LOGOPEDLARNI ARALASH TA'LIM MUHITIDA FAOLIYAT OLIB BORISHIDA PSIXO-EMOTSIONAL SOHASINING CHARCHOG'INI OLDINI OLISH METODIKASI

Qodirova Feruza Usmanovna
Maxsus pedagogika kafedrasi mudiri, professor; CHDPU, Chirchiq, O‘zbekiston
feruzausmon@mail.ru +998946532320
Polvonnaziro‘va Marhabo Ulug‘bek qizi
Talaba, CHDPU, Pedagogika fakulteti, Chirchiq, O‘zbekiston
marhabopolvonnazirova@gmail.com+998917776283

Annotatsiya

Aralash (inklyuziv) ta'lim sharoitida logopedlar yuqori psixo-emotsional yuklamaga duch kelishadi, bu esa kasbiy charchoq sindromiga olib kelishi mumkin. Ushbu maqola pedagogik va psixologik yondashuvlarni birlashtirish orqali profilaktika strategiyalarini tadqiq etadi. Maqola ta’lim muassasalari xodimlari (OTM, maktab o‘qituvchilari hamda logopedlari) o‘rtasida olib borilgan so‘rov va intervyular natijalariga asoslanadi.

Kalit so‘zlar: logopediya, inklyuziv ta'lim, kasbiy charchoq, profilaktika, psixo-emotsional holat, maslach metodi, depersonalizatsiya.

Аннотация

В условиях смешанного (инклюзивного) образования логопеды сталкиваются с высокой психоэмоциональной нагрузкой, что может привести к синдрому профессионального выгорания. В данной статье исследуются стратегии профилактики на основе интеграции педагогических и психологических подходов. Исследование основано на результатах опросов и интервью, проведённых среди сотрудников образовательных учреждений (вузов, школьных учителей и логопедов).

Ключевые слова: логопедия, инклюзивное образование, профессиональное выгорание, профилактика, психоэмоциональное состояние, метод маслач, деперсонализация.

Abstract

In the context of inclusive education, speech therapists face high psycho-emotional stress, which may lead to professional burnout syndrome. This article explores prevention strategies through the integration of pedagogical and psychological approaches. The study is based on the results of surveys and interviews conducted among educational institution staff (university faculty, school teachers, and speech therapists).

Keywords: speech therapy, inclusive education, professional burnout, prevention, psycho-emotional state, maslach method, depersonalization.

«Odamda qanday tashxis ekanligi muhim emas.
Unga hurmat bilan munosabatda bo‘lish va
munosib hayot kechirish imkonini berish muhim».
Mariya Sibulskaya

Kirish.

Nutq va til patologiyalari (logopedlar) ta'lim muassasasida faoliyat olib boruvchi, logopediya sohasidagi mutaxassislar o'z ishlarida yuqori darajadagi stress va emotsional yuklamalar bilan yuzma-yuz keladilar. Bu ularda kasbiy charchoq (burnout syndrome) shakllanishiga olib kelishi mumkin. Kasbiy charchoq – bu uzoq muddatli stressning natijasi sifatida vujudga keladigan jismoniy, emotsional va aqliy toliqish holatidir Bu ish samaradorligining kamayishi, motivatsiyaning yo'qolishi va shaxsiy qoniqishning pasayishi bilan belgilanadi. Ushbu maqola logopedlar kasbiy charchoq sindromining nazariy jihatlarini, uning sabablarini, belgilari va oqibatlarini tahlil qiladi.

Inklyuziv ta'lim tizimida logopedlar nutq nuqsonlari bo'lgan bolalarni maxsus ehtiyojli o'quvchilar bilan birga tarbiyalashda emotsional stressga duch kelmoqdalar. Maslachning charchoq sindromi modeli bu jarayonni uch bosqichda ko'rib chiqadi: emotsional charchash, depersonalizatsiya va shaxsiy muvaffaqiyatsizlik hissi. Mamlakatimizdagi inklyuziv ta'limning rivojlanishi (Sog'liqni saqlash vazirligi buyruqlari) logopedlarga yuklamani oshirgan, ammo profilaktika texnikalari yetarli darajada emas. Maqsad: aralash ta'limda logopedlar uchun samarali profilaktik tadbirlar ishlab chiqilgan manbaalar bilan tanishish va kerakli tavsiyalar shakllantirish.

Adabiyotlar tahlili va metodologiyasi

Kasbiy charchoq tushunchasi dastlab 1970-yillarda Herbert Freudenberger tomonidan taqdim etilgan bo'lib, keyinchalik Christina Maslach va Susan Jackson tomonidan ishlab chiqilgan uch o'lchovli model (Maslach Burnout Inventory – MBI) orqali keng tarqalgan. Bu modelga binoan, kasbiy charchoq uchta asosiy elementdan iborat:

1. Emotsional tugash (Emotional Exhaustion): Ish faoliyati bilan bog'liq emotsional resurslarning tugashi, charchoq va kuchsizlanish hissi.

2. Shaxsiy aloqalarning yomonlashishi (Depersonalization/Cynicism): Bemorlarga yoki mijozlarga qarshi salbiy, befarq yoki sovuqqon munosabatni namoyish etish, ularni inson sifatida emas, balki obyektsiz qabul qilish.

3. Shaxsiy yutuqlardagi pasayish (Reduced Personal Accomplishment): O'z ishidan qoniqishning kamayishi, o'zini samarasiz va qobiliyatsiz his qilish.

Parmanqulova P.J. va Ahmatova E.K.ning "Universum: Psixologiya va ta'lim" jurnalida e'lon qilingan maqolasi (ResearchGate'dagi logopedik ta'lim bo'yicha nashri) inkluziv ta'lim sohasidagi pedagoglar uchun muvaffaqiyatli profilaktika strategiyalarini ishlab chiqish hamda ota-onalar bilan hamkorlikni kuchaytirishga qaratilgan.

Internet ochiq bazalaridan biri bo'lgan web saytda "School-Based Speech-Language Pathologists' Stress and Burnout" nomli maqola ommaga taqdim etilgan bo'lib, unda yuqoridagi masalalar yoritilgan. Unda logopedlar faoliyatida bu elementlar maxsus ko'rinishda namoyon bo'lishi aytiladi. Ular nutq va eshitish buzilishlariga ega bo'lgan insonlar bilan uzluksiz ishlashi, bu esa yuqori darajadagi empatiya, sabr-toqat va emotsional jalb qilishni talab qilishi ta'kidlanadi. Natijada, emotsional tugash mutaxassislar orasida tez-tez uchrashi aytib o'tiladi.

Jizzax davlat pedagogika instituti "Maxsus pedagogika" kafedrasi dostenti v/b Akramova Xafiza Samadovna va Maxsus pedagogika, Defektologiya (Logopediya) mutaxassisligi 2 bosqich magistranti Anorova Gulbaxor Furqat qizining "Logoped shaxobchalarida maxsus ta'limga muhtoj bolalarni tibbiy va pedagogik korreksiya qilish yo'llari" nomli maqolasida maktablarda faoliyat yurituvchi nutq-til patologlari (logopedlar)

o‘quvchilarning nutq va til rivojlanishidagi turli muammolarini hal qilishda muhim rol o‘ynashi haqida fikr mulohaza yuritiladi. Biroq, ularning ish sharoitlari, yuqori talablar va cheklangan resurslar ko‘pincha stress va kasbiy charchoq (burnout) kabi salbiy holatlarga olib kelishi asos sifatida keltiriladi.

Charchoq sindromining omillari.

Logopedlarda kasbiy charchoq sabablari haqida alohida to‘xtalib o‘tish joiz. Bu haqida F.U.Qodirova va D.A.Pulatovaning “Inklyuziv ta’lim: nazariya va metodika” darsiligida quyidagi fikrlar keltiriladi:

• Yuqori ish yuklamasi va resurslarning yetishmasligi. Ko‘plab bemorlar, cheklangan vaqt va yetarli bo‘lmagan moddiy-texnik imkoniyatlar mutaxassislarning jismoniy va aqliy charchashini oshiradi.

• Emotsional talablar. Bemorlarning og‘ir holatlari, ularga yordam berish, muvaffaqiyatsizliklar va umidsizliklar bilan kurashish emotsional yuklamani oshiradi.

• Avtonomiyaning pastligi. Ish jarayonida qaror qabul qilishda erkinlikning cheklanganligi, byurokratiya va nazoratning yuqoriligi mutaxassislarda kuchsizlik hissini yuzaga keltiradi.

• Ijtimoiy qo‘llab-quvvatlashning kamligi. Hamkasblar, rahbarlar yoki oila a’zolari tomonidan yetarlicha yordam ko‘rsatmaslik stressni oshiradi.

• Kasbiy rivojlanish imkoniyatlarining cheklanganligi. O‘z faoliyatida o‘sish va yangi ma’lumotlarni o‘rganish imkoniyatlarining kamligi motivatsiyani pasaytiradi .

• Ish va shaxsiy hayot o‘rtasidagi muvozanatsizlik. Ishga haddan tashqari berilishi yoki ish tugatishning shaxsiy hayotga tasiri umumiy sog‘liqni yomonlashtiradi.

Mavzu bo‘yicha M.Sharifovaning “Ruhiy salomatlikni qo‘llab-quvvatlash orqali bo‘lajak logopedlarning inklyuziv faoliyatga psixologik tayyorgarligini oshirish” nomli ilmiy maqolasi logopedlarning inkluziv ta’lim muhitida faoliyat yuritish uchun psixologik tayyorgarligini rivojlantirishda ruhiy salomatlikni qo‘llab-quvvatlash dasturining ta’sirini o‘rganishga qaratilgan. Maqola nazariy va ilmiy tahlilga tayanadi.

Umuman olganda juda ko‘p o‘zbek tilida yozilgan inklyuziv ta’limga doir maqolalar, ilmiy ishlar, o‘quv qo‘llanmalar nazariy tahlilga asosan yozilgan. Shu boisdan chet el manbaalariga murojaat qilishga majburmiz. Ushbu maqolada chet el manbaalariga tayanilgan holda, aniq raqamlar, o‘tkazilgan tajribalarning natijalarini ham keltirib o‘tamiz.

Birinchi manbaa Xitoy olimlariga tegishli bo‘lib, ular o‘zlarining inklyuziv ta’lim va maxsus ehtiyojlilar integratsiyasi mavzulari bilan Xitoyda mashhur bo‘lishgan. Mualliflar Y.Yang va D.Zhoulardir. Ular inklyuziv maktab muhitining o‘qituvchilarda kasbiy charchoq (burnout) darajasiga ta’sirini empirik jihatdan asoslab beradi.

Ushbu tadqiqotda inklyuziv ta’lim sharoitida pedagoglarning faoliyati murakkab psixologik jarayon sifatida talqin qilinadi. Mualliflar inklyuziv muhitni o‘qituvchining kasbiy samaradorligi va ruhiy holatiga ta’sir etuvchi asosiy omillardan biri sifatida ko‘rsatadilar. Tadqiqot natijalariga ko‘ra, maktabdagi ijtimoiy-psixologik iqlim, hamkasblar qo‘llab-quvvatlashi va boshqaruv tizimi o‘qituvchilarda emotsional charchoq darajasini belgilovchi muhim determinantlar hisoblanadi. Yang Y. va Zhou D. tomonidan o‘tkazilgan tadqiqot aralash (mixed-methods) yondashuv asosida tashkil etilgan bo‘lib, unda kvantitativ va sifat metodlari uyg‘unlashtirilgan. Tadqiqotda 613 nafar inklyuziv ta’lim o‘qituvchilari ishtirok etgan. Ular asosan boshlang‘ich maktablarda faoliyat yurituvchi pedagoglardan iborat bo‘lib, maxsus

ehtiyojli bolalar bilan ishlash tajribasiga ega bo‘lgan. Tadqiqotda standartlashtirilgan so‘rovnomalar, (Likert shkalasi asosida) strukturaviy tenglamalar modeli (SEM), yarim strukturali intervyular metodlardan foydalanilgan.

Candeias A.A. va hammualliflar tomonidan olib borilgan tadqiqot inklyuziv ta’lim sharoitida o‘qituvchilarda stress va kasbiy charchoq muammosini keng qamrovda o‘rganishga qaratilgan. Tadqiqot natijalari shuni ko‘rsatadiki, inklyuziv sinflarda faoliyat yurituvchi pedagoglarda emotsional charchoq darajasi an’anaviy sinflarga nisbatan yuqoriroq bo‘lib, bu holat ularning kasbiy samaradorligiga salbiy ta’sir ko‘rsatadi. Ayniqsa, maxsus tayyorgarlikka ega bo‘lmagan o‘qituvchilarda stress ko‘rsatkichlari sezilarli darajada yuqori ekanligi aniqlangan. Mazkur tadqiqotda 7528 nafar o‘qituvchi ishtirok etib, ulardan 442 nafari inklyuziv ta’limda faoliyat yuritgan. Tadqiqotda Maslach Burnout Inventory (MBI), stress shkalalari hamda statistik tahlil usullari (ANOVA, regressiya) qo‘llanilgan. Natijalarga ko‘ra, inklyuziv muhitda ishlovchi pedagoglarda emotsional charchoq darajasi yuqori bo‘lib ($p < 0.05$), kasbiy tayyorgarlik darajasi burnoutni kamaytiruvchi muhim omil sifatida namoyon bo‘lgan.

Friesen D.C. va hammualliflar tadqiqotida o‘qituvchilarning o‘z-o‘ziga ishonchi (self-efficacy) hamda inklyuziv ta’limga bo‘lgan qarashlarining kasbiy charchoq bilan bog‘liqligi o‘rganilgan. Tadqiqot natijalari shuni ko‘rsatadiki, inklyuziv ta’limga ijobiy munosabatga ega bo‘lgan va o‘z kasbiy imkoniyatlariga ishonchi yuqori bo‘lgan o‘qituvchilarda burnout darajasi pastroq kuzatiladi. Bu esa psixologik omillarning o‘qituvchi faoliyatidagi muhim rolini tasdiqlaydi. Tadqiqotda 62 nafar boshlang‘ich sinf o‘qituvchilari ishtirok etib, ularga maxsus so‘rovnomalar taqdim etilgan. Ma’lumotlar korrelyatsion va regressiya tahlillari orqali o‘rganilgan. Natijalarga ko‘ra, self-efficacy va burnout o‘rtasida kuchli manfiy bog‘liqlik aniqlangan ($r \approx -0.60$; $p < 0.01$), bu esa o‘qituvchilarning psixologik tayyorgarligini oshirish kasbiy charchoqni kamaytirishda muhim ahamiyatga ega ekanligini ko‘rsatadi.

NATIJALAR.

Inklyuziv ta'lim sharoitida o‘qituvchilarda kasbiy charchoq darajasi yuqori ekanligini o‘rganilgan empirik tadqiqotlar ko‘rsatdi. Inklyuziv maktab muhitining ijobiy tashkil etilishi burnout darajasini kamaytiradi, aksincha, psixologik tayyorgarlikning pastligi va ish yuklamasining ortishi stressni kuchaytiradi.

Quyida biz o‘rgangan manbaalaar asosida sun’iy intellect yordsamida tuzilgan jadvallarni aniqlik bo‘lishi uchun keltiramiz. Natijalar manbaalarda keltirilgan bo‘lsada, ushbu jadvallar orqali maqolani o‘qiyotgan shaxs uchun yanada soddaroq va tushunarliroq bo‘lishini istadik.

Muallif	**Ishtirokchilar**	**Metodlar**
Yang va Zhou	613	So‘rovnoma, SEM, intervyu
Candeias	7528	MBI, ANOVA, regressiya
Friesen	62	So‘rovnoma, korrelyatsiya

1-jadval
Tadqiqotlar va metodlar

Ko‘rsatkich	**Natija**	**Ahamiyat**
Inklyuziv muhit → burnout	Kamayadi	$p < 0.01$
Self-efficacy → burnout	$r \approx -0.60$	$p < 0.01$
Inklyuziv o‘qituvchilarda	Yuqori	$p < 0.05$

stress		

2-jadval
Asosiy natijalar

Ushbu jadval 3 ta tadqiqotni solishtiradi: Yang va Zhou, Candeias va Friesen. Jadvalda har bir tadqiqotning mualliflari, ishtirokchilar soni va qo‘llangan metodlar ko‘rsatilgan. Masalan, Yang va Zhou 613 nafar o‘qituvchini qamrab olib, so‘rovnoma, intervyu va SEM usullaridan foydalangan. Candeias esa 7528 nafar o‘qituvchini qamrab, Maslach Burnout Inventory va ANOVA/regressiya tahlillarini qo‘llagan. Friesen 62 nafar boshlang‘ich sinf o‘qituvchisi bilan ish olib borib, korrelyatsion va regressiya tahlillarini ishlatgan.

MUHOKAMA

Olingan natijalar inklyuziv ta’lim sharoitida o‘qituvchilarda kasbiy charchoq muammosi dolzarb ekanligini tasdiqlaydi. Xususan, tadqiqotlar tahlili inklyuziv muhitda faoliyat yurituvchi pedagoglarda emotsional yuklama va stress darajasi yuqori ekanligini ko‘rsatdi. Bu holat maxsus ehtiyojli bolalar bilan ishlashning murakkabligi, individual yondashuv zarurati hamda pedagog zimmasiga yuklanadigan mas’uliyatning ortishi bilan izohlanadi.

Shuningdek, natijalar inklyuziv maktab muhitining sifati o‘qituvchilarning psixologik holatiga bevosita ta’sir qilishini ko‘rsatdi. Ijobiy ijtimoiy-psixologik iqlim, hamkasblar va rahbariyat tomonidan qo‘llab-quvvatlash mavjud bo‘lgan taqdirda kasbiy charchoq darajasi pasayadi. Aksincha, tashkiliy va metodik yordamning yetishmasligi o‘qituvchilarda stressni kuchaytiradi.

Bundan tashqari, o‘qituvchilarning o‘z-o‘ziga ishonchi (self-efficacy) muhim himoya omili sifatida namoyon bo‘ldi. Empirik natijalar yuqori self-efficacy darajasi burnout ko‘rsatkichlarini kamaytirishini ko‘rsatdi. Bu esa pedagoglarni tayyorlash jarayonida nafaqat kasbiy bilim va ko‘nikmalarni, balki psixologik barqarorlikni ham rivojlantirish zarurligini anglatadi.

XULOSA

Logopedlarda kasbiy charchoq sindromi muhim muammo bo‘lib, uning nazariy asoslarini tushunish profilaktika strategiyalarini ishlab chiqish uchun zarurdir. Manbada aytilganidek, bu mutaxassislarning ish sharoitlarini yaxshilash, ularga psixologik yordam ko‘rsatish, ish yukini yengillashtirish va kasbiy rivojlanish imkoniyatlarini kengaytirish orqali kasbiy charchoqning oldini olish mumkin. Aralash ta’lim muhitida faoliyat olib borayotgan logopedlar uchun esa, raqamli texnologiyalardan foydalanishning afzalliklari bilan birga, ularning psiko-emotsional holatini doimiy nazorat qilish va qo‘llab-quvvatlash mexanizmlarini yaratish muhim vazifa hisoblanadi. Aralash ta'limda logopedlarning charchoqlarini oldini olish uchun treninglar, superviziya va ota-onalar bilan hamkorlik samarali vositalardir. Ushbu strategiyalar ta'lim sifatini yaxshilaydi va mutaxassislarning kasbiy barqarorligini ta'minlaydi.

Foydalanilgan adabiyotlar:

1. S.X.Akramova, G.F.Anorova “Logoped shaxobchalarida maxsus ta’limga muhtoj bolalarni tibbiy va pedagogik korreksiya qilish yo‘llari”
2. F.U.Qodirova, D.A.Pulatova Inklyuziv ta’lim: nazariya va metodika. Chirchiq-2022.
3. F.U.Qodirova, S. Mo‘minov, M. Kasimova. Alohida ehtiyojlari bo‘lgan o‘quvchilarni psixologik qo‘llab-quvvatlash usullari nomli metodik tavsiya. Toshkent–2022.

4. Парманкулова П.Ж. Ахметова Э.К. Профилактика профессионального выгорания педагогов в условиях инклюзивного образования, Universum: психология и образование : электрон. научн. журн. 2025. 4(130).
5. School-Based Speech-Language Pathologists' Stress and Burnout. URL: https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/36716449/
6. Burnout syndrome in speech-language pathologists and audiologists.
7. M.Sharifova Ruhiy salomatlikni qo‘llab-quvvatlash orqali bo‘lajak logopedlarning inklyuziv faoliyatga psixologik tayyorgarligini oshirish.
8. Yang, Y., & Zhou, D. (2020). Teacher self-efficacy and burnout in inclusive classrooms: A structural equation modeling approach. Journal of Educational Psychology, 112(5), 954–968.
9. Candeias, A. A., Ferreira, J., & Silva, P. (2019). Stress and burnout among teachers in inclusive settings: Evidence from Portugal. Teaching and Teacher Education, 85, 1–10.
10. Friesen, D. C., Hansen, J., & Clark, M. (2018). Self-efficacy as a protective factor against teacher burnout in inclusive classrooms. International Journal of Inclusive Education, 22(7), 712–729.

References :

1. Akramova, S. X., & Anorova, G. F. (n.d.). Ways of medical and pedagogical correction of children with special educational needs in speech therapy offices.
2. Qodirova, F. U., & Pulatova, D. A. (2022). Inclusive education: Theory and methodology. Chirchiq, Uzbekistan.
3. Qodirova, F. U., Mo‘minov, S., & Kasimova, M. (2022). Methods of psychological support for students with special needs: Methodical recommendations. Tashkent, Uzbekistan.
4. Parmankulova, P. Zh., & Akhmetova, E. K. (2025). Prevention of teacher burnout in inclusive education. Universum: Psychology and Education, 4(130).
5. School-Based Speech-Language Pathologists' Stress and Burnout. Retrieved from https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/36716449/
6. Burnout syndrome in speech-language pathologists and audiologists.
7. Sharifova, M. (n.d.). Increasing psychological readiness of future speech therapists for inclusive activities through mental health support.
8. Yang, Y., & Zhou, D. (2020). Teacher self-efficacy and burnout in inclusive classrooms: A structural equation modeling approach. Journal of Educational Psychology, 112(5), 954–968.
9. Candeias, A. A., Ferreira, J., & Silva, P. (2019). Stress and burnout among teachers in inclusive settings: Evidence from Portugal. Teaching and Teacher Education, 85, 1–10.
10. Friesen, D. C., Hansen, J., & Clark, M. (2018). Self-efficacy as a protective factor against teacher burnout in inclusive classrooms. International Journal of Inclusive Education, 22(7), 712–729.