



Relationship between education and psychological well-being in the interpretation of foreign scientists

Madina KHUDOYOROVA¹

Institute "Family and Women"

ARTICLE INFO

Article history:

Received September 2022

Received in revised form

25 October 2022

Accepted 20 November 2022

Available online

25 December 2022

Keywords:

Adolescents,
psychological well-being,
subjective well-being,
expression,
personal growth,
education,
positive relationships,
environment,
need,
personality,
maturity,
mental health.

ABSTRACT

In this article, the influence of psychological and subjective well-being processes on the process of education, formation and upbringing of adolescents is considered, and experiments conducted by foreign scientists are also analyzed and given as examples.

2181-1415/© 2022 in Science LLC.

DOI: <https://doi.org/10.47689/2181-1415-vol3-iss11/S-pp126-131>

This is an open-access article under the Attribution 4.0 International (CC BY 4.0) license (<https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/deed.ru>)

Ta'lim-tarbiya va psixologik farovonlikning o'zaro aloqadorligi xorij olimlari talqinida

ANNOTATSIYA

Калит сўзлар:

o'spirinlar,
psixologik farovonlik,
sub'yektiv farovonlik,
eksprement,
shaxsiy o'sish,
ta'lim-tarbiya,
ijobiy munosabatlar,
muhit,
ehtijoj,
shaxs,
yetuklik,
ruhiy salomatlik.

Ushbu maqolada ta'lim-tarbiya jarayoniga, o'smirlar shakllanishiga, tarbiyasiga psixologik farovonlik, sub'yektiv farovonlik jarayonlarining ta'siri ko'rib chiqilgan bo'lib, xorij olimlari tomonidan o'tkazilgan tajribalar misol qilib keltirilgan va tahlil qilingan.

¹ PhD student, Scientific Research Institute "Family and Women" under the State Committee for Family and Women of the Republic of Uzbekistan.

Соотношение образования и психологического благополучия в интерпретации зарубежных ученых

АННОТАЦИЯ

Ключевые слова:

Подростки,
психологическое благополучие,
субъективное благополучие,
самовыражение,
личностный рост,
образование,
позитивные отношения,
окружение,
потребность,
личность,
зрелость,
психическое здоровье.

В данной статье рассмотрено влияние процессов психологического и субъективного благополучия на процесс обучения, формирования и воспитания подростков, а также приведены в качестве примеров и проанализированы эксперименты, проведенные зарубежными учеными.

KIRISH

Bugungi kunga kelib insonning “psixologik farovonligi” muammosi faol o’rganilmoqda. Chet ellik va mahalliy tadqiqotchilar orasida ushbu konsepsiyaning ta’rifiga ko’plab yondashuvlar mavjud. Amerikalik psixolog N. Bredbern “psixologik farovonlik”ni sub’ektiv baxt hissi va hayotdan umumiy qoniqish deb biladi. Bredbern ijobiy va salbiy affektlarning o’zaro ta’siri natijasida erishilgan muvozanatdan iborat bo’lgan “psixologik farovonlik” turini yaratdi. Ijobiy ta’sirga ko’ra muallif inson hayotidagi quvonch keltiradigan voqealarni tushunadi.

Shunday qilib, Bredbernning fikriga ko’ra, odamning “psixologik farovonligi” darajasi yuqorida tavsiflangan affektlardagi farq bilan tavsiflanadi [1]. O’z navbatida, psixolog Kerol D. Riff “psixologik farovonlik”ni “shaxs borligining yaxlitligi va mazmunliligini sub’ektiv ravishda anglash” deb tushunadi. Riff quyidagi tarkibiy qismlarni o’z ichiga olgan psixologik farovonlikning ko’p o’lchovli modelini ishlab chiqdi [2]:

1. Boshqalar bilan ijobiy munosabatlar;
2. muxtoriyat;
3. atrof-muhitni boshqarish;
4. shaxsiy o’sish;
5. hayotdagi maqsad;
6. o’z-o’zini qabul qilish.

Tadqiqotchilar T.D. Shevelenkov va P.P. Fesenko “psixologik farovonlik” [2] tushunchasining ikkita tarkibiy qismini ajratib ko’rsatadi:

a) haqiqiy psixologik farovonlik – “insonning o’z fikriga ko’ra, shaxsning ijobiy faoliyatining asosiy tarkibiy qismlarini individual ravishda anglash darajasini, qoniqish darajasini aks ettiradigan narsaga bo’lgan munosabatini tavsiflovchi tajriba”;

b) ideal psixologik farovonlik – “shaxs faoliyatining potentsial jihatlari, ijobiy faoliyat tarkibiy qismlarini amalga oshirishga yo’naltirilganlik darajasi”.

Rus psixologi A.V. Voronina “psixologik farovonlik” ostida “hayotning mazmunliligi va qiymatini boshdan kechirishda sub’yektda o’zini namoyon qiladigan funksiyalarning psixofiziologik xavfsizligi asosida hayot jarayonida olingan kishining tizimli sifatini

anglatadi. Ichki, ijtimoiy yo'naltirilgan maqsadlarga erishish vositasi va uning potentsial imkoniyatlari va qobiliyatlarini amalga oshirish shartidir". Muallif quyidagi darajalarni o'z ichiga olgan psixosomatik salomatlik, ijtimoiy moslashuv, ruhiy salomatlik, psixologik salomatlik kabi "psixologik farovonlik" modelini ishlab chiqqan [3]. L.V. Kulikov o'z navbatida psixologik farovonlikni "aqliy jarayonlar va funksiyalarning uyg'unligi, yaxlitlik hissi, ichki muvozanat" deb hisoblaydi [4]. E.B. Bahor, O.S. Shiryaeva psixologik farovonlikni "ob'yekt-muhiti" tizimida shaxsning sub'yektiv va ob'yektiv muvaffaqiyatini ta'minlaydigan shaxsiy resurslar to'plami sifatida ko'rib chiqadi [5]. Mualliflar hayotning o'ta tabiiy va iqlim sharoitida psixologik farovonlik to'g'risida emperik tadqiqotlar o'tkazdi. Tadqiqot natijasida ular mavjud psixologik farovonlikning beshta tarkibiy qismini aniqladi: affektiv (ijobiy his-tuyg'ularning ustunligi, hayotning barcha sohalarida xavotirning kuchayishi); g'oyaviy (hayotning yuqori mazmunliligi, hayotga mazmun beradigan maqsadlar, e'tiqodlar mavjudligini anglash); meta-ehtiyoj (o'z-o'zini anglashdan qoniqish, shaxsiy o'sish hissi, o'z his-tuyg'ularini aks ettirish, o'z qadriyatlari va e'tiqodlarini ichki qo'llab-quvvatlash); intra-reflektiv (o'zini kuchli shaxs sifatida anglash, o'z-o'zini hurmat qilishning yuqori darajasi, ichki nazorat, o'z-o'zini hurmat qilishning past darajasi, o'zini o'zi qabul qilish va tashqi qiyofasini yuqori baholash); interrefleksiv (o'z hayotini boshqarishni his qilish, boshqalar bilan muomala qilish qobiliyati). Shuningdek, uning tadqiqotlari natijasida E.B. Bahor va O.S. Shiryaeva hayotning o'ta og'ir sharoitlarida odam psixologik farovonlikning ikkita modelidan foydalanishi mumkin degan xulosaga keldi: assimetrik (yashash sharoitlarining ekstremalligini ob'yektiv va sub'yektiv baholash bir xil) va nosimmetrik (atrof-muhit tomonidan qabul qilinmaydi) potensial ravishda uning ehtiyojlaridan mahrum bo'lgan shaxs). Vanihojat, mualliflarning ta'kidlashicha, ekstremal sharoitlar insoniyat uchun rivojlanish manbai bo'lib xizmat qilishi mumkin. Asimmetrik modelda bu "sharoitga qaramay" sodir bo'ladi. O.A. Idobaeva o'z ishida [6] psixologik farovonlikni "funksional va dinamik ta'lim" deb biladi, uni tushunish psixofiziologik, individual psixologik va qiymat-semantik jihatlarni hisobga olishni o'z ichiga oladi. Muallif "shaxsning individual psixologik xususiyatlari, yoshiga mos keladigan psixologik neoplazmalar va faoliyatning yetakchi turi, psixologik mudofaa mexanizmlari, rivojlanishning ijtimoiy holatiga kiritilgan adaptiv resurs va ushbu komponentlarning o'zaro munosabatlarining turli xil variantlariga qarab o'zlarini psixologik farovonlik yoki bezovtalik sifatida namoyon qiladi" [6]. Idobayevaning psixologik farovonligini emperik tadqiqotlar quyidagi natijalarni ko'rsatdi [7]. O'smirlik davrida sub'yektlarning psixologik farovonligi uchun eng muhim narsa ota-ona va bola munosabatlarining o'ziga xos xususiyatlari, munosabatlardagi xayrixohlik va izchillikdir. Oilaning iqtisodiy farovonligi o'smirlarning psixo-emotsional holatiga ta'sir qilmaydi. O'smirlik davrida, tadqiqotlar ko'rsatganidek, psixologik farovonlik ko'rsatkichi – bu o'z-o'zini anglash jarayoni (qadriyatlarni shakllantirish, rejalar, maqsadlar, o'z individualligini qabul qilish va boshqalar) kiradi. Voyaga yetganida psixologik farovonlik belgisi o'zini o'zi anglash, ehtiyojlarni qondirish, maqsadlarga erishishdagi faollikdir. Bir qator mualliflar ta'lim muhitidagi psixologik farovonlik bo'yicha tadqiqotlar o'tkazdilar. Shunday qilib, S.A. Vodyaxa psixologik farovonlikni "ijobiy hissiyotlarning ustunligi, yaqin munosabatlarning mavjudligi, hayotdagi sub'yektiv ishtiroki, hayotning mazmunliligi va ijobiy o'z-o'zini rag'batlantirishdan iborat barqaror aqliy xususiyat" deb ta'riflaydi [8, 73]. Muallif o'quv muhitida psixologik farovonlik va uni bashorat qiluvchilarni emperik tadqiqotlar olib

borgan. Tadqiqot natijalari shuni ko'rsatdiki, psixologik farovonlik talabalar boshdan kechirgan stress miqdoriga juda bog'liq. Stress qancha kam bo'lsa, psixologik farovonlik darajasi shunchalik yuqori bo'ladi. O'z-o'zini ma'qullash va mushaklarning gevşemesi, kurash strategiyalari psixologik farovonlik bilan ijobiy munosabatda bo'ladi. Psixotrop moddalarni, tamaki va alkogol ichimliklarni, shuningdek, giyohvand moddalarni iste'mol qilish, aksincha, o'quvchilarning psixologik farovonligiga salbiy ta'sir qiladi. Stressli vaziyatlardan qochish istagi va mavjud muammolarni sezmaslik istagi ham psixologik farovonlik darajasini pasaytiradi. Ijtimoiy chekinish va qiyin vaziyatlarda nafaqaga chiqish istagi ham sub'yektlarning psixologik farovonligi darajasiga salbiy ta'sir qiladi. O'rganilgan nochorlik va giperrefleksivlik ham psixologik farovonlik darajasining oshishiga yordam bermaydi [8]. Ovcharovanning psixologik farovonligi "o'quvchi shaxsiyatining ruhiy va ijtimoiy salomatligini va uning hukmron ijobiy hissiy holatlarini o'z ichiga olgan ajralmas xarakteristika"dan iborat [9, 15]. U o'quvchilarning psixologik farovonligining bunday belgilarini o'rganishga qiziqish, uning natijalaridan qoniqish, farovonlik, hissiy xotirjamlik, ijobiy his-tuyg'ular kabi aniqlaydi. S.A. Miniyurova ta'lim muhiti sharoitida ko'rib chiqadi. O'qituvchilar uning fikriga ko'ra, "mamnuniyat tajribasi ijobiy faoliyat natijasida o'z hayoti, shaxsiy o'zini rivojlantirish orqali erishilgan"[10,96]. Muallif o'qituvchining psixologik farovonligini "uning natijasi" deb biladi kasb va hayotda ijobiy faoliyatni shaxsiy tanlash, shaxsiy fazilatlarining o'z-o'zini rivojlantirish orqali erishiladi, ulardan ba'zilar odamni yanada takomillashtirishga undash, uning psixologik farovonligi darajasini saqlab qolish"ga xizmat qiladi [11, 97]. O'qituvchining psixologik farovonligini belgilovchi omillarini o'rganish natijasida, u yoki bu darajada o'qituvchining psixologik farovonligiga ta'sir qiladigan o'zgaruvchilarning ikki guruhi aniqlandi. O'z-o'zini hurmat qilish, ochiqlik, o'zini o'zi boshqarish, o'z qadr-qimmat, avtosempatiya va kasb intuitivligi kabi o'zgaruvchilar o'qituvchini ijobiy ishlashga va psixologik farovonlikka erishishga undaydi. O'zgaruvchanlarning yana bir guruhi (o'ziga bo'lgan ishonch, aks etgan o'ziga xos munosabat, ichki ziddiyat, o'zini ayblash, o'zini qadrlash, o'zini tanqid qilish, chidamlilik, ishtirok etish, nazorat qilish, tavakkal qilish, xizmat ko'rsatish, martaba barqarorligi, shaxslararo munosabatlardagi rol pozitsiyasi) "kattalar" o'qituvchining psixologik farovonligini barqarorlashtirishdan iborat. Muallif shuningdek, o'zgaruvchilarning birinchi guruhi psixologik farovonlik darajasiga bog'liq emasligini, ikkinchisi, aksincha, uning ta'siriga moyilligini ta'kidlaydi. Tadqiqot asosida Miniyurova o'qituvchilarning uchta guruhini aniqladi: soxta-tajovuzkor (yuqori darajadagi psixologik farovonligi va boshqalarni o'zgartirishga yo'naltirilgan o'qituvchilar), farovon (o'rtacha psixologik farovonlik ko'rsatkichiga ega o'qituvchilar va o'zlarini va boshqalarni o'zgartirishga e'tiborning muvozanati), psixologik farovonlik ko'rsatkichi past o'qituvchilar, sizning zaif tomonlaringizga e'tiboringizni qaratng.

I.V. Zausenko o'qituvchilarning psixologik farovonligi masalasida shaxsning o'zini o'zi rivojlantirish faktining muhimligini qayd etadi [12]. Muallif eksperiment o'tkazdi, u o'qituvchining psixologik farovonligi va uning ijobiy ishlashi uchun psixolog va psixoterapevtlar bilan hamkorlikda o'zini va hayot sharoitlarini o'zgartirishga e'tibor qaratish zarurligini ko'rsatdi [12].

O'z navbatida, T.R. Absatarova o'qituvchilarning psixologik farovonligi nuqtai nazaridan ularning emotsional tuyg'usi mavzusini ko'taradi [13]. T.R. Absatarova o'qituvchilarning psixologik salomatligini o'rganish bo'yicha tadqiqotlar o'tkazdi, natijada hissiy charchash psixologik farovonlikning asosiy tarkibiy qismi bo'lib, u befarqlik va

emotsional fonning pasayishi bilan ajralib turadi. Muallif shuningdek, o'zlarini bolalarga beradigan o'jar, xavotirli, vijdonli, haddan tashqari talabchan o'qituvchilar hissiy charchashga moyil bo'lishlarini ta'kidlaydi.

O'z navbatida, A.I. Podolskiy, O.A. Karabanova, O.A. Idobaeva, P. Heymans bunday tushunchani "psixo-emotsional" deb hisoblab, farovonlik mavzusidagi o'spirin davrini tadqiq qiladi. [14]. Amalga oshirilgan emperik tadqiqotlar mualliflarga o'spirinlarda psixo-emotsional farovonlik darajasi bilan bog'liq uchta asosiy ijtimoiy va psixologik o'zgaruvchilar guruhini aniqlashga imkon berdi: makrosotsial o'zgaruvchilar (oilalarning ijtimoiy-iqtisodiy farovonligi), mezosotsial o'zgaruvchilar (bola-ota-ona munosabatlari) o'spirinlarning psixologik farovonligi, turli xil hayotiy voqealarning ahamiyati) va o'spirin individual psixologik xususiyatlari (o'spirin shaxsiy xususiyatlari, ularning o'ziga xosligi va qadriyat yo'nalishlarini rivojlantirish) bilan bog'liq o'zgaruvchilar.

Tadqiqotda o'spirinning psixo-emotsional tashvishi bilan bog'liq asosiy fikrlar, ya'ni o'spirinlarning o'ziga, ota-onasiga va o'qituvchilariga tegishli xususiyatlar ko'rsatilgan. Mualliflar psixo-emotsional farovonlik darajasini oshirish uchun nafaqat o'spirin shaxsini, balki bola va uning ijtimoiy muhiti o'rtasidagi munosabatlar tizimini ham tuzatish zarur degan xulosaga kelishdi [14].

Shunday qilib, tadqiqotchilar "psixologik farovonlik"ni "ijobiy faoliyatning asosiy tarkibiy qismlarini (shaxsiy o'sish, o'zini o'zi qabul qilish, atrof-muhitni nazorat qilish, avtonomiya, hayotdagi maqsadlar, ijobiy boshqalar bilan munosabatlar), shuningdek, sub'yektiv ravishda baxt, o'zidan va o'z hayotidan qoniqish hissi bilan ifodalangan ushbu yo'nalishni amalga oshirish darajasi" [2] deb bilishadi.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR RO'YXATI:

1. Myers D.G., Diener E. Who is happy? / D.G. Myers, E. Diener // Psychological Science. – 1995. – Vol. 6. – № 1. – PP. 10–19.

2. Яценко Е.Ф. Самоактуализация и субъективное благополучие как социально-психологические проблемы профессионального образования: студенты и преподаватели университета / Е.Ф. Яценко // Вестник ЮУрГУ. – 2012. – № 31. – С. 56–63.

3. Идобаева О.А. К построению модели исследования психологического благополучия личности: психолого-развитийный и психолого-педагогический аспекты / О.А. Идобаева // Вестн. Томского гос. ун-та. – 2011. – № 351. – С. 128–134.

4. Подольский А.И., Карабанова О.А., Идобаева О.А., Хейманс П. Психоземotionalное благополучие современных подростков: опыт международного исследования / А.И. Подольский, О.А. Карабанова, О.А. Идобаева, П. Хейманс // Вестн. Моск. ун-та. – 2011. – Сер. 14. – № 2. – С. 9–20.

5. Ефимова О.В., Максимова Е.А., Фомина Т.Г. Саморегуляция как ресурс субъективного благополучия младших школьников // О.В. Ефимова, Е.А. Максимова, Т.Г. Фомина // Личность, интеллект, метакогниции: исследовательские подходы и образовательные практики: Материалы II междунар. науч.-практ. конф. – Калуга, 2017. – С. 69–75.

6. Купрейченко А.Б., Воробьева А.Е. Нравственное самоопределение молодежи / А.Б. Купрейченко, А.Е. Воробьева. – М.: Ин-т психол. РАН, 2013. – С. 480.

7. Леонтьев Д.А. Психология смысла: природа, строение и динамика смысловой реальности / Д. А. Леонтьев. – 3-е изд., доп. – М.: Смысл, 2007. – С. 511.

8. Заусенко И.В. Психологическое благополучие педагога как результат личностного саморазвития // Психологическое благополучие личности в современном образовательном пространстве: сб. науч. статей / 89 Составитель: Ю.В. Братчикова. – Екатеринбург: Урал.гос.пед.ун-т., 2013. – С. 98–102.

9. Хвостов А.А., Гаджимурадова З.М. Грехи и пороки в моральном сознании российской студенческой молодежи / А.А. Хвостов, З.М. Гаджимурадова // Развитие личности. – М.: Моск. пед. гос. ун-т. – 2016. – № 1. – С. 135–155.

10. Скрипкина Т.П., Нехорошева И.В. Отличия в основных показателях субъективного качества жизни между людьми с разной нравственной направленностью / Т.П. Скрипкина, И.В. Нехорошева // Социальная психология и общество. – 2013. – № 2. – С. 96.

11. Скрипкина Т.П., Нехорошева И.В. Отличия в основных показателях субъективного качества жизни между людьми с разной нравственной направленностью / Т.П. Скрипкина, И.В. Нехорошева // Социальная психология и общество. – 2013. – № 2. – С. 97.

12. Куликов Л.В. Детерминанты удовлетворенности жизнью / Л.В. Куликов // Общество и политика. – СПб.: Изд-во С.-Петербургского ун-та. – 2000. – С. 476–510.

13. Абсатарова Т.Р. Психологическое благополучие педагога: показатели и критерии оценивания // Психологическое благополучие личности в современном образовательном пространстве: сб. науч. статей / Составитель: Ю.В. Братчикова. – Екатеринбург: Урал.гос.пед.ун-т., 2013. – С. 102–105.

14. Щербатых Ю.В. Семь смертных грехов, или Психология порока для верующих и неверующих / Ю.В. Щербатых. – М.: Астрель: АСТ, 2010, – С. 480.