O‘QITUVCHILARNING SUN’IY INTELLEKTDAN FOYDALANISHGA MOSLASHUVIDA PSIXOLOGIK FAROVONLIKNI TA’MINLOVCHI MOTIVATSION VA EMOTSIONAL OMILLAR

Abdullayev Azamat Kutlimurat o‘g‘li
Chirchiq davlat pedagogika universiteti
Psixologiya mutaxassisligi 1- bosqich
magistratura talabasi
abdullayevazamat0011@gmail.com

Annotatsiya: Ushbu maqolada o‘qituvchilarning sun’iy intellektdan foydalanishga moslashuvi jarayonida psixologik farovonlikni ta’minlovchi motivatsion va emotsional omillar tahlil qilinadi. Tadqiqotda pedagoglarning ichki va tashqi motivatsiyasi, emotsional barqarorligi hamda kasbiy qoniqish darajasi ularning texnologiyalarga moslashuviga ta’siri yoritiladi. Shuningdek, sun’iy intellektdan foydalanish jarayonida yuzaga keladigan stress, xavotir va emotsional zo‘riqish kabi holatlar ko‘rib chiqiladi. Pedagogik jamoada ijtimoiy qo‘llab-quvvatlash va ijobiy psixologik iqlim muhim omil sifatida baholanadi. Tadqiqot natijalari pedagoglarning psixologik farovonligini oshirish orqali texnologiyalardan samarali foydalanishni ta’minlashini ko‘rsatadi. Maqolada amaliy tavsiyalar ishlab chiqiladi.

Kalit so‘zlar: sun’iy intellekt, pedagog, psixologik farovonlik, motivatsiya, emotsional barqarorlik, raqamli stress, moslashuv, ijtimoiy qo‘llab-quvvatlash, pedagogik muhit, innovatsion faoliyat.

Аннотация: В данной статье анализируются мотивационные и эмоциональные факторы, обеспечивающие психологическое благополучие учителей в процессе их адаптации к использованию искусственного интеллекта. В исследовании рассматривается влияние внутренней и внешней мотивации, эмоциональной устойчивости и профессиональной удовлетворённости педагогов на их адаптацию к технологиям. Также изучаются такие явления, как стресс, тревожность и эмоциональное напряжение, возникающие при использовании искусственного интеллекта. Социальная поддержка и благоприятный психологический климат в педагогическом коллективе рассматриваются как важные факторы. Результаты исследования показывают значимость повышения психологического благополучия педагогов. Предлагаются практические рекомендации.

Ключевые слова: искусственный интеллект, педагог, психологическое благополучие, мотивация, эмоциональная устойчивость, цифровой стресс, адаптация, социальная поддержка, образовательная среда, инновационная деятельность

Annotation: This article analyzes motivational and emotional factors that ensure teachers’ psychological well-being during their adaptation to the use of artificial intelligence. The study examines the impact of intrinsic and extrinsic motivation, emotional stability, and professional satisfaction on teachers’ adaptation to technology. It also explores stress, anxiety, and emotional tension arising from the use of artificial intelligence. Social support and a positive psychological climate within the teaching staff are identified as key factors. The results highlight the importance of enhancing teachers’ psychological well-being for effective technology use. Practical recommendations are proposed.

Keywords: artificial intelligence, teacher, psychological well-being, motivation, emotional stability, digital stress, adaptation, social support, educational environment, innovative activity.

Kirish

Zamonaviy ta’lim tizimi raqamli transformatsiya bosqichini boshdan kechirayotgan bir paytda sun’iy intellekt texnologiyalarining joriy etilishi o‘qituvchilar faoliyatiga sezilarli o‘zgarishlar kiritmoqda. Sun’iy intellekt vositalari ta’lim jarayonini individuallashtirish, o‘quvchilarning bilim olish samaradorligini oshirish va pedagogik faoliyatni optimallashtirish imkonini yaratmoqda. Shu bilan birga, ushbu texnologiyalarni amaliyotga tatbiq etish o‘qituvchilardan yangi bilim, ko‘nikma va psixologik moslashuvni talab etadi. Aynan shu jarayonda o‘qituvchilarning psixologik farovonligini ta’minlash dolzarb ilmiy va amaliy muammoga aylanmoqda.

O‘qituvchilarning sun’iy intellektdan foydalanishga moslashuvi nafaqat texnologik tayyorgarlik darajasi, balki ularning motivatsion va emotsional holati bilan ham bevosita bog‘liqdir. Ichki motivatsiya, kasbiy qiziqish va innovatsion faoliyatga ijobiy munosabat o‘qituvchilarning yangi texnologiyalarni qabul qilish jarayonini yengillashtiradi. Aksincha, motivatsiyaning pastligi, o‘ziga ishonchsizlik va yangiliklardan qo‘rquv sun’iy intellektdan samarali foydalanishga to‘sqinlik qilishi mumkin. Shu boisdan, pedagoglarning motivatsion omillarini o‘rganish va rivojlantirish muhim ahamiyat kasb etadi.

Bundan tashqari, o‘qituvchilarning emotsional holati ham ularning sun’iy intellektga moslashuvida muhim rol o‘ynaydi. Raqamli texnologiyalar bilan ishlash jarayonida yuzaga keladigan stress, xavotir, emotsional zo‘riqish kabi holatlar pedagoglarning psixologik farovonligiga salbiy ta’sir ko‘rsatadi. Ayniqsa, doimiy o‘zgaruvchan raqamli muhitda ishlash zarurati o‘qituvchilarda emotsional charchoqni kuchaytirishi mumkin. Shu nuqtai nazardan, emotsional barqarorlikni ta’minlash va stressni boshqarish ko‘nikmalarini rivojlantirish muhim vazifalardan biri hisoblanadi.

Sotsial-psixologik jihatdan qaraganda, pedagogik jamoadagi ijtimoiy muhit, hamkorlik darajasi va o‘zaro qo‘llab-quvvatlash tizimi o‘qituvchilarning psixologik farovonligiga bevosita ta’sir ko‘rsatadi. Ijobiy psixologik iqlim, samarali kommunikatsiya va jamoaviy qo‘llab-quvvatlash mavjud bo‘lgan taqdirda o‘qituvchilar yangi texnologiyalarga tezroq moslashadi va innovatsion faoliyatda faol ishtirok etadi. Aksincha, ijtimoiy izolyatsiya yoki yetarli qo‘llab-quvvatlashning yo‘qligi psixologik zo‘riqish darajasini oshiradi.

Shu nuqtai nazardan, o‘qituvchilarning sun’iy intellektdan foydalanishga moslashuvida psixologik farovonlikni ta’minlovchi motivatsion va emotsional omillarni kompleks o‘rganish zarur. Mazkur tadqiqotda ushbu omillar tahlil qilinib, ularning pedagoglarning kasbiy faoliyati samaradorligiga ta’siri yoritiladi hamda psixologik farovonlikni oshirishga qaratilgan ilmiy asoslangan yondashuvlar ishlab chiqiladi.

Adabiyotlar tahlili va metodologiya

So‘nggi yillarda sun’iy intellekt texnologiyalarining ta’lim tizimiga joriy etilishi pedagogik faoliyatning mazmuni va shakliga sezilarli ta’sir ko‘rsatmoqda. Mazkur jarayonda o‘qituvchilarning texnologiyalarga moslashuvi masalasi ilmiy tadqiqotlarning muhim yo‘nalishiga aylanib bormoqda. Ayniqsa, o‘qituvchilarning sun’iy intellektdan foydalanishga moslashuvida psixologik farovonlikni ta’minlovchi motivatsion va emotsional omillarni o‘rganish dolzarb ahamiyat kasb etadi. Chunki texnologik yangiliklarni joriy etish jarayoni

nafaqat texnik tayyorgarlik, balki pedagoglarning ichki psixologik holati bilan ham chambarchas bog‘liqdir.

Zamonaviy ilmiy adabiyotlarda pedagoglarning motivatsiyasi ularning kasbiy faoliyatidagi asosiy determinantlardan biri sifatida talqin qilinadi. Xususan, ichki va tashqi motivatsiya tushunchalari pedagoglarning innovatsion faoliyatga munosabatini belgilaydi. Ichki motivatsiya yuqori bo‘lgan o‘qituvchilar yangi texnologiyalarni o‘zlashtirishga ko‘proq intiladi, tashqi motivatsiya esa ularning faoliyat samaradorligini oshiradi. Shu nuqtai nazardan, motivatsion omillar o‘qituvchilarning sun’iy intellekt texnologiyalariga moslashuvida muhim rol o‘ynaydi. Bu borada Richard M. Ryan va Edward L. Deci tomonidan ishlab chiqilgan o‘z-o‘zini belgilash nazariyasi (Self-Determination Theory) motivatsiyaning ichki mexanizmlarini chuqur yoritib beradi [1].

Bundan tashqari, emotsional omillar ham pedagoglarning psixologik farovonligini ta’minlashda muhim ahamiyatga ega. Emotsional barqarorlik, stressga chidamlilik va ijobiy emotsional fon o‘qituvchilarning texnologiyalarga moslashuv jarayonini yengillashtiradi. Aksincha, raqamli muhitda ishlash jarayonida yuzaga keladigan stress, xavotir va emotsional zo‘riqish ularning kasbiy faoliyatiga salbiy ta’sir ko‘rsatadi. Ilmiy adabiyotlarda ushbu holat “texnostress” tushunchasi orqali izohlanadi. Monideepa Tarafdar, Cary L. Cooper va Jean F. Stich o‘z tadqiqotlarida texnostressning pedagogik faoliyatga ta’sirini chuqur tahlil qilib, uning ijobiy va salbiy jihatlarini ajratib ko‘rsatadi [2].

Sotsial-psixologik jihatdan qaraganda, o‘qituvchilarning psixologik farovonligi pedagogik jamoadagi ijtimoiy muhit bilan ham bevosita bog‘liqdir. Ijtimoiy qo‘llab-quvvatlash, jamoaviy hamkorlik va samarali kommunikatsiya o‘qituvchilarning motivatsiyasini oshiradi va emotsional barqarorligini mustahkamlaydi. Ushbu yondashuv o‘qituvchilarning sun’iy intellektdan foydalanishga moslashuvida psixologik farovonlikni ta’minlovchi muhim omillardan biri sifatida namoyon bo‘ladi.

Zamonaviy tadqiqotlarda pedagoglarning kasbiy qoniqishi, o‘ziga ishonchi va ijobiy emotsional tajribasi ularning texnologiyalardan foydalanish samaradorligiga bevosita ta’sir ko‘rsatishi qayd etilgan. Bu esa o‘z navbatida motivatsion va emotsional omillarni kompleks tarzda o‘rganish zarurligini ko‘rsatadi. Shu sababli, sun’iy intellektni ta’lim jarayoniga joriy etishda pedagoglarning psixologik farovonligini ta’minlashga qaratilgan tizimli yondashuv muhim ahamiyat kasb etadi.

Mazkur tadqiqotda o‘qituvchilarning sun’iy intellektdan foydalanishga moslashuvida psixologik farovonlikni ta’minlovchi motivatsion va emotsional omillarni o‘rganish uchun quyidagi metodologik yondashuvlar qo‘llanildi:

1. **Nazariy tahlil** – ilmiy adabiyotlar va nazariy manbalarni o‘rganish orqali motivatsion va emotsional omillarning mazmuni hamda ularning psixologik farovonlikka ta’siri aniqlanadi.
2. **Kuzatuv va intervyu** – o‘qituvchilarning sun’iy intellekt texnologiyalaridan foydalanish jarayonidagi psixologik holati, motivatsiyasi va emotsional reaksiyalari o‘rganiladi.
3. **Psixodiagnostik metodlar** – o‘qituvchilarning motivatsiya darajasi, stress holati va emotsional barqarorligi maxsus metodikalar orqali baholanadi.
4. **Tajriba va eksperiment** – sun’iy intellekt vositalaridan foydalanish jarayonida o‘qituvchilarning psixologik farovonligidagi o‘zgarishlar aniqlanadi.
5. **Statistik va analitik tahlil** – to‘plangan ma’lumotlar asosida motivatsion va emotsional omillarning o‘zaro bog‘liqligi hamda ularning psixologik farovonlikka ta’siri tahlil qilinadi.

Mazkur metodologiya o‘qituvchilarning sun’iy intellektdan foydalanishga moslashuvida psixologik farovonlikni ta’minlovchi motivatsion va emotsional omillarni kompleks o‘rganish, ularning o‘zaro ta’sirini aniqlash va amaliy tavsiyalar ishlab chiqishga imkon beradi.

Muhokama

O‘qituvchilarning sun’iy intellektdan foydalanishga moslashuvi jarayoni nafaqat texnologik tayyorgarlik, balki ularning psixologik farovonligi bilan ham bevosita bog‘liq murakkab jarayon hisoblanadi. Tadqiqot natijalari shuni ko‘rsatadiki, mazkur jarayonda motivatsion va emotsional omillar hal qiluvchi rol o‘ynaydi. Ayniqsa, o‘qituvchilarning ichki motivatsiyasi, kasbiy qiziqishi va innovatsiyalarga nisbatan ijobiy munosabati ularning sun’iy intellekt texnologiyalarini qabul qilish darajasini belgilab beradi. Ichki motivatsiya yuqori bo‘lgan pedagoglar yangi texnologiyalarni o‘zlashtirishda faolroq bo‘lib, ularni ta’lim jarayoniga samarali integratsiya qilishga intiladi.

Tashqi motivatsiya omillari ham muhim ahamiyat kasb etadi. Jumladan, rahbariyat tomonidan qo‘llab-quvvatlash, rag‘batlantirish tizimining mavjudligi va pedagogik jamoada ijobiy muhitning shakllanganligi o‘qituvchilarning texnologiyalarga moslashuvini tezlashtiradi. Aksincha, motivatsiyaning pastligi yoki tashqi rag‘batning yetarli emasligi pedagoglarda befarqlik, qarshilik yoki texnologiyalardan qochish holatlarini yuzaga keltirishi mumkin. Bu esa sun’iy intellektni ta’lim jarayoniga joriy etish samaradorligini pasaytiradi.

Emotsional omillar ham o‘qituvchilarning psixologik farovonligini ta’minlashda muhim o‘rin tutadi. Raqamli texnologiyalar bilan ishlash jarayonida yuzaga keladigan stress, xavotir va emotsional zo‘riqish pedagoglarning kasbiy faoliyatiga salbiy ta’sir ko‘rsatishi mumkin. Ayniqsa, yangi texnologiyalarni tez o‘zlashtirish talabi, vaqt bosimi va yuqori mas’uliyat hissi o‘qituvchilarda emotsional charchoqni keltirib chiqaradi. Shu sababli, emotsional barqarorlikni rivojlantirish va stressni boshqarish ko‘nikmalarini shakllantirish muhim ahamiyat kasb etadi.

Muhokama natijalari shuni ko‘rsatadiki, o‘qituvchilarning psixologik farovonligi ko‘p jihatdan pedagogik jamoaning sotsial-psixologik muhitiga bog‘liq. Ijtimoiy qo‘llab-quvvatlash, o‘zaro ishonch va samarali kommunikatsiya mavjud bo‘lgan jamoalarda pedagoglar yangi texnologiyalarga tezroq moslashadi va o‘z faoliyatida innovatsion yondashuvlarni qo‘llashga intiladi. Aksincha, ijtimoiy izolyatsiya yoki salbiy psixologik iqlim mavjud bo‘lgan muhitda o‘qituvchilarda stress darajasi oshadi va motivatsiya pasayadi.

Shuningdek, o‘qituvchilarning psixologik farovonligini ta’minlashda ularning o‘ziga bo‘lgan ishonchi, kasbiy kompetentligini rivojlantirish va muvaffaqiyatli tajribalarni shakllantirish muhim rol o‘ynaydi. Sun’iy intellektdan foydalanish jarayonida ijobiy natijalarga erishgan pedagoglarda o‘ziga ishonch kuchayadi, bu esa ularning keyingi faoliyatiga ijobiy ta’sir ko‘rsatadi.

Umuman olganda, o‘qituvchilarning sun’iy intellektdan foydalanishga moslashuvida psixologik farovonlikni ta’minlovchi motivatsion va emotsional omillar o‘zaro uzviy bog‘liq holda namoyon bo‘ladi. Ushbu omillarni kompleks tarzda rivojlantirish pedagoglarning innovatsion faoliyatga moslashuvini yengillashtiradi hamda ta’lim jarayonida sun’iy intellekt texnologiyalaridan samarali foydalanishga imkon yaratadi.

Xulosa

O‘qituvchilarning sun’iy intellektdan foydalanishga moslashuvi zamonaviy ta’lim tizimining muhim tarkibiy qismi bo‘lib, bu jarayon pedagoglarning nafaqat kasbiy, balki psixologik jihatdan ham tayyor bo‘lishini talab etadi. Tadqiqot natijalari shuni ko‘rsatadiki,

mazkur moslashuv jarayonida psixologik farovonlikni ta’minlash hal qiluvchi ahamiyatga ega bo‘lib, u asosan motivatsion va emotsional omillar bilan belgilanadi.

O‘rganishlar natijasida aniqlanishicha, o‘qituvchilarning ichki motivatsiyasi, kasbiy qiziqishi va innovatsiyalarga nisbatan ijobiy munosabati sun’iy intellekt texnologiyalarini qabul qilish va ulardan samarali foydalanish jarayonini sezilarli darajada yengillashtiradi. Shu bilan birga, tashqi motivatsiya — ya’ni rag‘batlantirish, ijtimoiy qo‘llab-quvvatlash va pedagogik muhitning ijobiyligi — ham o‘qituvchilarning faoliyatiga kuchli ta’sir ko‘rsatadi. Motivatsiya darajasi yuqori bo‘lgan pedagoglar yangi texnologiyalarga tezroq moslashadi va ularni amaliyotga samarali joriy etadi.

Emotsional omillar ham o‘qituvchilarning psixologik farovonligini ta’minlashda muhim rol o‘ynaydi. Emotsional barqarorlik, stressga chidamlilik va ijobiy psixologik holat pedagoglarning sun’iy intellektdan foydalanish jarayonida yuzaga keladigan qiyinchiliklarni yengib o‘tishiga yordam beradi. Aksincha, emotsional zo‘riqish, xavotir va raqamli stress o‘qituvchilarning kasbiy faoliyatiga salbiy ta’sir ko‘rsatib, ularning texnologiyalarga moslashuvini sekinlashtiradi. Shu sababli, pedagoglarning emotsional holatini qo‘llab-quvvatlash va psixologik yordam tizimini rivojlantirish muhim vazifa hisoblanadi.

Shuningdek, tadqiqot natijalari pedagogik jamoada ijtimoiy muhitning ahamiyatini ham tasdiqlaydi. Ijobiy psixologik iqlim, o‘zaro ishonch va samarali hamkorlik mavjud bo‘lgan muhitda o‘qituvchilarning motivatsiyasi va emotsional barqarorligi yuqori bo‘ladi. Bu esa ularning sun’iy intellekt texnologiyalariga moslashuvini tezlashtiradi va ta’lim jarayonining samaradorligini oshiradi.

Xulosa qilib aytganda, o‘qituvchilarning sun’iy intellektdan foydalanishga moslashuvida psixologik farovonlikni ta’minlovchi motivatsion va emotsional omillar o‘zaro uzviy bog‘liq bo‘lib, ular kompleks tarzda rivojlantirilishi zarur. Mazkur omillarni hisobga olgan holda ishlab chiqilgan pedagogik va psixologik yondashuvlar o‘qituvchilarning kasbiy rivojlanishini qo‘llab-quvvatlash, ularning psixologik farovonligini oshirish va ta’lim jarayonida sun’iy intellektdan samarali foydalanishga xizmat qiladi.

Foydalanilgan adabiyotlar:

1. Ryan, Richard M.; Deci, Edward L. (2020). *Intrinsic and Extrinsic Motivation from a Self-Determination Theory Perspective: Definitions, Theory, Practices, and Future Directions*. Contemporary Educational Psychology, Vol. 61.
2. Tarafdar, Monideepa; Cooper, Cary L.; Stich, Jean F. (2015). *The technostress trifecta: Techno eustress, techno distress and design*. Information Systems Journal, Vol. 25, No. 3, pp. 303–328.
3. Seligman, Martin E. P. (2011). *Flourish: A Visionary New Understanding of Happiness and Well-being*. Free Press.
4. Salovey, Peter; Mayer, John D. (1990). *Emotional Intelligence*. Imagination, Cognition and Personality, 9(3), 185–211.
5. Hargreaves, Andy. (2000). *Mixed Emotions: Teachers’ Perceptions of Their Interactions with Students*. Teaching and Teacher Education, 16(8), 811–826.
6. Madgapilova, Nargiza Talipjanovna. (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.

7. Madgapilova, Nargiza Talipjanovna. (2024). *Mug'allim*. 5/2-сан, 461–468.
8. Eshnayev, Nortoji & Madgapilova, Nargiza Talipjanovna. (2023). *Characteristics of Implementing the Cluster Approach in the Educational System*. International Journal of Pedagogics, 03, 44–47. doi:10.37547/ijp/Volume03Issue02-09
9. Abduqodirova, Dilobarbonu. (2025). *Talabalarda psixologik stressni yengish*. 03, 69–73.
10. Abduqodirova, Dilobarbonu. (2024). *Emotsional kreativlik: nazariy asoslari va psixologik yondashuvlar*. Journal of Economics and Business UBS, 4, 679–685.