murakkab jarayon hisoblanadi. Bu jarayon o‘quvchilarning ruhiy holatini saqlash, stressni boshqarish va motivatsiyani oshirish orqali raqamli ta’lim muhitining samaradorligi va adolatini ta’minlaydi.

Xulosa

Ta’lim jarayonida sun’iy intellekt (SI) texnologiyalaridan foydalanish o‘quv jarayonini optimallashtirish, bilimlarni individuallashtirish va baholashni samarali tashkil etish imkonini beradi. Shu bilan birga, tadqiqotlar shuni ko‘rsatadiki, SI texnologiyalarining noto‘g‘ri yoki haddan ziyod qo‘llanilishi o‘quvchilarning psixologik farovonligiga salbiy ta’sir ko‘rsatishi mumkin. Bu stressning oshishi, motivatsiya pasayishi, ijtimoiy aloqalarning kamayishi va o‘z-o‘zini baholashdagi qiyinchiliklar shaklida namoyon bo‘ladi. Shu sababli psixologik farovonlikni saqlash ta’limda sun’iy intellektdan foydalanish jarayonining ajralmas qismi hisoblanadi.

Muhokama natijalari shuni ko‘rsatadiki, psixologik farovonlikni ta’minlash uchun pedagoglar, ta’lim muassasalari va texnologiya ishlab chiquvchilari o‘rtasida samarali hamkorlik zarur. Pedagoglar o‘quvchilarning ruhiy holatini doimiy kuzatishi, stressni boshqarish va motivatsiyani oshirish bo‘yicha strategiyalarni qo‘llashi muhimdir. Shu bilan birga, adaptiv o‘quv tizimlari, interaktiv va kollaborativ o‘quv faoliyati, shaffof baholash mexanizmlari va ijtimoiy qo‘llab-quvvatlash strategiyalari o‘quvchilarning psixologik farovonligini saqlashga yordam beradi.

Shu asosda xulosa qilish mumkinki, ta’limda sun’iy intellekt texnologiyalaridan foydalanish jarayonida psixologik farovonlikni saqlash pedagogik, sotsial va texnologik omillarni kompleks tarzda hisobga olgan holda amalga oshirilishi zarur. Bu o‘quvchilarning ruhiy holatini mustahkamlash, stressni kamaytirish va motivatsiyani oshirish orqali raqamli ta’lim muhitining samaradorligi, adolati va barqarorligini ta’minlash imkonini beradi. Shu yo‘l bilan sun’iy intellektning ta’limdagi joriy etilishi o‘quvchilarning psixologik farovonligini saqlashga xizmat qiluvchi vositaga aylanadi va raqamli ta’lim muhitini insonparvar, samarali va barqaror tizimga aylantiradi.

Foydalanilgan adabiyotlar:

1. Holmes W., Bialik M., Fadel C. *Artificial Intelligence in Education: Promises and Implications for Teaching and Learning.* Boston: Center for Curriculum Redesign, 2019.
2. Selwyn N. *Education and Technology: Key Issues and Debates.* London: Bloomsbury, 2016.
3. Floridi L., Cowls J., Beltrametti M. va boshqalar. *Artificial Intelligence: Ethical Framework for a Good AI Society. – Minds and Machines*, 2018.
4. UNESCO. *Artificial Intelligence and Education: Guidance for Policy-makers.* Paris: UNESCO Publishing, 2021.
5. Bostrom N. *Superintelligence: Paths, Dangers, Strategies.* Oxford University Press, 2014.
6. Eubanks V. *Automating Inequality: How High-Tech Tools Profile, Police, and Punish the Poor.* New York: St. Martin's Press, 2018.
7. Brynjolfsson E., McAfee A. *The Second Machine Age: Work, Progress, and Prosperity in a Time of Brilliant Technologies.* New York: W.W. Norton, 2016.
8. Luckin R., Holmes W., Griffiths M., Forcier L. *Intelligence Unleashed: An Argument for AI in Education.* London: Pearson, 2016.
9. Knight W. "How AI Can Affect Students' Mental Health and Learning Motivation." – *MIT Technology Review*, 2020.
10. Baker R.S., Inventado P.S. *Educational Data Mining and Learning Analytics.* – Springer, 2014.