

**O'ZBEKISTON MILLIY PEDAGOGIKA UNIVERSITETI HUZURIDAGI
ILMIY DARAJALAR BERUVCHI PhD.03/30.12.2021.P.26.02 ILMIY
KENGASH ASOSIDAGI BIR MARTALIK ILMIY KENGASH**

O'ZBEKISTON MILLIY PEDAGOGIKA UNIVERSITETI

SATTAROVA SHAXNOZAXON QO'CHQAROVNA

**PEDAGOGLAR FAOLIYATIDA POZITIV FIKRLASHNING IJTIMOIIY-
PSIXOLOGIK MEXANIZMLARI**

19.00.05 – Ijtimoiy psixologiya. Etnopsixologiya

**PSIXOLOGIYA FANLARI DOKTORI (DSc) DISSERTATSIYASI
AVTOREFERATI**

Toshkent - 2026

Psixologiya fanlari doktori (DSc) dissertatsiyasi avtoreferati mundarijasi

**Оглавление автореферата диссертации
доктора психологических наук (DSc)**

Contents of Dissertation Abstract of Doctor Psychological Sciences (DSc)

Sattarova Shaxnozaxon Qo‘chqarovna Pedagoglar faoliyatida pozitiv fikrlashning ijtimoiy-psixologik mexanizmlari.....	3
Саттарова Шахнозахон Кучкаровна Социально-психологические механизмы позитивного мышления в деятельности педагогов.....	33
Sattarova Shakhnozaxon Qo‘chkarovna Social and psychological mechanisms of positive thinking in the activities of teachers	67
E‘lon qilingan ishlar ro‘yxati Список опубликованных работ List of published works.....	72

**O'ZBEKISTON MILLIY PEDAGOGIKA UNIVERSITETI HUZURIDAGI
ILMIY DARAJALAR BERUVCHI PhD.03/30.12.2021.P.26.02 ILMIY
KENGASH ASOSIDAGI BIR MARTALIK ILMIY KENGASH**

O'ZBEKISTON MILLIY PEDAGOGIKA UNIVERSITETI

SATTAROVA SHAXNOZAXON QO'CHQAROVNA

**PEDAGOGLAR FAOLIYATIDA POZITIV FIKRLASHNING IJTIMOIIY-
PSIXOLOGIK MEXANIZMLARI**

19.00.05 – Ijtimoiy psixologiya. Etnopsixologiya

**PSIXOLOGIYA FANLARI DOKTORI (DSc) DISSERTATSIYASI
AVTOREFERATI**

Toshkent - 2026

Fan doktori (DSc) dissertatsiyasi mavzusi O'zbekiston Respublikasi Oliy ta'lim, fan va innovatsiyalar vazirligi huzuridagi Oliy attestatsiya komissiyasida B.2025.2.PhD/P196 raqam bilan ro'yxatga olingan.

Dissertatsiya Nizomiy nomidagi O'zbekiston milliy pedagogika universitetida bajarilgan.

Dissertatsiya avtoreferati uch (o'zbek, rus, ingliz (rezyume)) tilda Ilmiy kengash veb-sahifasida (www.tdpu.uz) hamda «ZiyoNet» axborot-ta'lim portalida (www.ziynet.uz) joylashtirilgan.

Ilmiy maslahatchi:

Rasmiy opponentlar:

Umarov Bahriddin Mingboyevich
psixologiya fanlari doktori, professor

Melibayeva Roza Nasirovna
psixologiya fanlari doktori (DSc), professor

Shoyimova Shoxista Sanakulovna
psixologiya fanlari doktori (DSc), professor

Yetakchi tashkilot:

Farg'ona davlat universiteti

Dissertatsiya himoyasi Nizomiy nomidagi O'zbekiston milliy pedagogika universiteti huzuridagi PhD.03/30.12.2021.P.26.02 raqamli Ilmiy kengashning 2026-yil «23» 01 soat 16:00 dagi majlisida bo'lib o'tadi. (Manzil: 100185, Toshkent shahri, Chilonzor tumani, Bunyodkor ko'chasi, 27-uy. Tel.: (99871) 255-80-86; faks: (99871) 256-76-51, e-mail: tdpu.kengash@edu.uz). Nizomiy nomidagi O'zbekiston milliy pedagogika universiteti Ma'muriy binosi, 2-qavat, 4 anjumanlar zali.

Dissertatsiya bilan Nizomiy nomidagi O'zbekiston milliy pedagogika universitetining Axborot-resurs markazida tanishish mumkin. 1358 raqam bilan ro'yxatga olingan.) (Manzil: 100185, Toshkent shahri, Chilonzor tumani, Bunyodkor ko'chasi, 27-uy. O'MPU Ma'muriy binosi, 2-qavat, 4-xona. Tel.: (99871) 255-80-86; faks: (99871) 256-76-51.

Dissertatsiya avtoreferati 2026-yil «10» 01 kuni tarqatildi.
(2026-yil «10» 01 dagi 358 raqamli reestr bayonnomasi).



F.A. Akramova
Ilmiy darajalar beruvchi Ilmiy kengash raisi, psixologiya fanlari doktori (DSc), professor

N.B. Atabayeva
Ilmiy darajalar beruvchi Ilmiy kengash ilmiy kotibi, psixologiya fanlari doktori (DSc), professor

Z.T. Nishanova
Ilmiy darajalar beruvchi Ilmiy kengash qoshidagi Ilmiy seminar raisi, psixologiya fanlari doktori, professor

KIRISH (fan doktori (DSc) dissertatsiyasi annotatsiyasi)

Dissertatsiya mavzusining dolzarbligi va zarurati. Jahonda barcha ta'lim muassasalarining pedagoglarida pozitiv fikrlashni rivojlantirish bilan bog'liq ijobiy fikr, kasbiy muvaffaqiyatni rivojlantirishda yangicha yondashuvni ishlab chiqish, va kasbiy qoniqishini ta'minlash masalalariga alohida e'tibor berilmoqda. Birlashgan Millatlar Tashkilotining «XXI asrning oliy ta'limi» Butunjahon deklaratsiyasi, YUNESKOning «Oliy ta'limni isloh qilish va rivojlantirish»¹ bo'yicha dasturiy hujjatlarida ta'lim sifatini oshirish, pedagogik faoliyat samaradorligini ta'minlash, innovasion va kreativ yondashuvlarni joriy etish bilan bir qatorda, pedagoglarda pozitiv fikrlashni shakllantirish va rivojlantirish muhim omil sifatida e'tirof etilmoqda. Zamonaviy tadqiqotlar inson faoliyati samaradorligi, psixologik farovonligi va kasbiy barqarorligida pozitiv fikrlashning hal qiluvchi o'rin tutishini ko'rsatmoqda. «Psychology Today, Verywell Mind, Gallup Well-Being, World Happiness Report xalqaro ilmiy veb-sahifasi bergan statistik ma'lumotlariga ko'ra, bugungi kunda dunyo aholisining 35 foizi o'zini barqaror pozitiv va optimistik fikrlaydigan shaxs sifatida qaraydi, qolgan 65 foiz insonlarda esa, stress, xavotir, kasbiy noaniqlik va ijtimoiy bosimlar ta'sirida negativ yoki noaniq fikrlash ustun ekanligi aniqlangan»². Jahon Sog'liqni saqlash tashkilotining (The World Health Organization - WHO) ma'lumotiga ko'ra, «insonlardagi ruhiy holatning zaifligi kundalik faoliyati va ish qobiliyatiga salbiy ta'sir qiladi»³. Shu sababdan, pedagoglar faoliyatida pozitiv fikrlashni yuksaltirish, kundalik faoliyat bilan bog'liq stresslarga nisbatan vaqtinchalik holat sifatida qarash, o'z qobiliyatlarini namoyon eta olish, sub'ektiv farovonlik darajasini oshirish, o'zidan va kasbiy mehnat faoliyatidan qoniqish jihatlarini rivojlantirish, mehnat jamoasida ijobiy emotsional holatlarni barqarorlashtirish orqali pozitiv fikrlashni rivojlantirish dolzarb muammolardan bo'lib kelmoqda.

Jahon oliy ta'lim tashkilotlari va ilmiy-amaliy markazlarida insonlarda pozitiv fikrlashni shakllantirish, kasbiy faoliyatga aloqador predmetlar doirasida pozitiv fikrlashni rivojlantirishning nazariy asoslari, kundalik hayotda pozitiv fikrlash, dunyoqarashga nisbatan ijobiy munosabat, shaxsiy salomatlikni barqarorlashtirish, kasbiy burnout holatini oldini olish, inson faoliyatini rivojlantirish va takomillashtirish borasidagi ilmiy izlanishlarga alohida e'tibor qaratilmoqda. Bu borada pedagoglar faoliyatida pozitiv fikrlashga ta'sir etuvchi omillar, pedagoglarda pozitiv fikrlashning namoyon bo'lishi, pozitiv fikrlashda kasbiy inqiroz omillari va ish qobiliyatining pasayishi, mehnat jarayonida yuzaga

¹ Доклад ЮНЕСКО по науке-2015-На пути к 2030 году. YUNESCO Пуб, 2017.-794с

²<https://www.psychologytoday.com/us/basics/positive-psychology> *Positive Psychology: The Science of Happiness and Well-Being*. New York: Sussex Publishers, Inc., 2025.- 350 p.

<https://www.verywellmind.com/how-gratitude-makes-you-happier-5114446> *How Gratitude Makes You Happier*. New York: Dotdash Meredith, 2020. - 280 p.

<https://www.gallup.com/> *State of the World's Emotional Health Report 2025: Global Positive and Negative Emotions Survey*. Washington, DC: Gallup, 2025. – 420 p.

<https://www.gallup.com/file/analytics/658169/world-happiness-report-2025.pdf> *Global Well-Being Insights and Happiness Rankings*. Oxford: Wellbeing Research Centre at University of Oxford, 2025. – 300 p.

³<https://www.who.int/en/health-topics/mental-health> The World Health Organization (WHO)

keladigan hissiy kuyish va kasbiy moslashuv hamda optimizm pozitsiyasining o'zni bilan bog'liq muammolar diagnostikasini amalga oshirish, psixokorreksion imkoniyatlarini rivojlantirishga qaratilgan masalalarga e'tibor qaratish zarurati kuzatilmoqda.

Yangi O'zbekistonda so'nggi yillarda pedagoglar faoliyatida pozitiv fikrlashini ta'minlash, jamiyatdagi ijtimoiy-siyosiy maydonda to'laqonli ishtirok etishlariga imkoniyat yaratish, ulardagi kasbiy yetukligi, ijobiy fikrlash orqali jamoadagi psixologik muhitni barqarorlashtirishi, o'z-o'zini rivojlantirishi, tanlagan kasbida muvaffaqiyatga erishishi barobarida to'laqonli sharoit yaratish, ularni har tomonlama qo'llab-quvvatlashga qaratilgan keng ko'lamli ioslohotlarning ustuvor yo'nalishlari belgilanib, zarur huquqiy-me'yoriy asoslari yaratildi: «Pedagogik ta'lim sifatini oshirish va pedagog kadrlar tizimini takomillashtirish jarayonida bo'lajak va amaldagi o'qituvchilarda ijobiy fikrlashni shakllantirish muhim bo'lib, u pedagogning kasbiy faolligi va ta'lim samaradorligini oshirishga xizmat qiluvchi»⁴ vazifalarga asoslanib, pedagoglar faoliyatida pozitiv fikrlashni ijtimoiy-psixologik mexanizmlarini o'rganish yuzasidan ilmiy tadqiqotlarni chuqurlashtirishga qaratilgan yangicha integrativ nazariy yechimlarni topish imkoniyatlari yaratildi.

O'zbekiston Respublikasining 2023-yil 1-maydagi O'RQ-837-son «O'zbekiston Respublikasi Konstitutsiyasi to'g'risida»gi Qonunida, O'zbekiston Respublikasi Prezidentining 2023-yil 11-sentyabrdagi PF-158-son «O'zbekiston-2030» strategiyasi to'g'risida»gi, 2022-yil 28 yanvardagi PF-60-son «2022-2026-yillarga mo'ljallangan Yangi O'zbekistonning taraqqiyot strategiyasi to'g'risida»gi, 2020-yil 6-noyabrdagi PF-6108-son «O'zbekistonning yangi taraqqiyot davrida ta'lim-tarbiya va ilm-fan sohalarini rivojlantirish chora - tadbirlari to'g'risida»gi, 2019-yil 8-oktyabrdagi PF-5847-son «O'zbekiston Respublikasi oliy ta'lim tizimini 2030-yilgacha rivojlantirish konsepsiyasini tasdiqlash to'g'risida»gi, 2019-yil 11-yuldagi PF-5763-son «Oliy va o'rta maxsus ta'lim sohasida boshqaruvni isloh qilish chora tadbirlari to'g'risida»gi Farmonlari, 2022-yil 21-iyundagi PQ-289 son «Pedagogik ta'lim sifatini oshirish va pedagog kadrlar tayyorlovchi oliy ta'lim muassasalari faoliyatini yanada rivojlantirish chora-tadbirlari to'g'risida»gi qarori, O'zbekiston Respublikasi Vazirlar Mahkamasining 2019-yil 31-dekabrdagi 1059-son «Uzluksiz ma'naviy tarbiya konsepsiyasini tasdiqlash va uni amalga oshirish chora tadbirlari to'g'risida»gi qarorlarida hamda boshqa huquqiy-normativ hujjatlarda belgilangan vazifalarni hal etishda ushbu dissertatsiya tadqiqoti muayyan darajada xizmat qiladi.

Tadqiqotning respublika fan va texnologiyalari rivojlanishining ustuvor yo'nalishlariga mosligi. Mazkur tadqiqot respublika fan va texnologiyalari rivojlanishining I. «Axborotlashgan jamiyat va demokratik davlatni ijtimoiy, huquqiy, iqtisodiy, madaniy, ma'naviy-ma'rifiy rivojlantirishda innovatsion g'oyalar tizimini shakllantirish va ularni amalga oshirish yo'llari» ustuvor yo'nalishiga muvofiq bajarilgan.

⁴ O'zbekiston Respublikasi Prezidentining 2022 yil 21-iyundagi PQ-289 son «Pedagogik ta'lim sifatini oshirish va pedagog kadrlar tayyorlovchi oliy ta'lim muassasalari faoliyatini yanada rivojlantirish chora tadbirlari to'g'risida»gi Qarori. - <https://lex.uz/uz/docs/6079561>

Dissertatsiya mavzusi bo'yicha xorijiy tadqiqotlar sharhi⁵. Kasbiy va o'quv faoliyatida pozitiv fikrlashga oid ilmiy izlanishlarga bag'ishlangan ilmiy tadqiqotlar dunyoning yetakchi ilmiy markazlari va oliy ta'lim muassasalarida, xususan, Shimoliy-sharqiy universitet (Northeastern University Boston, AQSH), Myunxen universiteti (LMU, Germaniya), Rijents universiteti (Regents University, Buyuk Britaniya), Niderlandiyaning Groningen Universitetida, Germaniyaning (Berlin Humboldt) Universiteti, Fransiyaning Sorbonna Universitetida, AQShning Michigan Universitetida, Moskva davlat universiteti (Lomonosov nomidagi MDU, Rossiya), Rossiyaning Sankt-Peterburg Davlat Universitetida, Seul Milliy universiteti (Seul National University, Janubiy Koreya), Angliyaning Chester (Psychology and Child Development (with Placement Year) BSc), Xitoy Milliy pedagogik tadqiqotlar markazlarida (NIES, Guanjou) olib borilmoqda.

Jahonda pedagoglar faoliyatida ijobiy fikrlashini rivojlantirish va ularning kasbiy faoliyatidagi samaradorlikni oshirishga qaratilgan bir qator olib borilgan tadqiqotlarda jumladan quyidagi natijalar olingan: Xalqaro Pozitiv Psixologiya Assotsiatsiyasi (IPPA) (AQSh): ushbu tashkilot ijobiy psixologiya sohasidagi tadqiqotlarni olib boradi va o'qituvchilarning ijobiy fikrlashini rivojlantirishga qaratilgan ilmiy izlanishlarni qo'llab-quvvatlaydi; Michigan Universiteti Ta'lim Fakulteti (AQSh): ushbu ta'lim fakultetida o'qituvchilarning ijobiy fikrlashini rivojlantirish va ularning psixologik farovonligini oshirish bo'yicha tadqiqotlar olib borilgan; Xalqaro Emotsional Intellekt Instituti (IIEI); (Buyuk Britaniya): ushbu institute emotsional intellektni o'rganish va rivojlantirish bilan shug'ullanadi, bu esa, pedagoglarning ijtimoiy-psixologik ko'nikmalarini oshirishga yordam beradi; Melburn Universiteti Ta'lim Bo'yicha Tadqiqotlar Markazi (Avstraliya): ushbu markaz o'qituvchilarning emotsional intellekti va ijtimoiy-psixologik ko'nikmalarini rivojlantirishga qaratilgan ilmiy izlanishlar o'tkazdi; Toronto Universiteti Pedagogika Kolleji (Kanada): ushbu kollej o'qituvchilarning ijobiy fikrlashini rivojlantirish va ularning kasbiy faoliyatidagi samaradorlikni oshirishga qaratilgan tadqiqotlar olib borilgan: Ta'limda Farovonlik Jamg'armasi (EWF); (Avstraliya): ushbu jamg'arma ta'lim sohasida farovonlikni oshirishga qaratilgan tadqiqotlar olib boradi, bu esa, o'qituvchilarning psixologik salomatligi va ijobiy fikrlashini qo'llab-quvvatlaydi; Ta'lim Fanlari Instituti Akdeniz Universiteti, Istanbul Medipol Universiteti (Turkiya): ushbu muassasadagi tadqiqotlar uyda ancha muddat o'tirib qolgan va tanqidiy fikrlashga moyilligi bo'lgan pedagoglarni faollashtirishga qaratilgan; Kvins Universiteti (Buyuk Britaniya): ushbu institutda olib borilgan tadqiqot o'qituvchilardagi ijobiy fikr va mulohazalari (maqtov, sinfdagi o'zaro aloqa va

⁵ Dissertatsiya mavzusi bo'yicha xorijiy tadqiqotlar sharhi.,
URL:<https://www.yale.edu>,<https://www.elsevier.com/locate/tsc>,<https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S2666374024000918>,https://www.researchgate.net/publication/378277267_Factors_Influencing_the_Positive_Thinking_of_the_Future_Teacher,https://www.academia.edu/51841194/Positive_Attitude_towards_Teaching_in_Higher_Education;

akademik qo'llab-quvvatlash) rivojlantirishiga qaratilgan; Osh Davlat Universiteti (Qirg'iziston): ushbu universitetda olib borilgan tadqiqot pedagoglar faoliyatida ijobiy kayfiyatni shakllantirishga qaratilgan. Yuqoridagi olib borilgan tadqiqotlar pedagoglarning ijobiy fikrlashini rivojlantirish bilan ulardagi kasbiy faoliyatdagi samaradorlikni oshirishga qaratilgan.

Jahonda psixologiya sohasida pedagoglarda pozitiv fikrlashning ijtimoiy-psixologik mexanizmlarini o'rganishga hozirgi kunda dunyoda olib borilayotgan tadqiqotlarning ustuvor yo'nalishlari quyidagi mavzular bilan bog'liq: o'qituvchilarda ijobiy fikrlashni rivojlantirishda ulardagi psixologik farovonligini oshirish, o'qituvchilardagi ijobiy fikrlashni rivojlantirishda kasbiy samaradorlikni oshirish, o'qituvchilarning pozitiv fikrlashda psixologik salomatligi va ta'limda farovonlikka erishish, pedagoglarda tanqidiy fikrlashga moyilligini ijobiy ta'sir orqali psixodiagnostika qilish, o'qituvchilarda ijobiy fikrlashga ta'sir etuvchi omillarni aniqlash, masalalariga e'tibor qaratish zarurati kuzatilmoqda.

Muammoning o'rganilganlik darajasi. O'zbekiston psixolog olimlaridan B.S.Abdullayeva, R.A.Abdurasulov, N.B.Atabayeva, A.A.Beknazarov, M.G.Davletshin, S.X.Jalilova, S.N.Jo'rayeva, G.T.Jumayeva, G.N.Ibragimova, V.M.Karimova, Z.K.Kurbaniyazova, M.B.Matnazarova, N.R.Melibaeva, M.T.Mirsoliyeva, Z.T.Nishanova, N.S.Safaev, R.Z.Sunnatova, X.A.Tillashayxova, Sh.R.Urakov, X.Sharafuddinov, S.Sh.Shoyimova, P.S.Ergashev, X.A.Yulbarsova, O.A.Qo'ysinov, E.G'.G'oziev, va boshqalar⁶ ning tadqiqotlarida shaxsiy rivojlanishda professionalismning shakllanishi, shaxsning ijtimoiy yetukligini belgilaydigan psixologik determinantlar, mustaqil ijodiy fikrlash dinamikasi,

⁶ Abdullayeva. B.S. Bo'lajak o'qituvchilar o'quv-ilmiy faoliyati motivatsiyasining psixofiziologik determinantlari: Monografiya. -T.: «Bookmany print» nashriyoti. 2021. -162 b.; Абдурасулов Р.А. Роль ценностей в формировании мотивации. Известия Самарского научного центра Российской академии наук. Социальные, гуманитарные, медико-биологические науки, т.22, №74, 2020. С. 44-48; Atabayeva.N.B.Psychological features of the formation of altruism motives in the family. [https://www.theamericanjournals.com/index.](https://www.theamericanjournals.com/index;); Davletshin M.G. «Zamonaviy maktab o'qituvchisining psixologiyasi». -T.; O'zbekiston. -29 b.; Жалилова.С.Х. Психологические критерии нравственного формирования и развития личности. // Образование и инновационные исследования., 2022. №5.; Jumayeva G.T. «Maktab o'qituvchilarida kasbiy madaniyatni rivojlantirishning pedagogic tizimini takomillashtirish»: ped.f.b.f.d.diss. avtoref. -Termiz.; 2022. 162 b.; Ibragimova G.N. «Interfaol o'qitish metodlari va texnologiyalari asosida talabalarning kreativlik qobiliyatlarini rivojlantirish»: ped.f.n.diss. avtoref. T.,TDPU 2017.39 b.; Ibragimova. G.N. «Umumta'lim maktablarining o'quv-tarbiya jarayonini modernizatsiyalashda innovatsion ta'lim texnologiyalarining o'rni». Metodik qo'llanma -T.: «Abu matbuot-konsalt» 2014 B13-16.; Karimova V.M. Psixologiya -T.:O'quv qo'llanma, Qodiriy.T.A nomidagi «Xalq merosi» nashriyoti «O'AJBNT»markazi, 2002.-205 b.; Karimova V.M, Sunnatova R.I, Tojiboyeva R.N. Mustaqil fikrlash.-T.:«Sharq» 2000.; Karimova.V.M. «Ijtimoiy psixologiya». Darslik.Toshkent davlat iqtisodiyot universiteti.- Toshkent – 2012-298 b.; Kurbaniyazova Z.K. «Aralash ta'lim sharoitida bo'lajak o'qituvchilarning ijtimoiy-pedagogik kompetentligini rivojlantirish» ped.f.b.f.d diss. – T., 2022. – 254 b.; Matnazarova M.B. Oliy ta'lim muassasalari pedagog kadrlarining nazariy-metodik kompetentligini uzluksiz rivojlantirish mexanizmlarini takomillashtirish: ped.f.b.f.d...diss. – T., 2018.-156 b.; Nishanova Z.T. Mustaqil ijodiy fikrlashni shakllantirishning psixologik asoslari: Psix. fan dok. ... dis. – T., 2005.– 391 b., Tillashayhova X.A «Talaba-yoshlar psixologik farovonligi va ijtimoiy yetukligi shakllanish dinamikasining xususiyatlari» psixol.f.d.diss.avtoref. -T.,TDPU 2024 - B5-7.; Urakov Sh.R. Oliy ta'lim muassasalarida bo'lajak o'qituvchilarni tayyorlashning kompetent yondashuvga asoslangan pedagogic tizimini takomillashtirish: ped.f.b.f.d...diss.-Toshkent, 2018.-142 b.; S.Sh.Shoyimova «Oliy tibbiy ta'lim muassasalari pedagoglari faoliyatining ijtimoiy-psixologik determinantlari» p.f.d...diss.avtoref.: -T.,TDPU 2024 – B 5-8.; Yulbarsova X.A. «Integrativ yondashuv asosida bo'lajak o'qituvchilarning kommunikativ kompetentligini shakllantirish texnologiyasi» ped.f.d.– Toshkent, 2018, – B. 78.; Qo'ysinov O.A. «Kompetentli yondashuv asosida bo'lajak o'qituvchilarning kasbiy-pedagogik ijodkorligini rivojlantirish texnologiyalari» ped.f.b.f.d...diss. avtoref. – Toshkent, 2019. – B.70; G'oziev E.G', O'qituvchining etnopsixologik xususiyatlari // Xalq ta'limi. - T.: 1991. № 1. B 55-96.;

shuningdek, pedagoglar faoliyatini muvaffaqiyatli rivojlantirishning psixologik mexanizmlari va fikrlashning individual-psixologik xususiyatlari, kasbiy madaniyatni rivojlantirishning pedagogik tizimi, pedagoglarning ijtimoiy-pedagogik va nazariy-metodik kompetentligini uzluksiz rivojlantirish, pedagoglarni tayyorlashning kompetent yondashuvga asoslangan pedagogik tizimni takomillashtirish, integrativ yondashuv asosida o'qituvchilarning kommunikativ kompetentligini shakllantirish hamda o'qituvchilarning kasbiy-pedagogik ijodkorligini rivojlantirish masalalari ilmiy tadqiq etilgan.

Mustaqil Davlatlar Hamdo'stligi mamlakatlari olimlaridan T.Yu.Артюхова, И.В.Вачков, Л.С.Виготский, Т.О.Гордева, Т.Г.Гурулева, М.С.Замишляева, В.Ф.Калошин, И.А.Карпова, Ю.Н.Кашицына, Н.Б.Куклина, Л.В.Левицкая, А.Н.Леонтев, Г.Н.Мешко, К.Муздыбаев, Ж.В.Сидеренко, Т.Н.Слободян, С.Л.Рубинштейн, А.Ю.Свияш, О.В.Шевчишен, И.А.Зимняя va boshqalar⁷ ishlarida shaxs faoliyatining ijtimoiy sharoitlar bilan uzviy bog'liqligi, pedagog shaxsining ijobiy motivatsiyasi optimistik atribusiyasi va emosional barqarorligida kasbiy samaradorlikning ortishi, pozitiv fikrlashning kognitiv-baholovchi mexanizmlari, shaxsiy mas'uliyat va ijtimoiy munosabatlar tizimi, pedagogic faoliyatda emosional holat, o'z-o'zini anglash, kasbiy adaptasiya va shaxsiy rivojlanishning ijtimoiy-psixologik mexanizmlari tadqiq etilgan.

Xorij olimlaridan Sh.Amonashvili, A.Bandura, N.M.Vachkov, J.Gilford, D.Goulman, O.S.Grebenyuk, P.Ekman, Yu.N.Kashitsina, D.Kehoe, A.N.Kokun, A.Maslou, L.A.Matsko, Yu.M. Orlov, J.Piaje, N.V.Pil, A.A.Rean, K.R.Rodgers, L.San, T.Sato, M.Seligman, M.N.Sexmistrenko, E.Torrens, K.Fridmutter, Z.Freyd, Sh.P.Sharma, K.Yung, N.Xill, K.Xorni va boshqalar⁸ tomonidan ta'lim

⁷ Артюхова Т.Ю. Роль и значение позитивного мышления в жизнедеятельности человека. // Проблемы теории и практики современной психологии. Всероссийской (с международным участием) научно-практической конференции. 2016.-С. 143-145.; Вачков И.В. Основы технологии группового тренинга: Учебное пособие. - М.: Ос-89, 2003. - 224 с.; Гордеева Т.О. Позитивное мышление как фактор учебных достижений старшеклассников. // Вопросы психологии. - 2010. - С. 24-33. Гурулева Т.Г. Значение формирования позитивного мышления с целью улучшения физического здоровья. // Научный альманах. Учредители: ООО «Консалтинговая компания Юком». - Тамбов: 2020. - С. 58-60, Замишляева М.С. Оптимизм и пессимизм в совладающем поведении в юношеском возрасте. // Воспитание в контексте междисциплинарного подхода. - 2005. - № 5. - С. 183-190.; Карпова И.А. Концепт «позитивное мышление» в американском языковом сознании: понятийная, образная и ценностная составляющие. // Сборник материалов научной сессии по итогам выполнения научно-исследовательской работы на факультете иностранных языков Московского педагогического государственного университета за 2008-2009 год. - М.: Изд-во Прометей, 2009. - С. 48-51; Калошин В.Ф. Основы позитивного мышления в образовательной деятельности. Учебное пособие. - М.: 2005. - 252 с.; Кашицына Ю.Н. Позитивное мышление в системе социальных и профессиональных отношений. // Геопатогенные зоны и здоровье подрастающего поколения. - Уфа: РИЦ Баш-ГУ, 2014. - С. 122-129.; Левицкая Л.В. Развитие саногенных чувств учащейся молодежи как психолого-педагогическая проблема. // Сборник научных трудов №40: Изд-во Нац. Академии Гос. приграничный. службы Украины им. Б. Хмельницкого, 2007. - С. 228-231; Леонтев Д.А. Позитивная психология - повестка дня нового столетия // Психология. Журнал Высшей школы экономики. - 2012. - Т. 9, № 4. - С. 36-58.; Муздыбаев К. Оптимизм и пессимизм личности. // Социологические исследования. - 2003. - № 12. - С. 87-96.; Сидоренко Ж.В. Позитивное мышление: сущность и история понятия. // Аллея науки. - 2015. - С. 301-308. Рубинштейн С.Л. Основы общей психологии. СПб.: Питер Ком, 1999.

⁸ Adler, A. The Individual Psychology of Alfred Adler: A Systematic Presentation in Selections from His Writings. Edited by H. L. Ansbacher and R. R. Ansbacher. New York: Basic Books, 1956; Atkinson, J.W. An Introduction to Motivation. - Princeton, NJ: Van Nostrand, 1964; Bandura, A. Self-efficacy: The exercise of control. New York: Freeman, 1997; Carver, C.S., Scheier, M.F. On the Self-Regulation of Behavior. - Cambridge: Cambridge University Press, 1998; Deci, E.L., Ryan, R.M. Intrinsic Motivation and Self-Determination in Human Behavior. - New York: Springer, 1985; Diener, E. Subjective well-being: The science of happiness and a proposal for a national

oluvchilarda va pedagoglarda pozitiv fikrlash tushunchasi va mohiyati hamda insonning taraqqiy etishida tafakkurning xususiyatlari, uning salomatlikka ijobiy ta'sir etishi, pedagoglarda pozitiv fikrlashni shakllanishi va rivojlanishi, bilish jarayonlarida tafakkurning ong osti faoliyatidagi o'rni ilmiy tadqiq etilgan.

Lekin pedagoglarda pozitiv fikrlash, shaxsdagi optimism va pessimism, atributiv uslublarlar orqali o'zini rivojlantirish, kundalik hayotda pozitiv fikrlash, dunyoqarashga nisbatan ijobiy munosabat, shaxsiy salomatlikni barqarorlashtirish, kasbiy burnout holatini oldini olish, inson faoliyatini rivojlantirish darajalari bilan bog'liqligi o'rganilmagan.

Tadqiqotning dissertatsiya bajarilgan oliy ta'lim va ilmiy tadqiqot muassasasining ilmiy-tadqiqot ishlari rejalari bilan bog'liqligi. Dissertatsion tadqiqot Toshkent davlat pedagogika universiteti ilmiy tadqiqot rejasining «Psixologiya tarixini o'rganish, umumiy psixologiya mazmunini o'zlashtirish, shaxs psixologiyasini tasniflash, psixofiziologik tadqiqotlar ko'lamini kengaytirish, tibbiy va kasb psixologiyasi qonuniyatlarini o'rganish, ijtimoiy psixologiya, etnopsixologiya hamda yosh davrlari va pedagogik psixologiyaning konseptual asoslarini tadqiq qilish» nomli ustuvor yo'nalish doirasida bajarilgan (2021-2024- y.y.).

Tadqiqotning maqsadi pedagoglar faoliyatida pozitiv fikrlashning ijtimoiy-psixologik mexanizmlarini kompleks tadqiq etish va uni rivojlantirish bo'yicha amaliy tavsiyalar ishlab chiqishdan iborat.

Tadqiqot vazifalari:

pedagoglar faoliyatida pozitiv fikrlashga ta'sir etuvchi ijtimoiy-psixologik omillarni empirik o'rganish;

pedagoglar faoliyatida pozitiv fikrlash namoyon bo'lishining qiyosiy tahlilini aniqlash;

pedagoglar faoliyatida pozitiv fikrlash yuzaga kelishida kasbiy inqiroz omillari va ish qobiliyati pasayishining ta'sirini o'rganish;

pedagoglarda pozitiv fikrlash qaror topishida hissiy kuyish, kasbiy moslashuv va optimizm pozitsiyasining o'rnini tadqiq etish;

index // American Psychologist. - 2000. - Vol. 55. - P. 34-43; Frankl, V.E. Man's Search for Meaning. - Boston: Beacon Press, 2006; Fredrickson, B.L. Positivity: Top-Notch Research Reveals the 3-to-1 Ratio That Will Change Your Life. - New York: Three Rivers Press, 2009; Heckhausen, H. Motivation and Action. - Cambridge: Cambridge University Press, 1991; Maslow, A.H. Motivation and Personality. - New York: Harper & Row, 1954; McClelland, D.C. The Achieving Society. - Princeton, NJ: Van Nostrand, 1961; Seligman, M.E.P. Authentik Happiness: Using the New Positive Psychology to Realize Your Potential for Lasting Fulfillment. - New York: Free Press, 2002; Seligman, M.E.P. Learned Optimism: How to Change Your Mind and Your Life. - New York: Knopf, 1991; Orlov, Y.M. Thinking That Brings Health and Success to Educational Staff. // Upbringing and Education, 2001, No. 3-9; Pil, N.V. *New Positive Thinking*. Minsk: Popurri, 2014. 159 p; Sato, T. *Positive Thinking*. St. Petersburg: Vector, 2006. 185 p; Seligman, M. *The New Positive Psychology: A Scientific Perspective on Happiness and the Positive Meaning of Life*. Moscow: Sofia Publishing, 2006. 368 p; Semchenko, P.A. Formation of a Professional in Modern Conditions of Pedagogical Activity. // Perspectives of Science and Education, 2014, No. 2, pp. 124-129; Sidorenko, Zh.V. Positive Thinking: Essence and History of the Concept. // Alley of Science, 2015, pp. 301-308; Sichev, A.A. Manifestation of Optimism-Pessimism in Specialized Training Subjects. // Scientific Problems of Humanities Research, 2008, No. 9(16), pp. 56-61; Hill, N. *Keys to Positive Thinking: 10 Steps to Health, Wealth, and Success*. Moscow: Dilya, 2007. 186 p; Tsekhmistrenko, M.N. Positive Thinking of the Teacher. // School Principal. St. Petersburg: Publishing Firm "Sentyabr," 2020, pp. 106-111; Sharma, S.P. *Achieving Success Through Positive Thinking*. Moscow: Astrel, AST, 2007. 191 p.

pedagoglarda pozitiv fikrlashni rivojlantirishga qaratilgan ijtimoiy-psixologik mexanizmlar yaratish va uning samaradorligini baholashda amaliy tavsiyalar ishlab chiqish.

Tadqiqot obyekti sifatida pedagoglar faoliyatida pozitiv fikrlashni rivojlantirish jarayoni tanlangan bo'lib, tadqiqotga Nizomiy nomidagi O'MPU, Farg'ona davlat universiteti, Qarshi davlat universitetining professor - o'qituvchilaridan 252 nafari, Toshkent shahridagi 79-126-131-135-sonli, Farg'ona viloyatidagi 48-22-21-33-sonli, Qashqadaryo viloyatidagi 15-2-34-38-sonli umumta'lim maktab o'qituvchilarining 268 nafar respondentlar tadqiqotga jalb etildi. Respondentlarning umumiy soni 520 nafarni tashkil etdi.

Tadqiqotning predmetini pedagoglar faoliyatida pozitiv fikrlashni rivojlantirish mexanizmlarini tashkil etadi.

Tadqiqotning usullari. Tadqiqot jarayonida kuzatish, suhbat metodlari, «Pedagoglar faoliyatida pozitiv fikrlash» nomli mualliflik so'rovnomasi Sh.Q.Sattarova, L.M.Rudinaning «Atributiv uslublar testi» metodikasi, S.Peterson va M.Seligmanlarning «Shaxsdagi optimizm va pessimizm pozitsiyasini aniqlash» metodikasi, O.M.Chorossova va R.E.Gerasimovlarning «O'qituvchining kasbiy rivojlanishidagi inqiroz omillarini aniqlash» so'rovnomasi, A.B.Leonovoy va S.B.Velichkovskayalarning «Ish qobiliyatini pasayish holatlarini differentsial baholash» metodikasi, V.V.Boykning «Hissiy so'nish diagnostikasi» metodikasi, O.I.Rodinaning «Kasbiy moslashuvni baholash» metodikalaridan foydalanildi. Olingan natijalarning ishonchlilik darajasi Kruskal-Uollis, Mann-Uitni, Spirman, Vilkokson mezonlari orqali tasdiqlandi.

Tadqiqotning ilmiy yangiligi:

o'qituvchilarning ijtimoiy-psixologik xususiyatlari kasbiy munosabatlarda kognitiv-emotsional barqarorlik, stressga chidamlilik, ixtiyoriy nazorat va optimistik atributiv uslublarni dinamik ifodalanishiga asoslanib intrapsixik resurslarning pozitiv fikrlash darajasiga vektorli ta'siri bilan determinatsiyalashganligi dalillangan;

pedagoglardagi pozitiv fikrlash darajasi muvaffaqiyat haqidagi semantik birlikni, ishdagi monotonlikni o'zgartiruvchi omil sifatida faollashtirish ish motivatsiyasini oshirganligi tufayli optimistik kognitiv strukturaning mehnat faoliyatidan qoniqqanlik darajasi ta'sirida namoyon bo'lishi bilan determinatsiyalashganligi aniqlangan;

pedagoglardagi pozitiv fikrlashni namoyon bo'lishiga psixologik to'siq bo'luvchi omillar emotsional charchoq, shaxsiy yutuqlarni reduksiyalashga intilishning ijtimoiy aloqalar, tashabbuskorlik va vaziyatni nazorat qila olish kabi xususiyatlarning sust rivojlanganligi bilan bog'liqligi tufayli shaxsiy depersonalizatsiyaning «ekzistensial frustratsiya» asosida kuchli namoyon bo'lishiga ko'ra aniqlangan;

pedagoglar faoliyatida pozitiv fikrlashning namoyon bo'lish darajalari ijtimoiy-demografik (yosh, jins, hudud, mehnat tajribasi) omillarning kasbiy «Men»ni differentsiatsiyasiga ta'siri natijasida muvaffaqiyatni umumiy faollik rakursida idrok etishga bog'liq kasbiy moslashuv darajasiga identiv namoyon bo'lishiga ko'ra aniqlangan;

pedagoglarda pozitiv fikrlashni rivojlantirish modeli faoliyatga nisbatan pessimistik kognitsiyalarning optimistik qarashlarga faoliyat intrinsiv motivlar va shaxsiy – kasbiy identifikatsiya orqali o'zgarishi muhimligi tufayli motivasion-kognitiv, ijodiy, ijtimoiy, emotsional xususiyatlarning «men muvaffaqiyatli» konstruktiga ko'ra birligini ta'minlash asosida takomillashtirilgan.

Tadqiqotning amaliy natijalari:

pedagoglarda pozitiv fikrlashni rivojlantirish, pozitiv fikrlashning namoyon bo'lishi va ularga ta'sir ko'rsatuvchi ijtimoiy-psixologik omillarni aniqlashtirish asosida maxsus ishlab chiqilgan rivojlantiruvchi dastur aprobatasiya qilingan;

pedagoglar faoliyatida pozitiv fikrlashni rivojlantirishning ijtimoiy-psixologik modeli yaratilib, amaliyotga joriy qilingan;

tadqiqot natijalaridan olingan xulosalar asosida oliy ta'lim va umumta'lim maktabi pedagoglar faoliyatida pozitiv fikrlashga ta'sir etuvchi ijtimoiy-psixologik mexanizmlar ishlab chiqilib, aprobatasiyadan o'tkazilgan;

pedagoglarda pozitiv fikrlashni rivojlantirish bo'yicha oliy ta'lim va umumta'lim maktab pedagoglariga taqdim etuvchi tavsiyalar ishlab chiqilib, amaliy faoliyatda qo'llash imkoniyatlari yaratilgan.

Tadqiqot natijalarining ishonchliligi izlanish obektlarining maqsadga mos tanlanganligi, respondentlarning yetarlicha reprezentativligi, foydalanilgan metodikalarning validligi, qo'lga kiritilgan empirik miqdorlarning matematik statistikasining ishonchli usullari yordamida tahlil qilinganligi, bunda zamonaviy elektr on dasturiy vositalar qo'llanilganligi, natijalar «Mc Excel», «SPSS 20.0», dasturlari vositasida qayta ishlanganligi, ilmiy fikr va xulosalarning amaloyotga joriy etilganligi, izlanishlar aniq va rejaviy bosqichlarda bir-birini to'ldiruvchi usullar tordamida amalga oshirilganligi bilan belgilanadi.

Tadqiqot natijalarining ilmiy va amaliy ahamiyati. Tadqiqot natijalarining ilmiy ahamiyati pedagoglarda pozitiv fikrlashni rivojlantirish va ularda pozitiv fikrlashning namoyon bo'lishi, pedagogga ta'sir ko'rsatuvchi ijtimoiy-psixologik omillar, pozitiv fikrlash yuzaga kelishida kasbiy inqiroz omillari va ish qobiliyati pasayish, pozitiv fikrlash qaror topishida hissiy kuyish, kasbiy moslashuv va optimizm pozitsiyasi, pedagoglarda pozitiv fikrlashni rivojlantirishga qaratilgan ijtimoiy-psixologik mexanizmlar mazmun-mohiyatining ochib berilganligi hamda olingan natijalar «Shaxs psixologiyasi», «Kasb psixologiyasi», fanlarini nazariy jihatdan boyitishga xizmat qilganligi bilan belgilanadi.

Tadqiqot natijalarining amaliy ahamiyati olingan tajribaviy-empirik ma'lumotlar asnosida oliy ta'lim va umumta'lim maktabi pedagoglari o'z faoliyatida pozitiv fikrlashni rivojlantirishda foydalanishi mumkinligi, olingan natijalar va ilgari surilgan g'oyalar pedagoglar kasbida pozitiv fikrlashga taalluqli konseptual nazariyalarning shakllanishiga xizmat qilishi, nazariy umumlashma va tahlillarda pedagoglar faoliyatida pozitiv fikrlash darajasini tekshirishga mo'ljallangan metodikalardan foydalanishda va «Psixologik xizmat asoslari», «Psixologik trening asoslari», «Ekperimental psixologiya» fanlari bo'yicha nazariy va amaliy mashg'ulotlar o'tkazishda foydalanish mumkinligi bilan izohlanadi.

Tadqiqot natijalarining joriy qilinishi. Pedagoglar faoliyatida pozitiv fikrlashning ijtimoiy-psixologik mexanizmlarini o'rganish bo'yicha olib borilgan ilmiy tadqiqot natijalari asosida:

pedagogik faoliyat subyektlari bo'lgan o'qituvchilarning ijtimoiy-psixologik holati asosida, kasbiy munosabatlar va intrapsixik resurslar orqali namoyon bo'ladigan pozitiv fikrlash darajasi, kognitiv-emotsional barqarorligi, stressga psixologik qarshilik darajasi, ixtiyoriy nazorat va optimistik atributiv uslublar kabi omillar ularning pozitiv fikrlash darajasiga ta'sir ko'rsatuvchi determinantlar sifatida aniqlanganligiga oid ilmiy xulosalar Nizomiy nomidagi O'zbekiston milliy pedagogika universiteti huzuridagi Psixologiya o'quv-ilmiy markazining 2025-yil 19-iyundagi PM-383-son buyrug'i bilan «Ijtimoiy psixologiya» moduli mazmuniga singdirilgan (Nizomiy nomidagi O'zbekiston milliy pedagogika universiteti huzuridagi Psixologiya o'quv-ilmiy markazining 2025-yil 16-iyundagi PM-383 ma'lumotnomasi). Natijada ta'lim sohasi uchun tayyorlanadigan pedagog psixologlarning pozitiv fikrlashini tadqiq etishning nazariy-uslubiy tahlili hamda zamonaviy tushunchasining mohiyati ochib berildi. Tayanch kompetensiyalarni shakllantirish kasbiy rivojlanishdagi ahamiyati hamda pozitiv fikrlovchi pedagogning kasbiy tayyorgarlik darajasini oshirish sohasida sifat jihatdan o'sishga erishilgan;

pedagoglar faoliyatida pozitiv fikrlashning namoyon bo'lish darajalari demografik va kasbiy jihatdan jins, staj, tashkilot, hudud hamda ijtimoiy-psixologik omillar, kasbiy tajriba davomiyligi, genderga xos psixologik xususiyatlar va kasbiy moslashuv darajasi bilan bog'liqlikda rivojlanishining qiyosiy tahlili dalillanganligiga oid ilmiy xulosalar Nizomiy nomidagi O'zbekiston milliy pedagogika universiteti huzuridagi Psixologiya o'quv-ilmiy markazining 2025-yil 19-iyundagi PM-383-son buyrug'iga asosan bo'lg'usi amaliyotchi psixologlarni tayyorlashda «Kasb psixologiyasi» moduli mazmuniga singdirilgan (Nizomiy nomidagi O'zbekiston milliy pedagogika universiteti huzuridagi Psixologiya o'quv-ilmiy markazining 2025-yil 16-iyundagi PM-383 ma'lumotnomasi). Natijada har tomonlama yetuk, pozitiv xarakterga ega bo'lgan pedagogni kasbiy faoliyatda muvaffaqiyatga erishishda, pedagogning kasbiy rivojlanish jarayonida, pozitiv fikrlashni o'rni va ahamiyatining rivojlanishidagi tayyorgarlik darajasini oshirish sohasida sifat jihatdan o'sishga erishilgan;

pedagoglar faoliyatida pozitiv fikrlashning yuzaga kelishida uchraydigan kasbiy inqiroz omillari, emotsional charchoq, ish unumdorligining pasayishi, motivatsiya yetishmasligi, psixovegetativ sindromlar, pedagoglarda negativ atributiv uslublar, pessimistik kognitiv struktura va kasbiy so'nish holatidagi negativ ta'sirlarga oid ilmiy natijalar Nizomiy nomidagi O'zbekiston milliy pedagogika universiteti huzuridagi Psixologiya o'quv-ilmiy markazining 2025-yil 19-iyundagi PM-383-son buyrug'iga asosan bo'lg'usi amaliyotchi psixologlarni tayyorlashda «Shaxs psixologiyasi» moduli mazmuniga singdirilgan (Nizomiy nomidagi O'zbekiston milliy pedagogika universiteti huzuridagi Psixologiya o'quv-ilmiy markazining 2025-yil 16-iyundagi PM-383 ma'lumotnomasi). Natijada psixolog va pedagog kadrlarning pozitiv fikrlashini rivojlantirish uchun zarur ilmiy-amaliy hamda uslubiy tayyorgarligi takomillashtirilgan;

pedagoglarda pozitiv fikrlashni keskin susaytirishga bevosita ta'sir etuvchi psixologik omillar emotsional charchoq, hissiy kuyish sindromi sifatida namoyon bo'lish bilan bir qatorda, pedagogik faoliyatda moslashuv darajasi yuqori bo'lgan kasbiy moslashuv va optimizm pozitsiyasi ilmiy asoslangan bo'lib, pedagoglarda ijtimoiy aloqalar, tashabbuskorlik va vaziyatni nazorat qila olish kabi sifatlar orqali pozitiv kognitiv-emotsional uslublar, optimizm pozitsiyasi bilan pozitiv fikrlash o'rtasidagi korrelyatsion bog'liqlik asoslanib, ushbu faktorlarni rivojlantirish imkoniyati mavjud ekanligi isbotlangan natijalar Nizomiy nomidagi O'zbekiston milliy pedagogika universiteti huzuridagi Psixologiya o'quv-ilmiy markazining 2025-yil 19-iyundagi PM-383-son buyrug'iga asosan bo'lg'usi amaliyotchi psixologlarni tayyorlashda «Kasb psixologiyasi» moduli mazmuniga singdirilgan (Nizomiy nomidagi O'zbekiston milliy pedagogika universiteti huzuridagi Psixologiya o'quv-ilmiy markazining 2025-yil 16-iyundagi PM-383 ma'lumotnomasi). Natijada psixolog va pedagog kadrlarning pozitiv fikrlashini rivojlantirish uchun zarur kognitiv-emotsional uslublar, optimizm pozitsiyasi bilan pozitiv fikrlash kabi ilmiy-amaliy uslubiy tayyorgarligi takomillashtirilgan;

pedagoglarda pozitiv fikrlashni rivojlantirishga qaratilgan ijtimoiy-psixologik mexanizmlar asosida metodikalar ishlab chiqish orqali, yangi ijtimoiy-psixologik mexanizmlar va treninglar shakllantirish natijasida pedagoglarda pozitiv fikrlashni rivojlantirishga qaratilgan mexanizmlar samaradorligi asosida muayyan bilim, ko'nikma va malaka, faol psixologik rivojlanish, ijtimoiy tajriba, shaxsiy identifikatsiya, intensiv rivojlanish, mustaqil kasbiy hayotga tayyorlanish, shaxsiy motiv va ehtiyojlarni anglash, o'z shaxsiyatining barcha tomonlarini qabul qilish, pozitiv barkamollik, psixologik ma'rifatparvarlik va kompetentlikni oshirishni va pozitiv fikrlashni rivojlantirishga yo'naltirilgan psixodiagnostik majmuaning «Pozitiv psixologiya» modulning yaratilishi hamda pedagoglar faoliyatida pozitiv fikrlashni rivojlantirishning ijtimoiy-psixologik treningning psixotexnologiyalari Nizomiy nomidagi O'zbekiston milliy pedagogika universiteti huzuridagi Psixologiya o'quv-ilmiy markazining 2025-yil 19-iyundagi PM-383-son buyrug'iga asosan amaliyotchi psixologlarni tayyorlashda «Psixologik trening asoslari», moduli mazmuniga singdirilgan (Nizomiy nomidagi O'zbekiston milliy pedagogika universiteti huzuridagi Psixologiya o'quv-ilmiy markazinin 2025-yil 16-iyundagi PM-383 ma'lumotnomasi). Natijada pedagoglarda ayrim muammoli vaziyatlarda ijobiy munosabatni yaratadi, o'zini rivojlantirishning faol shakllarini qo'llab-quvvatlaydi, shaxslararo munosabatda ochiqlik va insoniy munosabatni rivojlantiradi hamda ta'limga pozitiv yondoshuv tufayli tinglovchilarining hulq-atvorida ham atrofdagilarga pozitiv munosabatlarni shakllantirgan.

Tadqiqot natijalarining aprobatsiyasi. Tadqiqot natijalari 5 ta xalqaro va 12 ta respublika ilmiy-amaliy anjumanida muhokamadan o'tkazilgan.

Natijalarning e'lon qilinganligi. Tadqiqot natijalarining asosiy natijalari bo'yicha 19 ta ilmiy ish chop etilgan. O'zbekiston Oliy attestasiya komissiyasining dissertasiyalar asosiy ilmiy natijalarini chop etish tavsiya etilgan ilmiy nashrlarda 12 ta maqola jumladan, 10 ta respublika va 2 ta xorijiy jurnalda nashr etilgan.

Dissertatsiyaning tuzilishi va hajmi. Dissertatsion ish kirish, to'rt bob, ularga xulosa, umumiy xulosa, foydalanilgan adabiyotlar va muvofiq ilovalar ro'yhatidan iborat. Ishning umumiy hajmi 234 sahifadan iborat.

DISSERTATSIYANING ASOSIY MAZMUNI

Dissertatsion tadqiqotning «**Kirish**» qismida mavzuning dolzarbligi va zarurati, tadqiqotning respublika fan va texnologiyalarni rivojlantirishning ustuvor yo'nalishlariga mosligi asoslangan; dissertatsiya bajarilgan oliy ta'lim muassasasi va umumta'lim maktab pedagoglari doirasida olib borilgan ilmiy-tadqiqot rejalari bilan aloqadorligi ochib berilgan; tadqiqotning maqsad va vazifalari, obyekti va predmeti, metodlari ifodalangan; tadqiqotning ilmiy yangiligi va amaliy natijalari, olingan ma'lumotlarning ishonchliligi bayon etilgan; ularning nazariy va amaliy ahamiyati ochib berilgan; tadqiqot natijalarining tadbiqu va ularning sinovdan o'tishi bayon qilingan. Bundan tashqari chop etilgan ishlar va dissertatsiya hajmi to'g'risida ma'lumotlar keltirilgan. Shu bilan birga xorij olimlari tadqiqotlarida pedagoglar faoliyati, kasbiy rivojlanish hamda shaxsning pozitiv fikrlashi, dunyoni optimizm bilan qabul qilish masalalari yoritilgan. Zamonaviy xorijiy psixologiya tadqiqotlarda, pedagoglarda pozitiv fikrlash tushunchasiga psixolog olimlar tomonidan taklif etilgan quyidagi ta'riflarni keltirib o'tish joizdir. Unga ko'ra, M.Seligmanning ta'kidlashicha, pozitiv fikrlash, bu shaxsning hodisa va vaziyatlarga ijobiy talqin berishga moyilligi, muvaffaqiyatga yo'naltirilgan atributiv uslubni shakllantirish va psixologik bardoshlilikni oshiruvchi kognitiv jarayondir. U o'qituvchining stressga bardosh berishida, kasbiy motivatsiyasi va emotsional farovonligini mustahkamlashda ijobiy atributsiyalarning o'rnini alohida ta'kidlaydi. A.Banduraning fikricha, pozitiv fikrlash, shaxsning o'z faoliyatini muvaffaqiyatli bajarishga bo'lgan ishonchi va ijtimoiy muhitdan o'rganilgan ijobiy kognitiv modellar orqali rivojlanadigan jarayon deb izohlaydi. Pedagogning o'ziga bo'lgan ishonchi uning o'quv jarayonidagi murakkab vazifalarni hal etishida, moslashuvchan strategiyalar tanlashida va stress holatlariga tez moslasha olishida muhim psixologik omil bo'lib hisoblanadi deydi. K.Rojers esa, pozitiv fikrlashni shaxsning o'zini qabul qilish, ichki ijobiy potensialini faollashtirish va atrofdagilar bilan samimiy muloqotga intilish bilan bog'liq psixologik holat sifatida izohlaydi. Uning fikricha, pedagoglarda o'z «Meni»ga nisbatan ijobiy munosabatning shakllanishi ularning kasbiy farovonligi va emotsional barqarorligini mustahkamlaydi deb ta'kidlaydi. Bizning mualliflik yondashuvimizga ko'ra, «pedagoglarda pozitiv fikrlash» deb shaxsning o'z faoliyatini muvaffaqiyatli bajarishga bo'lgan ishonchini oshirish barobarida, ijtimoiy muhitdan o'rganilgan ijobiy kognitiv usullar orqali o'zini rivojlantirish, o'z faoliyati bilan bog'liq hodisa va vaziyatlarga ijobiy munosabat bildirish, psixologik barqarorlik, stressni to'g'ri baholab chidamlilikni oshirish va kasbiy samaradorlikka erishishib, o'z shaxsiga nisbatan ijobiy munosabatni rivojlantirish jarayoniga aytiladi.

O'zbekiston psixologlari izlanishlarida muammoning ilmiy tadqiq etilishiga doir masalalarni yoritishga e'tibor qaratilgan. Shu bilan bir qatorda, tadqiqotning asosiy predmeti bo'lgan pedagoglarda pozitiv fikrlash tushunchasi jadval shaklida tizimli tahlil qilingan va mualliflik ta'rifi ishlab chiqilgan.

Dissertatsiyaning **«Psixologiyada pedagoglarning pozitiv fikrlashini o'rganishning nazariy-metodologik tahlili»** deb nomlangan birinchi bobda pedagoglar faoliyatida pozitiv fikrlashning ijtimoiy-psixologik mexanizmlari muammosini tadqiqotlarda o'rganish tajribasini tahlil qilishda xorij va mamlakatimiz psixolog olimlarining ishlariga e'tibor qaratildi. Xususan, mazkur bobning asosiy qismida qator olimlar T.Yu.Aртюхова, И.В.Вачков, Л.С.Виготские, Т.О.Гордева, Т.Г.Гурулева, М.С.Замишляева, В.Ф.Калошин, И.А.Карпова, Ю.Н.Кашицына, Н.Б.Куклина, Л.В.Левицкая, А.Н.Леонтев, Г.Н.Мешко, К.Муздибаев, Ж.В.Сидеренко, Т.Н.Слободян, С.Л.Рубинштейн, А.Ю.Свияш, О.В.Шевчишен, И.А.Зимня va boshqalar⁹ va boshqalar shaxs faoliyatining ijtimoiy sharoitlar bilan uzviy bog'liqligi, pedagog shaxsining ijobiy motivatsiyasi optimistik atribusiyasi va emosional barqarorligida kasbiy samaradorlikning ortishi, pozitiv fikrlashning kognitiv-baholovchi mexanizmlari, shaxsiy mas'uliyat va ijtimoiy munosabatlar tizimi, pedagogic faoliyatda emosional holat, o'z-o'zini anglash, kasbiy adaptasiya va shaxsiy rivojlanishning ijtimoiy-psixologik mexanizmlari tadqiq etilgan.

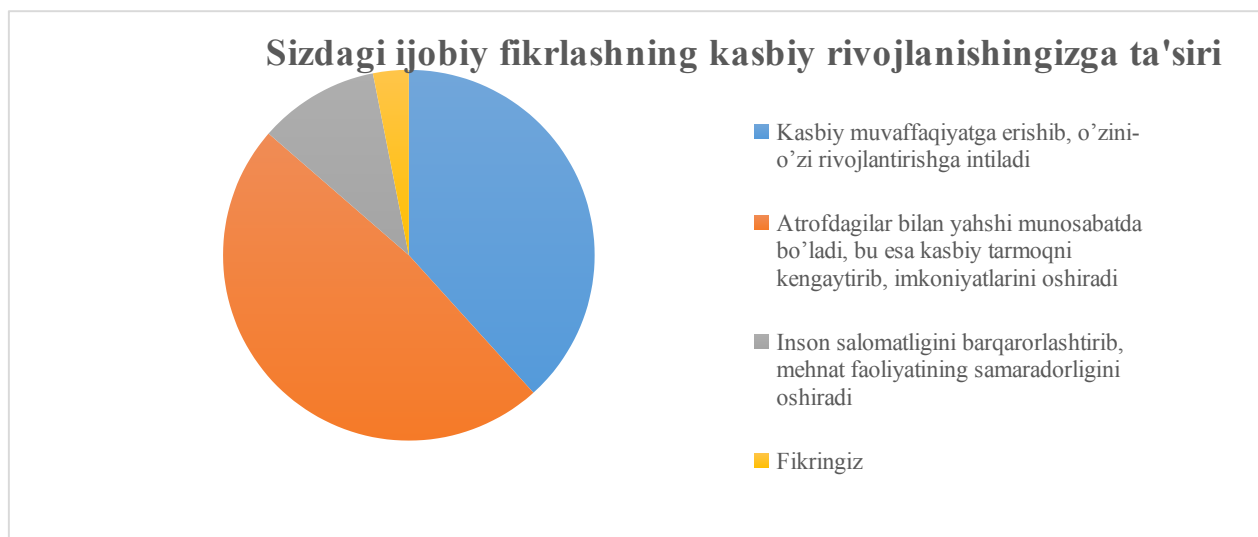
Uzoq xorij olimlari Sh.Amonashvili, A.Bandura, N.M.Vachkov, J.Gilford, D.Goulman, O.S.Grebenyuk, P.Ekman, Yu.N.Kashitsina, D.Kehoe, A.N.Kokun, A.Maslou, L.A.Matsko, Yu.M. Orlov, J.Piaje, N.V.Pil, A.A.Rean, K.R.Rodgers, L.San, T.Sato, M.Seligman, M.N.Sexmistrenko, E.Torrens, K.Fridmutter, Z.Freyd, Sh.P.Sharma, K.Yung, N.Xillar tomonidan pedagoglarda pozitiv fikrlash tushunchasi va mohiyati, pozitiv fikrlashning yoshlar hayotining turli jabhalariga pozitiv ta'siri, yosh pedagoglarda sanogen tuyg'ulari, pozitiv fikrlashda optimizm tushunchasi, ijobiy fikrlash prinsipi, pozitiv fikrlashda aqliy munosabat, barqaror

⁹ Артюхова Т.Ю. Роль и значение позитивного мышления в жизнедеятельности человека. // Проблемы теории и практики современной психологии. Всероссийской (с международным участием) научно-практической конференции. 2016.-С. 143-145.; Вачков И.В. Основы технологии группового тренинга: Учебное пособие. - М.: Ос-89, 2003. - 224 с.; Гордеева Т.О. Позитивное мышление как фактор учебных достижений старшеклассников. // Вопросы психологии. - 2010. - С. 24-33. Гурулева Т.Г. Значение формирования позитивного мышления с целью улучшения физического здоровья. // Научный альманах. Учредители: ООО «Консалтинговая компания Юком». - Тамбов: 2020. - С. 58-60, Замышляева М.С. Оптимизм и пессимизм в совладающем поведении в юношеском возрасте. // Воспитание в контексте междисциплинарного подхода. - 2005. - № 5. - С. 183-190.; Карпова И.А. Концепт «позитивное мышление» в американском языковом сознании: понятийная, образная и ценностная составляющие. // Сборник материалов научной сессии по итогам выполнения научно-исследовательской работы на факультете иностранных языков Московского педагогического государственного университета за 2008-2009 год. - М.: Изд-во Прометей, 2009. - С. 48-51; Калошин В.Ф. Основы позитивного мышления в образовательной деятельности. Учебное пособие. - М.: 2005. - 252 с.; Кашицына Ю.Н. Позитивное мышление в системе социальных и профессиональных отношений. // Геопатогенные зоны и здоровье подрастающего поколения. - Уфа: РИЦ Баш-ГУ, 2014. - С. 122-129.; Левицкая Л.В. Развитие саногенных чувств учащейся молодежи как психолого-педагогическая проблема. // Сборник научных трудов №40: Изд-во Нац. Академии Гос. приграничный. службы Украины им. Б. Хмельницкого, 2007. - С. 228-231; Леонтев Д.А. Позитивная психология - повестка дня нового столетия // Психология. Журнал Высшей школы экономики. - 2012. - Т. 9, № 4. - С. 36-58.; Муздыбаев К. Оптимизм и пессимизм личности. // Социологические исследования. - 2003. - № 12. - С. 87-96.; Сидоренко Ж.В. Позитивное мышление: сущность и история понятия. // Аллея науки. - 2015. - С. 301-308. Рубинштейн С.Л. Основы общей психологии. СПб.: Питер Ком, 1999.

salomatlik va o'zini-o'zi pozitiv rivojlantirish, pozitiv fikrlashda individual va emotsional sifatlar, muvaffaqiyatga erishish motivatsiyasi, shaxsiy va kasbiy o'z-o'zini anglash pedagoglarda pozitiv fikrlashni rivojlantirish xususiyati nuqtai nazaridan ilmiy va nazariy jihatdan tahlil qilingan. O'rganilgan adabiyotlar va ilmiy adabiy manbalarni tahlil qilish va umumlashtirish pedagogning kasbiy rivojlanish jarayonida pozitiv fikrlashning roli yetarli darajada ahamiyatga ega ekanligini ta'kidlashga asos beradi. Bu yaxlit dinamik tarzda kechadigan jarayon, avvalo, shaxsning o'zgarishi, rivojlanishi bilan bog'liq ko'pgina omillarni qamrab oladi, ularning muvaffaqiyatli kechishi pedagogik faoliyatga va ta'lim samaradorligiga ko'p jihatdan bog'liqdir deb aytish mumkin.

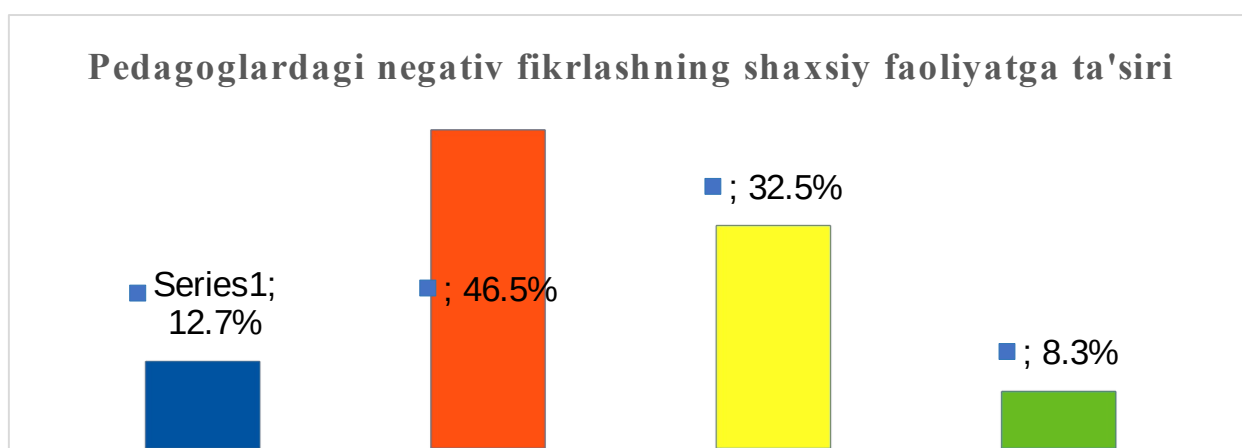
Tadqiq etilayotgan masala bo'yicha O'zbekistonda psixologiya va pedagogika ilmining vakillari B.S.Abdullayeva, R.A.Abdurasulov, N.B.Atabayeva, A.A.Beknazarov, M.G.Davletshin, S.X.Jalilova, S.N.Jo'rayeva, G.T.Jumayeva, G.N.Ibragimova, V.M.Karimova, Z.K.Kurbaniyazova, M.B.Matnazarova, N.R.Melibaeva, M.T.Mirsoliyeva, Z.T.Nishanova, N.S.Safaev, R.Z.Sunnatova, X.A.Tillashayxova, Sh.R.Urakov, H.Sharafitddinov, S.Sh.Shoyimova, P.S.Ergashev, X.A.Yulbarsova, O.A.Qo'ysinov, E.G'.G'ozievlarning ilmiy izlanishlarida fikrlash turlari va sifatleri, mustaqil fikrlash, mustaqil ijodiy fikrlash dinamikasi tadqiq etilgan. Zamonaviy ilmiy-tadqiqot ishlarining aksariyati zamonaviy pedagogik faoliyatga kasbiy tayyorlash, pedagog va ta'lim oluvchi o'rtasidagi munosabatlarning psixologik xususiyatlarini shakllanishi va rivojlanishida o'qituvchilar o'quv-ilmiy faoliyati motivatsiyasi, motivatsiyaning shakllanishida qadriyatlarning roli, ularda altruizm motivlarini shakllantirish, stressga barqarorlikni oshirish, interfaol o'qitish metodlari va texnologiyalari asosida talabalarda kreativlik qobiliyatlarini hamda psixologik farovonligini shakllantirish va o'quv-tarbiya jarayonida innovatsion ta'lim texnologiyalarini joriy qilish nuqtai nazaridan pedagogik psixologik xususiyatlari o'zaro bog'liq holda yoritishga harakat qilingan.

Dissertatsiyaning «**Oliy ta'lim va maktab pedagoglarida pozitiv fikrlash namoyon bo'lishining empirik o'rganilishi**» deb nomlangan ikkinchi bobida tadqiqotda olingan natijalar keltirilgan, ko'rib chiqilayotgan masalalar bo'yicha muayyan aniqlikni ta'minlaydi. Shu bilan birga, o'rganilayotgan hodisaning ijtimoiy-psixologik jihatida yuqori mutanosibligini hisobga olgan holda, O'zbekiston sharoitida pedagoglarning pozitiv fikrlashini rivojlantirish uchun samarali jarayonni yanada aniqlashda asoslangan yondashuvini aniqlash, bizningcha, ijobiy fikrlashning nazariy jihatdan aniqlangan xususiyatlarini empirik tarzda ochib berishni asoslashga e'tibor qaratilgan. Buning uchun maxsus tayyorlangan mualliflik ijtimoiy-psixologik so'rovnomasi tashkil etildi va o'tkazildi.



1-rasm. «Sizdagi ijobiy fikrlashning kasbiy rivojlanishingizga ta'siri bormi?» savoliga respondentlarning javoblari (n=520)

1-rasmda keltirilgan pedagoglarning ijobiy fikrlashi kasbiy rivojlanishiga qanchalik ta'sirining ahamiyatligini aniqlash maqsadida «Sizdagi ijobiy fikrlashning kasbiy rivojlanishingizga ta'siri bormi?» deya berilgan savol natijalaridan bizga ma'lum bo'ldiki, sinaluvchilarning 38,3%i «Kasbiy muvaffaqiyatga erishib, o'zini-o'zi rivojlantirishga intiladi», 48,1% «Atrofdagilar bilan yahshi munosabatda bo'ladi, bu esa kasbiy tarmoqni kengaytirib, imkoniyatlarini oshiradi», 10,5%i «Inson salomatligini barqarorlashtirib, mehnat faoliyatining samaradorligini oshiradi», 3,1%i «Ijobiy fikrlash nafaqat kasbiy balki, shaxsiy rivojlanishda ham muhimdir» deb aksariyat respondentlar o'z munosabatlarini bildirishgan.



2-rasm. «Pedagoglardagi negativ fikrlashning shaxsiy faoliyatiga ta'siri bormi?» savoliga respondentlarning javoblari (n=520)

2-rasmda keltirilgan ko'rsatkichlar pedagoglardagi salbiy fikrlashning shaxsiy faoliyatiga ta'sirini aniqlash maqsadida «Pedagoglardagi negativ fikrlashning shaxsiy faoliyatiga qanday ta'siri bor?» deya berilgan savolga sinaluvchilarning 12,7%i «Doimiy tushkun kayfiyatda bo'ladi», 46,5%i «O'ziga va o'zgalarga nisbatan salbiy ta'sirini namoyon qiladi», 32,5%i «Salomatligida

jiddiy xavfni paydo qiladi», 8,3%i respondentlar shaxsiy munosabat bildirishgan. Pedagoglarda pozitiv fikrlashda atributiv uslublar, optimizm pozitsiyasining namoyon bo'lishi hudud, tashkilot, staj, jinslar kesimida tafovutlari aniqlandi.

1-jadval.

L.Rudinaning «Atributiv uslublar testi» metodikasi bo'yicha oliy ta'lim va maktab pedagoglaridagi pozitiv fikrlash xususiyatlarining mehnat stajlar kesimidagi tafovutlari (n=520) (Kruskal-Uollis mezoni bo'yicha)

Atributiv uslublar	Staj	n	Ranglar o'rtachasi	H	p
Omadsizlik vaqti	1-5 yil	150	339,13	63,385	$p \leq 0,001$
	5-15 yil	130	235,42		
	15-25yil	128	226,45		
	25 yildan ko'p	112	223,37		
Muvaffaqiyat vaqti	1-5 yil	150	258,89	32,169	$p \leq 0,001$
	5-15 yil	130	229,71		
	15-25yil	128	314,09		
	25 yildan ko'p	112	226,30		
Muvaffaqiyatsizliklar kengligi	1-5 yil	150	231,15	15,014	$p \leq 0,01$
	5-15 yil	130	298,66		
	15-25yil	128	255,85		
	25 yildan ko'p	112	260,84		

1-jadval natijalariga ko'ra, stajlar kesimida «Omadsizlik vaqti» bo'yicha natijalari qiyosiy o'rganilganda, ular o'rtasida ahamiyatli farqlar aniqlandi ($H=63,385$; $p \leq 0,001$). 1-5 yil stajga ega bo'lgan pedagoglarda omadsizlik vaqti yuqori natija bergan, bunga ko'ra ularda hali yangi ish sharoitiga moslashuv va tajribali pedagog bo'lishga intilish uchun ko'proq mehnat qilish kerakligidan dalolat beradi, 5-15 yil stajga ega bo'lgan pedagoglarda omadsizlik vaqti darajasi nisbatan past, bu ulardagi turli ijtimoiy va kasbiy stresslarga duch kelish barobarida uni bir muncha yengib o'tganligi bilan belgilanadi, 15-25 va 25 yil va undan ortiq stajga ega bo'lgan pedagoglarda omadsizlik darajasi sezilarli past ko'rsatkichda farq qilgan, bu ulardagi kasbiy o'zligini topganligi, omadsizlik va stressga barqaror yechim topish orqali muvaffaqiyatsizlik doimiy emasligini anglab yetishganliklari sabab bo'lishi tadqiqot natijalari orqali qayd etildi.

«Muvaffaqiyat vaqti» bo'yicha natijalari o'rtasida ahamiyatli tafovutlar kuzatildi ($H=32,169$; $p \leq 0,001$). 1-5 yil stajga ega bo'lgan pedagoglarda pozitiv fikrlash darajasi 5-15 yilga nisbatan yuqori natija bergan, bu ularning ishga bo'lgan motivatsiyasi va energiyasi yuqoriligi, ular ishga yahshi moslashib, yangi pedagog sifatida ishni shiddatli davom ettirishadi. 5-15 yil stajga ega bo'lgan pedagoglarda pozitiv fikrlash darajasi nisbatan past ko'rsatgan, bu davrda pedagoglar o'z faoliyatini o'zlashtirib, stressga duch kelishi va ba'zi qiyinchiliklarni ko'proq his qilishi mumkin. 15-25 yil stajga ega bo'lgan pedagoglarda pozitiv fikrlash darajasi 1-5 va 5-15 yilga nisbatan yuqori natijada ko'tarilgan, bu shuni anglatadiki, ushbu stajlarda ishlovchi pedagoglar faoliyatida aniqroq muvaffaqiyatlarga erishishi va kasbga bo'lgan ishonchni qaytarib olishlari

hamda pedagogik yondashuvlarga muvaffaqiyatli yondashuvlari bo'lishi kuzatilgan. 25 yil va undan ortiq stajga ega bo'lgan pedagoglarda pozitiv fikrlash darajasi yanada pasaygani aniqlandi, bu ulardagi kasbiy yondashuvlar va ish jarayonlarida hissiy charchash, ish qobiliyatining pasayishi kabi omillar ulardagi muvaffaqiyat vaqtini kamaytirishi sabab bo'lishi tadqiqot natijalari orqali qayd etildi.

«Muvaffaqiyatsizliklar kengligi» natijalari o'rtasida ($H=15,014$; $p\leq 0,01$) ahamiyatli tafovutlar kuzatildi. 1-5 yil stajga ega bo'lgan pedagoglarda muvaffaqiyatsizliklar kengligi darajasi boshqa mehnat stajidagilarga nisbatan past ko'rsatkichda berilgan, bu ulardagi yangi kasbiy muhitga to'liq moslashmaganligi, muammolarni jiddiy qabul qilmasligi va motivatsiyaning yuqoriligi bilan belgilanadi. 5-15 yil stajga ega bo'lgan pedagoglarda muvaffaqiyatsizliklar kengligi darajasi eng yuqori qiymatiga ega bo'lib, kasbiy inqiroz davri desak ham bo'ladi, ularda o'zlarining martaba va shaxsiy hayotidagi muammolariga ko'proq e'tibor bera boshlashi bilan belgilanadi. 15-25 yil stajga ega bo'lgan pedagoglarda muvaffaqiyatsizliklar kengligi darajasi pasaygan, bu mehnat tajribasidagi pedagoglar o'z kasbida bir muncha tajriba orttirgani va qiyinchiliklarni boshqarish qobiliyatlari rivojlangani bilan belgilanadi. 25 yil va undan ortiq stajga ega bo'lgan pedagoglarda muvaffaqiyatsizliklar kengligi natijalari biroz ko'tarilgan, bu pedagoglardagi hissiy charchoq, ish qobiliyati va motivatsiyaning pasayishi, yangi metod va yangi axborotlashgan pedagogik o'zgarishlarga moslashish qiyinligi sabab bo'lishi tadqiqot natijalari orqali qayd etildi.

«Maqbul hodisalar» bo'yicha olingan natijalar o'rtasida ahamiyatli tafovutlar kuzatildi ($H=2,482$; $p>0,05$). «Yakuniy natija» bo'yicha olingan natijalar o'rtasida ahamiyatli tafovutlar kuzatildi ($H=2,031$; $p>0,05$). Yuqoridagi ko'rsatkichlar asosida ta'kidlash mumkinki, 1-5 yil staj, 5-15 yil staj, 15-25 yil staj, 25 yil va undan ortiq stajga ega bo'lgan pedagoglarda pozitiv fikrlashning atributiv uslublari va ish tajribalari kesimida ahamiyatli tarzda tafovutlandi, shu jumladan, «Omadsizlik vaqti», «Muvaffaqiyat vaqti», «Muvaffaqiyatsizliklar kengligi», kabi jihatlar sezilarli ravishda bir-biridan farq qildi.

Dissertatsiyaning uchinchi bobi «**Pedagoglar faoliyatida pozitiv fikrlashga ta'sir etuvchi omillar**» deb nomlanib, unda olingan metodikalar bo'yicha ($n=520$) psixodiagnostik ma'lumotlarni umumlashtirish va talqin qilish asosida ishlab chiqilgan mexanizmi pedagoglarning ijobiy fikrlashini rivojlantirishning holatini o'rganish imkonini berdi. Empirik tadqiqot tanlovi pedagoglar faoliyatida pozitiv fikrlashning komponent tarkibi rivojlanishini o'rganish uchun quyidagi metodikalardan tashkil topgan psixodiagnostik kompleks yordamida amalga oshirildi: L.M.Rudinaning «Atributiv uslublar testi» (AUT) metodikasi, O.M.Chorosova va R.E.Gerasimov «Kasbiy rivojlanishidagi inqiroz omillarini aniqlash» so'rovnomasi, A.B.Leonova va S.B.Velichkovskayalarning «Ish qobiliyatini pasayish holatlarini differensial baholash» metodikasi (DORS), S.Peterson va M.Seligman «Shaxsdagi optimizm va pessimizm pozitsiyasini aniqlash» metodikalari orqali o'rganildi. Spirmen mezonini bo'yicha olingan psixodiagnostik ma'lumotlarning korrelyatsion tahlili bir nechta statistik ahamiyatli ijobiy aloqalarni aniqlash imkonini berdi.

2-jadval.

**L.M.Rudinaning «Atributiv uslublar testi» va O.M.Chorossova,
R.E.Gerasimovlarning «Kasbiy rivojlanishdagi inqiroz omillari»
metodikalari oʻrtasidagi umumiy natija asosidagi korrelyatsion aloqalar
(Spirmen mezoni boʻyicha)**

Atributiv uslublar	Kasbiy rivojlanishdagi inqiroz omillari (O.M.Chorossova, R.E.Gerasimov)			
	Istiqbolli omilning yoʻqligi	Yangi narsalarga yoʻnaltirish omili, rivojlanish niyatlari	Oʻzini tuta bilish omili	Maqsadga erishish omili
Muvaffaqiyat vaqti	-0,125**	0,191**	0,189**	0,230**
Muvaffaqiyat kengligi	0.019	0.063	0,088	0,135**
Men - omadsiz	-0.079	0,178**	0,137**	0,166**

2-jadval Umumiy, ya'ni barcha tadqiqot ishtirokchilarini qamrab olgan natija (2-jadval) asosida atributiv uslublar va kasbiy rivojlanishdagi inqiroz omillari oʻrtasidagi korrelyatsion aloqalarni oʻrganish quyidagilarni namoyon etdi: atributiv uslub doirasidagi «Muvaffaqiyat vaqti» koʻrsatgichi kasbiy rivojlanishdagi inqiroz omili xisoblangan «Istiqbolli omilning yoʻqligi» bilan salbiy korrelyatsiyani ($r=-0,125$; $p\leq 0,01$), «Yangi narsalarga yoʻnaltirish omili» ($r=0,191$; $p\leq 0,01$) - «Oʻzini tuta bilish omili» ($r=0,189$; $p\leq 0,01$), «Maqsadga erishish omili» ($r=0,230$; $p\leq 0,01$) bilan esa ijobiy korrelyatsiyani hosil qildi.

3-jadval.

**L.M.Rudinaning «Atributiv uslublar testi» va A.B.Leonova,
S.B.Velichkovskayalarning «Ish qobiliyatini pasayish holatlari» metodikalari
oʻrtasidagi umumiy natija asosidagi korrelyatsion aloqalar
(Spirmen mezoni boʻyicha)**

Atributiv uslublar	Ish qobiliyatini pasayish holatlari (A.B.Leonova, S.B.Velichkovskaya)		
	Monotonlik indeksi	Toʻyinganlik indeksi	Stress indeksi
Omadsizlik vaqti	0,136**	0,221**	0,168**
Muvaffaqiyat vaqti	0,142**	0.083	0.049
Muvaffaqiyat kengligi	0,203**	-0.055	-0.04

Bunday natija, bizningcha, ijobiy hodisalar barqarorligini aks etadigan «Muvaffaqiyat vaqti» shkalasi istiqbol omilning yoʻqligi bilan salbiy korrelyatsiyani hosil qilishi muvaffaqiyatni barqaror hodisa sifatida qabul qiladigan oʻqituvchilar istiqbolning yoʻqligi bilan bogʻliq inqirozli holatlarning taʼsiriga kamroq tushishga moyil ekanlar, va aksincha, kelajakda oʻzi uchun

imkoniyat ko'rmayotgan o'qituvchilar o'z muvaffaqiyatlarini kamroq esga olishar ekan.

3-jadvalda taqdim etilgan ma'lumotlar orqali A.B. Leonova va S.B. Velichkovskaya tomonidan ishlab chiqilgan «Ish qobiliyatini pasayish holatlarini differensial baholash» metodikasi va atributiv uslublar testi shkalalari orasidagi aloqalar aks ettirilgan. Mazkur korrelyatsiyalar murakkab psixologik munosabatlarni yoritib, «Omadsizlik vaqti» shkalasi ishda pasayish holatlarining barcha ko'rsatkichlari, ya'ni monotonlik indeksi ($r=0,136$; $p\leq 0,01$), to'yinganlik indeksi ($r=0,221$; $p\leq 0,01$) va stress indeksi ($r=0,168$; $p\leq 0,01$) bilan statistik jihatdan ahamiyatli musbat korrelyatsiyalarga ega ekanligini ko'rsatib berdi. Bizningcha, bu shuni anglatadiki, shaxs muvaffaqiyatsizliklari va muammolarining sabablarini doimiy deb biladigan o'qituvchilar ish jarayonida ko'proq monotonlik, to'yinganlik va stress holatlarini his qiladilar. Bunday o'qituvchilar omadsizlikni doimiy hodisa deb qabul qilib, (3-jadval) psixologik charchoq va hissiy to'liqlik holatiga tez tushadilar. «Muvaffaqiyat vaqti» shkalasi faqat monotonlik indeksi bilan statistik jihatdan ahamiyatli musbat korrelyatsiyaga ega ($r=0,142$; $p\leq 0,01$) ekanligini, bu esa hodisalarni ijobiy talqin etuvchi o'qituvchilar ham ish jarayonida monotonlikni his qilishlari mumkinligini ko'rsatadi. «Muvaffaqiyat kengligi» shkalasi monotonlik indeksi bilan statistik jihatdan ahamiyatli ijobiy korrelyatsiyalarni hosil qilgan ($r=0,203$; $p\leq 0,01$) bo'lib, yaxshi hodisalarni keng ko'lamda talqin etadigan o'qituvchilar ham monotonlik holatini boshdan kechirishlari mumkinligini, biroq, «Muvaffaqiyat kengligi» shkalasi to'yinganlik va stress indeksleri bilan statistik jihatdan ahamiyatli bog'liq emas, bu esa yaxshi hodisalarga optimistik munosabat bildiruvchi o'qituvchilar ruhiy to'yinganlik va stress holatlariga kamroq duch kelishini ko'rsatdi.

4-jadval.

**L.M.Rudinaning «Atributiv uslublar testi»
va V.V.Boykolarning «Hissiy kuyish ko'rsatkichlari» metodikasi o'rtasidagi
Umumiy natija asosidagi korrelyatsion aloqalar (Spirmen mezoni bo'yicha)**

Atributiv uslublar	Hissiy kuyish ko'rsatkichlari (V.V.Boyko)			
	Imkonsiz holatlar	Kasbiy vazifalarni qisqartirish	Hissiy kamchiliklar	Shaxsiy ajralish (depersonalizatsiya)
Omadsizlik vaqti	0,236**	-0.023	0,156**	0,145**
Muvaffaqiyat vaqti	0.034	0.006	-0.013	0.047
Muvaffaqiyat kengligi	-0,154**	0.084	0,086	0.005
Men - omadsiz	-0.038	0,185**	0.007	-0.027

4-jadval Atributiv uslublar testi shkalalari va V.V. Boyko metodikasi bo'yicha hissiy kuyish ko'rsatkichlari o'rtasidagi korrelyatsion aloqalar keltirilgan bo'lib, olingan natijalar o'qituvchilarning hissiy kuyish holatiga tushish ehtimoli

ularning atributiv uslublariga bog‘liq ekanligini ko‘rsatmoqda. «Omadsizlik vaqti» shkalasi «Imkonsiz holatlar» ($r=0,236$; $p\leq 0,01$), «Hissiy kamchiliklar» ($r=0,156$; $p\leq 0,01$) va «Shaxsiy ajralish» ($r=0,145$; $p\leq 0,01$) ko‘rsatkichlari bilan statistik jihatdan ahamiyatli ijobiy korrelyatsiyaga ega. Bu shuni anglatadiki, o‘z muvaffaqiyatsizliklari va muammolarining sabablarini doimiy deb biladigan o‘qituvchilar ko‘proq harakatsizlik, hissiy qashshoqlik va shaxsiy ajralish holatlariga duch kelar ekanlar. Omadsizlikka moyil o‘qituvchilar o‘zlarini psixotravmatik vaziyatlardan chiqib keta olmaslik hissi bilan bog‘liq «Imkonsiz holatlar» holatini ko‘proq his qilar ekanlar. Shuningdek, ular hissiyotlarni kasbiy faoliyatdan chiqarib tashlash va shaxsiy ajralish kabi emotsional kuyish belgilarini ko‘proq namoyon etar ekanlar.

5-jadval.

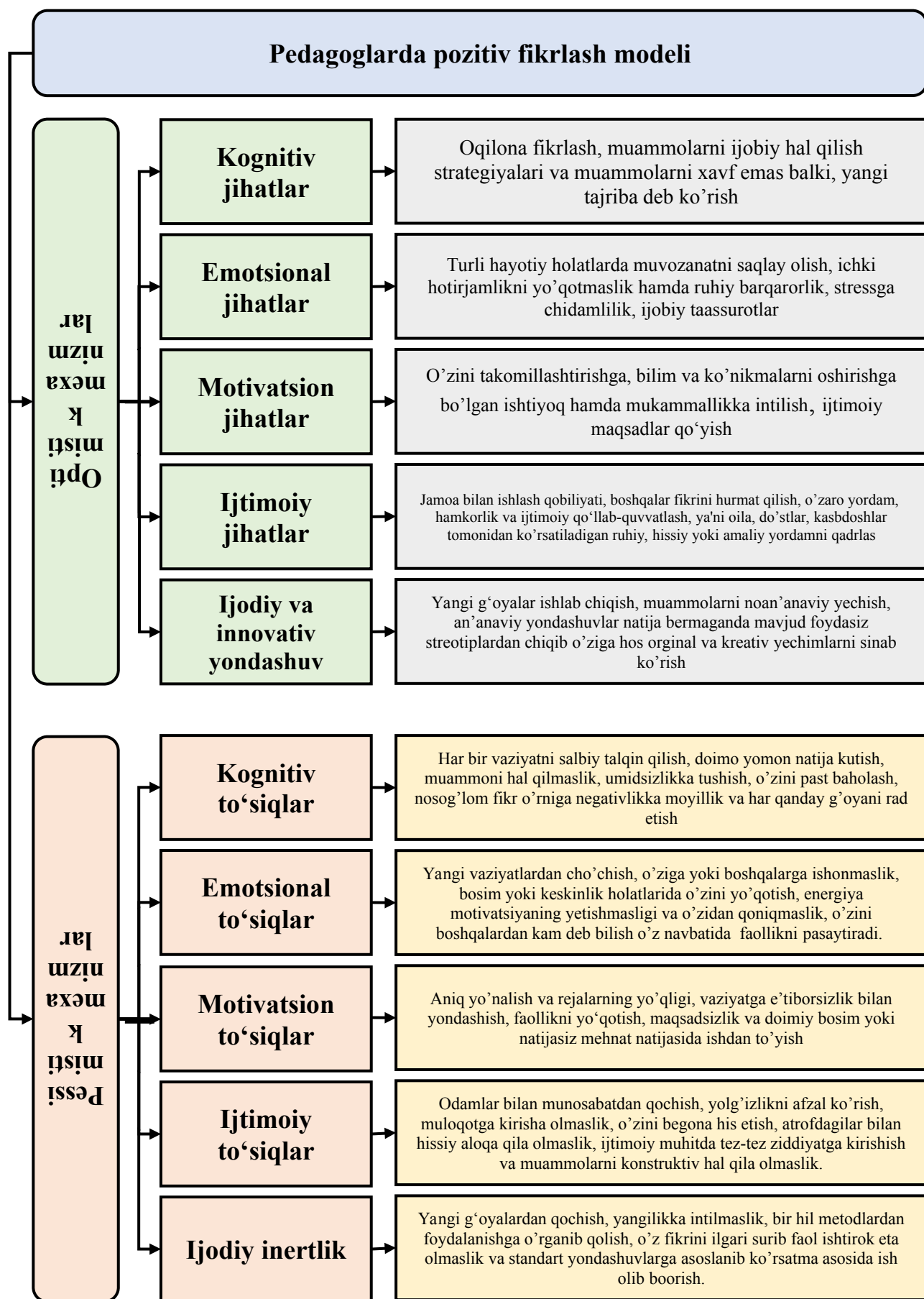
L.M.Rudinaning «Atributiv uslublar testi» va O.I. Rodinalarning «Kasbiy moslashuv ko‘rsatkichlari» metodikasi o‘rtasidagi Umumiy natija asosidagi korrelyatsion aloqalar (Spirmen mezonini bo‘yicha)

Atributiv uslublar	Kasbiy moslashuv ko‘rsatkichlari (O.I. Rodina)					
	Hissiy o‘zgarishlar	Umumiy faollikning pasayishi	Somato-vegetativ kasalliklar	Uyqudan uyg‘onish davrining buzilishi	Ijtimoiy o‘zaro ta‘sirning xususiyatlari	Faoliyat motivatsiyasining pasayishi
Omadsizlik vaqti	0,155* *	0,107*	0,190**	-0.035	-0.003	0.006
Muvaffaqiyat vaqti	0.074	-0,171**	-0.066	-0,106*	-0.065	-0.016
Men - omadsiz	0.01	-0,091*	-0,195**	-0,102*	-0,144**	-0,146**

«Muvaffaqiyat kengligi» shkalasi «Imkonsiz holatlar» ko‘rsatkichi bilan statistik jihatdan ahamiyatli manfiy korrelyatsiyaga ega ($r=-0,154$; $p\leq 0,01$). Bu natijalar shuni ko‘rsatadiki, yaxshi voqealarni keng ko‘lamda talqin etadigan o‘qituvchilar «Imkonsiz holatlar» hissini kamroq boshdan kechirishlari mumkin. «Men - omadsiz» shkalasi faqat «Kasbiy vazifalarni qisqartirish» ko‘rsatkichi bilan statistik jihatdan ahamiyatli musbat korrelyatsiyaga ega ($r=0,185$; $p\leq 0,01$). Bu shuni anglatadiki, muvaffaqiyatsizlikda o‘z aybini tan oladigan o‘qituvchilar kasbiy vazifalarni qisqartirishga ko‘proq moyil bo‘ladilar. Bu holat o‘qituvchilarning o‘z muvaffaqiyatsizligi uchun o‘zini ayblash orqali hissiy sarflarni talab qiladigan vazifalarni qisqartirishga harakat qilishlarini ko‘rsatadi.

5-jadval tahlili atributiv uslublar bilan kasbiy moslashuv orasidagi muhim korrelyatsion aloqalarni ko'rsatmoqda, bu pedagogik faoliyatda psixologik moslashuvning muhim jihatlarini tushunish imkonini beradi. Shaxsning o'z muvaffaqiyatsizliklari sabablarini doimiy deb qabul qilish tendensiyasini o'lchaydigani «Omadsizlik vaqti» shkalasi bilan bir qator moslashuv muammolari, ya'ni hissiy o'zgarishlar ($r=0,155$; $p\leq 0,01$) va somatovegetativ kasalliklar ($r=0,190$; $p\leq 0,01$) ijobiy korrelyatsiya aloqalari aniqlangan. Bu korrelyatsiyalar shuni ko'rsatadiki, o'qituvchilar muvaffaqiyatsizliklarni doimiy va o'zgarmas deb hisoblashsa, ular kayfiyat o'zgarishlari, ishchanlik qobiliyatining pasayishi va jismoniy salomatlik bilan bog'liq muammolarni ko'proq his qiladilar. Bu natijalar M.Seligman nazariyasiga mos keladi, unda ko'rsatilishicha, muvaffaqiyatsizliklarni doimiy deb hisoblaydigan pessimistik atributsiya uslubi turli xil psixologik va fiziologik sohalarida faoliyat buzilishlariga olib kelishi mumkin. «Muvaffaqiyat vaqti» shkalasi esa, ya'ni yaxshi hodisalarni doimiy deb tushuntirish uslubi, umumiy faollikning pasayishi ($r=-0,171$; $p\leq 0,01$) va uyqudan uyg'onish davrining buzilishi ($r=-0,106$; $p\leq 0,05$) kabi moslashuv muammolari bilan salbiy korrelyatsiyaga ega. Bu shuni anglatadiki, o'qituvchilar yutuqlarni, ijobiy voqealarni doimiy va barqaror deb qabul qilsa, ularning umumiy faolligi yuqoriroq bo'lib, uyqu sifati yaxshiroq bo'ladi. Bu optimistik atributsiya uslubi umumiy energiya darajasi va fiziologik tiklanish jarayonlariga ijobiy ta'sir qilishini ko'rsatadi, bu esa kasbiy moslashuvning muhim omillari hisoblanadi. «Men - omadsiz» shkalasi bo'yicha natijalar alohida qiziqish uyg'otadi, chunki bu shkala salbiy hodisalar uchun personalizatsiyani, ya'ni muvaffaqiyatsizlikda o'z aybini tan olishni o'lchaydi. Bu shkala ijtimoiy o'zaro ta'sirning xususiyatlari ($r=-0,144$; $p\leq 0,01$) va faoliyat motivatsiyasining pasayishi ($r=-0,146$; $p\leq 0,01$) kabi moslashuv muammolari ko'rsatkichlari bilan salbiy ammo ishonchli korrelyatsiyaga ega.

Pedagogik faoliyat kontekstida bu shuni anglatadiki, o'z muvaffaqiyatsizliklarini shaxsiy xususiyatlar yoki harakatlar bilan bog'laydigan o'qituvchilar, hamkasblar va o'quvchilar bilan samarali muloqot qilishda qiyinchiliklarga kamroq duch keladilar. Bu korrelyatsion aloqalar atributiv uslublar o'qituvchilarning kasbiy moslashuvida muhim o'rin tutishini ko'rsatadi. Ayniqsa, muvaffaqiyatni doimiy va ijobiy hodisalar sifatida qabul qilish hamda muvaffaqiyatsizliklar uchun ma'lum darajada shaxsiy javobgarlikni qabul qilish moslashuv qobiliyatlarini yaxshilashi mumkin. Lekin bu natijalar o'qituvchilarning atributiv uslublarini tuzatishga qaratilgan psixologik yordamni ishlab chiqish va amalga oshirish zarurligini ta'kidlaydi, bu esa ularning psixologik va fiziologik salomatligi yaxshilanishiga, shuningdek pedagogik faoliyat samaradorligining oshishiga olib kelishi mumkin.



3-rasm. Pedagoglarda pozitiv fikrlash modeli

Model samaradorligini baholash uchun tadqiqotimizda quyidagi tizimli-yaxlit yondashuvga tayangan holda quyidagi o'zaro bir-biriga bog'liq mexanizmlarni o'z ichiga olgan pedagoglarda pozitiv fikrlashni rivojlantirish strukturasi taklif etamiz:



4 -rasm. Pedagolarda pozitiv fikrlashni rivojlantirish mexanizmi

Demak, tadqiqot ishimizning asosiy konseptual g'oyasi oliy ta'lim va maktab pedagoglarining pozitiv fikrlashida kognitiv, motivatsion, emotsional, ijtimoiy, irodaviy va innovatsion sohalarida muvaffaqiyatga erishish, hamda shaxslararo munosabatlarda ijobiy ta'sir ko'rsatish orqali kasbiy o'sishga erishish imkonini beradi. Tadqiqotimizni tizimli-yaxlit yondashuvga tayangan holda quyidagi o'zaro bir-biriga bog'liq mexanizmlarni o'z ichiga olgan «Pedagolarda pozitiv fikrlashni rivojlantirish strukturasi»ni taklif etamiz: Kognitiv: oqilona fikrlash, muammolarni ijobiy hal qilish strategiyalari va o'qituvchilarning dunyoqarashi hamda optimizm va pessimizm darajasi muammolarini hal qilish qobiliyatini shakllantiradi. Emotsional: ruhiy barqarorlik, stressga chidamlilik, ijobiy taassurotlar va shaxsiy farovonlik darajasini oshishida samarali ro'l o'ynaydi. Motivatsion: mukammallikka intilish, ijtimoiy maqsadlar qo'yish va kasbiy motivatsiya, o'ziga bo'lgan ishonch hamda mehnat faoliyatiga ijobiy munosabatni shakllantiradi. Ijtimoiy: hamkorlik, ijtimoiy qo'llab-quvvatlash, hamkasblar va o'quvchilar bilan o'zaro ijobiy munosabat hamda ijtimoiy qo'llab-quvvatlash tizimini oshishiga xizmat qiladi. Ijodiy va innovatsion: bunday yondashuvlar yangicha fikrlash, muammolarga noodatiy yechim topish, yangi g'oyalarni ilgari surish va ularni amaliyotga joriy etish imkonini beradi hamda hamkorlik va ijtimoiy qo'llab-quvvatlash malakalarini oshiradi.

Dissertatsiyaning to'rtinchi bobi «**Pedagolarda pozitiv fikrlashni rivojlantirishning ijtimoiy-psixologik yo'llari**» deb nomlanib, unda pedagoglarda pozitiv fikrlashni rivojlantirishda psixologik treninglarning o'rni hamda rivojlantiruvchi tajriba sharoitida pozitiv fikrlashning tarkibiy komponentlariga doir masalalar qamrab olingan. Mazkur bobda pedagoglar uchun rivojlantiruvchi dastur ishlab chiqilib, tajriba-sinov ishlari jarayoniga tatbiq etildi. Ishlanmaning asosiy maqsadi pedagoglarda pozitiv fikrlashni rivojlantirish etib belgilangan. Maqsaddan kelib chiqib, quyidagi asosiy vazifalar shakllantirildi: atributiv uslublarda optimizmni aniqlash; shaxsdagi optimizm va pessimizm pozitsiyasini aniqlash; muvaffaqiyat motivatsiyasini rivojlantirish; pedagogda pozitiv fikrlashning xususiyatlari haqida to'liq bilimni rivojlantirish;

pedagoglarning shaxsiy individual-psixologik xususiyatlarni anglashiga ko‘maklashish va boshqalar.

Ijtimoiy-psixologik rivojlantiruvchi dasturi to‘rt haftaga (haftasiga ko‘pi bilan ikkita mashg‘ulot) mo‘ljallangan. Trening guruhining tavsiya etilgan hajmi 12-14 pedagoglarni tashkil etdi. Tayyorlangan ijtimoiy-psixologik treningning asosi 120 daqiqalik sakkizta maxsus mashg‘ulotdan iborat. Pedagoglarda pozitiv fikrlashni rivojlantirishga qaratilgan rivojlantiruvchi dasturning ijtimoiy-psixologik treningi uchun tayyorlangan dasturning samaradorligini tadqiq etish maqsadida qayta tekshiruv amalga oshirildi hamda eksperimental tadqiqot tashkillashtirildi va o‘tkazildi. Unda oliy ta’lim muassasalari va umumta’lim maktabi pedagoglaridan 64-nafari ishtirok etdi. Shunga muvofiq olingan empirik ma’lumotlar tahlili amalga oshirildi.

6-jadval.

L.M.Rudinaning «Atributiv uslublar testi» metodikasi orqali Pedagoglarda Vilkokson mezonini bo‘yicha rivojlantiruvchi eksperiment ta’sirida pozitiv fikrlashida atributiv uslublar namoyon bo‘lishining ko‘rsatkichlari (n=64)

O‘zini o‘zi faollashtirish komponentlari	Respondentlar	Tajriba guruhi (=16; =16)		W qiymati	Nazorat guruhi (=16; =16)		Z qiymati
		Manfiy ranglar	Musbat ranglar		Manfiy ranglar	Musbat ranglar	
Muvaffaqiyat-sizliklar kengligi	Maktab o‘qituvchilari	11,64	12,40	-1,66	13,42	12,50	-1,39
	OTM pedagoglari	16,44	11,95	-4,41**	12,24	12,27	-0,55
Muvaffaqiyat kengligi	Maktab o‘qituvchilari	17,68	20,14	-2,31*	15,31	16,89	0,39
	OTM pedagoglari	18,48	17,14	0,35	14,57	15,33	-0,61
Men - omadsiz	Maktab o‘qituvchilari	13,44	12,20	-0,48	4,95	6,52	-0,86
	OTM pedagoglari	18,86	13,62	-4,68**	13,75	14,27	-0,56
Men - omadli	Maktab o‘qituvchilari	9,60	13,50	-4,52**	12,74	13,29	-1,01
	OTM pedagoglari	15,00	16,60	0,63	13,45	14,20	-0,55

Izoh: * $p \leq 0,05$; ** $p \leq 0,01$ (– maktab o‘qituvchilari soni, – OTM pedagoglari soni).

6-jadval Vilkokson mezoni bo'yicha natijalardan kelib chiqib, L.M.Rudinaning «Atributiv uslublar testi» metodikasi bo'yicha shaxs o'z muvaffaqiyatlari va muvaffaqiyatsizliklarining sabablarini tavsiflovchi kognitiv mexanizm sifatida inson o'zining ichki va tashqi omillar orqali o'zidagi atributsiya orqali baholangan. «Muvaffaqiyat kengligi» bo'yicha rivojlantiruvchi trening ko'rsatkichlarda tajriba guruh – “Maktab pedagoglari” orasida ahamiyatli tafovutlar qayd etildi ($W=2,31; p\leq 0,05$). Ushbu natijani shunday sharhlash mumkinki, rivojlantiruvchi mashg'ulotlardan keyin maktab o'qituvchilarida keskin muvaffaqiyat kengligi oshish holati kuzatilgan, ya'ni bu o'zgarish tasodifiy emas, bundan shu anglashimiz mumkinki, maktab o'qituvchilarida muvaffaqiyatni qamrab olish qobiliyati oshgan, ya'ni ular o'z hayotida va kasbiy faoliyatida ijobiy imkoniyatlarni kengroq ko'ra boshlagan, ushbu pedagoglar o'z muvaffaqiyatlarini va imkoniyatlarini avvalgidan ko'ra optimistroq baholashgan bu esa, rivojlantiruvchi mashg'ulotlarimizning samarali ta'sirida deb taxmin qilamiz. Nazorat guruhi – rivojlantiruvchi eksperiment ta'sirida bo'lmagan pedagoglar guruhi bo'lib, ($Z=-0,39; p>0,05$), Muvaffaqiyat kengligi sezilarli darajada o'zgarmagan bu esa, ularda rivojlantiruvchi eksperiment o'tkazilmaganda deb hisoblaymiz.

«Men omadli» bo'yicha rivojlantiruvchi trening ko'rsatkichlarda, tajriba guruhida oshgan bo'lib - maktab pedagoglari orasida ahamiyatli tafovutlar aniqlandi ($W=-4,52; p\leq 0,01$). «Men omadli» shkalasi shaxsning o'ziga bo'lgan ishonchi muvaffaqiyatga bo'lgan intilishi hamda kelajakdagi imkoniyatlarini qanday baholashi bilan bog'liq, bu ijtimoiy-psixologik barqarorligi, motivatsiyasi, ish sharoiti, kasbiy charchash darajasi va o'zini anglash kabi omillar bilan bog'liq. Bundan shuni anglashimiz mumkinki, rivojlantiruvchi mashg'ulotlar maktab o'qituvchilariga juda kuchli ta'sir etgan bo'lib, ular o'zlarini omadli his qilish darajasida katta ijobiy o'zgarishni boshdan kechirganlar. Nazorat guruhi – rivojlantiruvchi eksperiment ta'sirida bo'lmagan pedagoglar guruhi bo'lib, maktab pedagoglarida manfiy va musbat ($Z=-1,01; p>0,05$) ranglarda “Men omadli” sezilarli darajada o'zgarmagan bu esa, ularda rivojlantiruvchi eksperiment o'tkazilmaganda deb hisoblaymiz.

«Muvaffaqiyatsizliklar kengligi» oliy ta'lim muassasasi pedagoglarining pozitiv fikrlashda atributiv uslublar bo'yicha rivojlantiruvchi dasturdan so'ng tajriba guruhida - ahamiyatli tafovutlar aniqlandi ($W=-4,41; p<0,01$). Bundan shuni anglashimiz mumkinki, rivojlantiruvchi eksperiment oliy ta'lim muassasasi pedagoglariga samarali ta'sir ko'rsatgan, natijada ular muvaffaqiyatsizlikni avvalgidek umumlashtirish o'rniga, muammolarga to'g'ri yechim topish, stressga barqaror fikr bildirish, salbiy fikrlar o'rnini ijobiy affirmatsiyalarga aylantirish, o'zidan qoniqish, o'zgalarni boricha qabul qilish kabi xususiyatlar bilan muvaffaqiyatsizliklarni torroq baholashni o'zlarida rivojlantirishgan. Trening natijalaridan keyin oliy ta'lim pedagoglarida ichki muvaffaqiyat oshdi, ya'ni, dars jarayoniga samarali ta'sir ko'rsatishida, muvaffaqiyatsizliklarni doimiy emasligini to'liq his etganliklari - bu vaqtinchalik va o'tkinchi holat ekanligini, muayyan qiyinchiliklar mavjud bo'lsa-da lekin, ular pedagogning butun kasbiy faoliyatini

belgilamasligini to'g'ri talqin qila olish kabi o'zgarishlar natijasida pedagoglarning ijobiy fikrlash darajasi hamda ulardagi motivatsion sohasi kuchayganligini trening jarayonida olib borilgan mashg'ulotlardagi fikrlaridan angladik. Nazorat guruhi – rivojlantiruvchi eksperiment ta'sirida bo'lmagan pedagoglar guruhi bo'lib, Oliy ta'lim muassasasi pedagoglarida manfiy va musbat ($Z=-0,55$; $p>0,05$), muvaffaqiyatsizliklar kengligi sezilarli darajada o'zgarmagan, bu esa, ularda rivojlantiruvchi eksperiment o'tkazilmaganligida deb baholadik.

«Men omadsiz» bo'yicha rivojlantiruvchi trening ko'rsatkichlarda, tajriba guruh – oliy ta'lim muassasasi pedagoglari orasida ahamiyatli farqlar aniqlandi ($W=-4,68$; $p\leq 0,01$), ushbu natijani shunday sharhlash mumkinki, rivojlantiruvchi mashg'ulotlardan oldin ushbu muassasa pedagoglarida omadsizlik yuqori edi, bunga sabab, oliy ta'lim muassasasi pedagoglari individual shaxs sifatida o'zlarini omadsiz deb baholaganlar, bunga kasbiy muhit, akademik bosim: fan taraqqiyoti va ilmiy izlanishlar bilan uzluksiz shug'ullanishi, ilmiy nashrlar, dissertatsiyalar, grantlar, ilmiy bilimlar mavjudligidagi talablar, xorijiy tillarni bilishga bo'lgan yuqori talab, axborot innovatsion tizimidan yuqori bilimga ega bo'lish va bunga talablarning oshib borayotganligining mavjudligi ta'sir qilgan. Ushbu bosimlar pedagogda shaxsiy muvaffaqiyatsizlik hissini kuchaytiradi. Oliy ta'lim muassasasi pedagoglarida «Men omadsiz» maktab o'qituvchilariga nisbatan yuqori ko'rsatkichda edi, ammo rivojlantiruvchi tadbirlar natijasida «Men omadsiz»ga nisbatan Oliy ta'lim pedagoglarida ancha samarali ta'siri bo'lgan. Nazorat guruhi – rivojlantiruvchi eksperiment ta'sirida bo'lmagan pedagoglar ($Z=-0,56$; $p>0,05$), ranglarda «Men omadsiz» sezilarli darajada o'zgargan bo'lsa-da bu esa, ularda rivojlantiruvchi eksperiment o'tkazilmaganda omadsizlikni talqin qilish uslubi o'zgarishsiz qolishini tasdiqlaydi.

Maktab o'qituvchilarining optimizm darajasi bo'yicha (7-jadval) rivojlantiruvchi eksperiment natijalarida o'qituvchilarning optimizm ko'rsatkichi bo'yicha ahamiyatli farqlar aniqlandi ($W=-4,60$; $p\leq 0,01$). Bundan shuni anglashimiz mumkinki, maktab pedagoglarida tajriba guruhida olib borilgan rivojlantiruvchi mashg'ulotlar samarali natija berdi, jumladan, ulardagi pedagogik faoliyatda optimizm darajasining o'sganligi, hayotiy vaziyatlarga ijobiy yondashish qobiliyatining shakllana boshlashi, psixologik barqarorlik, stressni to'g'ri baholab chidamlilikni oshirish natijasida kasbiy samaradorlikda ijobiy o'zgarishlar bo'ldi. Rivojlantiruvchi eksperiment davomida o'qituvchilarda salbiy fikrlashdan ijobiy fikrlashga o'rgatish texnikalari o'rgatib borildi, muammoli vaziyatlarga to'g'ri yondashuv strategiyalari orqali muammolarni konstruktiv baholashga yo'naltirildi. O'ziga ishonch mashqlari orqali optimizmni yanada his qilish malakalari oshishi natijasida ularda kognitiv o'zgarishlar tufayli, o'qituvchilarning optimistik darajasi ko'tarildi. Nazorat guruhi – rivojlantiruvchi eksperiment ta'sirida bo'lmagan pedagoglar guruhi bo'lib, maktab o'qituvchilarida sezilarli tarzda oshgan bo'lsada lekin ($Z=-1,95$; $p>0,05$) statistik jihatdan ahamiyatli farqlar aniqlanmadi. Bu holat esa, ularda rivojlantiruvchi eksperiment o'tkazilmaganda optimizmni talqin qilish uslubi o'zgarishsiz qolishini tasdiqlaydi.

L.M.Rudinaning «Atributiv uslublar testi» metodikasi orqali Umumta'lim maktabi va oliy ta'lim muassasasi pedagoglarida Vilkokson mezonini bo'yicha rivojlantiruvchi eksperiment ta'sirida pozitiv fikrlashda optimizmni namoyon bo'lish ko'rsatkichlari (n=64)

Shaxsdagi optimizm pozitsiyasini	Respondentlar	Tajriba guruhi (=16; =16)		W qiymati	Nazorat guruhi (=16; =16)		Z qiymati
		Manfiy ranglar	Musbat ranglar		Manfiy ranglar	Musbat ranglar	
Optimizm	Maktab o'qituvchilari	9,90	13,64	-4,60**	9,18	9,46	-1,95
	OTM pedagoglari	10,10	15,64	-5,06**	10,20	11,30	-0,84

Izoh: * $p \leq 0,05$; ** $p \leq 0,01$ (– maktab o'qituvchilari soni, – OTM pedagoglari soni)

Oliy ta'lim muassasasi pedagoglarida optimizm darajasi bo'yicha rivojlantiruvchi eksperiment natijalarida o'qituvchilarning optimizm ko'rsatkichi bo'yicha ahamiyatli farqlar aniqlandi ($W = -5,06; p \leq 0,01$). Bu ko'rsatkich maktab o'qituvchilariga nisbatan ham oliy ta'lim pedagoglari optimistiroq ekanliklarini yana bir bor ko'rsatdi. Pedagogning o'z qobiliyatlariga bo'lgan ishonchi ularning motivatsiyasi va natijalariga bevosita ta'sir qildi, eksperiment davomida pedagoglar o'z imkoniyatlariga bo'lgan ishonchini oshirishdi, bu esa ulardagi optimizmning oshishiga sabab bo'ldi. Optimistik pedagoglar muammolarni hal qilishda ijobiy yondashishdi va stressga bardoshli bo'ldi, oliy ta'lim pedagoglari uchun mahsus mashg'ulotlar stressni kamaytirib, optimistik fikrlashni rivojlantirishga yordam berdi deb baholaymiz. Nazorat guruhi – rivojlantiruvchi eksperiment ta'sirida bo'lmagan pedagoglar guruhi bo'lib, oliy ta'lim pedagoglarining sezilarli tarzda oshgan bo'lsada, lekin ($Z = -0,84; p > 0,05$) statistik jihatdan ahamiyatli farqlar aniqlanmadi. Bu holat esa, ularda rivojlantiruvchi eksperiment o'tkazilmaganda optimizmni talqin qilish uslubi o'zgarishsiz qolishini tasdiqlaydi.

XULOSA

«Pedagoglar faoliyatida pozitiv fikrlashni rivojlantirishning ijtimoiy-psixologik mexanizmlari»ni tadqiq etishga qaratilgan ilmiy izlanishlar asosida quyidagi xulosalar ishlab chiqildi.

1. Pedagogda pozitiv fikrlashning rivojlanishi o'z faoliyatida stressga bardoshlilik, mehnatdan qoniqish, xissiy barqarorlik, kasbiy inqiroz va emotsional kuyish holatlari, ish qobiliyatining pasayishi, ijtimoiy psixologik muhit va optimizm kabi psixologik omillar negizida tadqiq etilgan.

2. O'qituvchilarning ijtimoiy-psixologik xususiyatlari kasbiy munosabatlarda kognitiv-emotsional barqarorlik, stressga chidamlilik, ixtiyoriy nazorat va optimistik atributiv uslublarni dinamik ifodalanishiga asoslanib intrapsixik

resurslarning pozitiv fikrlash darajasiga vektorli ta'siri bilan determinatsiyalashganligi dalillandi.

3. Pedagoglardagi pozitiv fikrlash darajasi muvaffaqiyat haqidagi semantik birlikni, ishdagi monotonlikni o'zgartiruvchi omil sifatida faollashtirish ish motivatsiyasini oshirganligi tufayli optimistik kognitiv strukturaning mehnat faoliyatidan qoniqqanlik darajasi ta'sirida namoyon bo'lishi bilan determinatsiyalashganligi aniqlandi.

4. Pedagoglardagi pozitiv fikrlashni namoyon bo'lishiga psixologik to'siq bo'luvchi omillar emotsional charchoq, shaxsiy yutuqlarni reduksiyalashga intilishning ijtimoiy aloqalar, tashabbuskorlik va vaziyatni nazorat qila olish kabi xususiyatlarning sust rivojlanganligi bilan bog'liqligi tufayli shaxsiy depersonalizatsiyaning «ekzistensial frustratsiya» asosida kuchli namoyon bo'lishiga ko'ra dalillandi.

5. Pedagoglar faoliyatida pozitiv fikrlashning namoyon bo'lish darajalari ijtimoiy-demografik (yosh, jins, hudud, mehnat tajribasi) omillarning kasbiy «Men»ni differentsiatsiyasiga ta'siri natijasida muvaffaqiyatni umumiy faollik rakursida idrok etishga bog'liq kasbiy moslashuv darajasiga identiv namoyon bo'lishiga ko'ra isbotlandi.

6. Pedagoglarda pozitiv fikrlashni rivojlantirish modeli faoliyatga nisbatan pessimistik kognitsiyalarning optimistik qarashlarga faoliyat intrinsiv motivlar va shaxsiy – kasbiy identifikatsiya orqali o'zgarishi muhimligi tufayli motivasion-kognitiv, ijodiy, ijtimoiy, emotsional xususiyatlarning «men muvaffaqiyatli» konstruktiga ko'ra birligini ta'minlashi asosida aniqlandi.

Tadqiqot xulosalarga ko'ra quyidagi **ijtimoiy-psixologik va tashkiliy-uslubiy tavsiyalar ishlab chiqildi**;

1. Ta'lim muassasalarida psixologik xizmat faoliyatini optimallashtirish maqsadida pedagoglarning individual psixologik holatini monitoring qilib borish va pozitiv fikrlashni rivojlantirishga qaratilgan psixologik profilaktika ishlarini tizimlashtirish lozim.

2. Pedagoglar uchun maxsus trening va rivojlantiruvchi dasturlarni joriy etish maqsadida trening modullarini malaka oshirish kurslariga integratsiya qilish, ijobiy atributiv uslublarni rivojlantirish, stressga qarshi psixologik immunitetni oshirish va pedagoglar ish qobiliyatini mustahkamlash bo'yicha davriy seminarlar o'tkazib borish maqsadga muvofiq.

3. Pedagoglar faoliyatida ijobiy muhitni shakllantirish jarayonida ta'lim muassasalarida sog'lom ijtimoiy-psixologik muhitni qaror toptirishga qaratilgan psixologik tadbirlar, motivasion kunlar, ijobiy muloqot turkumlari, o'zaro qo'llab-quvvatlash, rag'batlantirish hamda ijobiy iqlim va ruhiy barqarorlikni ta'minlovchi tashkiliy ijtimoiy siyosat ishlab chiqish lozim.

4. Amaliy tadqiqotlar va ilmiy faoliyatni qo'llab-quvvatlash turkumi bo'yicha, pedagoglar orasida psixologik sog'lomlashtirish, professional stressni kamaytirish, emotsional barqarorlikni mustahkamlash borasida ushbu mavzular bo'yicha doimiy ilmiy tadqiqotlarni amalga oshirish zarur.

5. Ta'lim tizimini normativ-huquqiy va metodik asoslarni takomillashtirish maqsadida davlat ta'lim standartlari va pedagoglar faoliyatini baholash mezonlariga pozitiv psixologiya elementlarini kiritish, natijada pedagoglarning o'ziga, ta'limga bo'lgan munosabati doirasida ta'limda bir qator ijobiy samaradorlikni oshishiga erishish maqsadga muvofiq.

**РАЗОВЫЙ НАУЧНЫЙ СОВЕТ НА ОСНОВЕ НАУЧНОГО СОВЕТА
№ PhD.03/30.12.2021.P.26.02 ПО ПРИСУЖДЕНИЮ УЧЁНЫХ
СТЕПЕНЕЙ ПРИ НАЦИОНАЛЬНОМ ПЕДАГОГИЧЕСКОМ
УНИВЕРСИТЕТЕ УЗБЕКИСТАНА**

**НАЦИОНАЛЬНЫЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ
УЗБЕКИСТАНА**

САТТАРОВА ШАХНОЗАХОН КУЧКАРОВНА

**СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ МЕХАНИЗМЫ
ПОЗИТИВНОГО МЫШЛЕНИЯ В ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ПЕДАГОГОВ**

19.00.05 – Социальная психология. Этнопсихология

**АВТОРЕФЕРАТ
ДИССЕРТАЦИИ ДОКТОРА ПСИХОЛОГИЧЕСКИХ НАУК (DSc)**

Ташкент – 2026

Тема диссертации доктора наук (DSc) зарегистрирована Высшей аттестационной комиссией при Министерстве высшего образования, науки и инноваций Республики Узбекистан за № В.2025.2.PhD/P196.

Диссертация выполнена в Национальном педагогическом университете Узбекистана.

Автореферат диссертации размещен на трех языках (узбекский, русский, английский (резюме)) на веб-сайте Научного Совета (www.tpdu.uz) и на Информационно-образовательном портале «Zivonet» (www.zivonet.uz).

Научный консультант:

Официальные оппоненты:

Умаров Бахриддин Мингбоевич
доктор психологических наук, профессор

Мелибаева Роза Насировна
доктор психологических наук (DSc), профессор

Шойимова Шохиста Санакуловна
доктор психологических наук (DSc), профессор

Ведущая организация:

Ферганский государственный университет

Защита диссертации состоится «23» 01 2026 года в 16:00 часов на заседании Научного совета PhD.03/30.12.2021.P.26.02 при Национальном педагогическом университете Узбекистана. (Адрес: 100185, город Ташкент, Чиланзарский район, улица Бунёдкор, дом 27. Тел. (+99871) 255-80-86; факс: (+99871) 276-76-51; e-mail: tdpu_kengash@edu.uz). Административное здание Национального педагогического университета Узбекистана, 2-й этаж, 4-й зал заседаний.

С диссертацией можно ознакомиться в Информационно-ресурсном центре Национального педагогического университета Узбекистана. (зарегистрирована за № 2358). (Адрес: 100185, город Ташкент, Чиланзарский район, улица Бунёдкор, дом 27. Тел. (+99871) 255-80-86; факс: (+99871) 276-76-51).

Автореферат диссертации разослан «10» 01 2026 года
(протокол реестра рассылки № 302 от «10» 01 2026 года).


Ф.А. Акрамова
председатель Научного совета по
присуждению ученых степеней, доктор
психологических наук (DSc), профессор
Н.Б. Атабаева
участник Научного совета по
присуждению ученых степеней, доктор
психологических наук (DSc), профессор
З.Т. Нишанова
председатель научного семинара при
Научном совете по присуждению ученых
степеней, доктор психологических наук,
профессор

ВВЕДЕНИЕ (аннотация диссертации доктора наук (DSc))

Актуальность и востребованность темы диссертации. В мировом образовательном пространстве особое внимание уделяется вопросам развития позитивного мышления у педагогов всех образовательных учреждений, выработке новых подходов к формированию позитивного отношения, развитию профессионального успеха и обеспечению профессиональной удовлетворённости. В программных документах Организации Объединённых Наций, в частности во Всемирной декларации «Высшее образование в XXI веке», а также в документах ЮНЕСКО по реформированию и развитию высшего образования¹⁰, наряду с повышением качества образования, обеспечением эффективности педагогической деятельности и внедрением инновационных и креативных подходов, формирование и развитие позитивного мышления у педагогов признаётся одним из важнейших факторов. Современные исследования показывают, что позитивное мышление играет решающую роль в эффективности деятельности человека, его психологическом благополучии и профессиональной устойчивости. Согласно статистическим данным, представленным на международных научных веб-ресурсах «Psychology Today, Verywell Mind, Gallup Well-Being и World Happiness Report», в настоящее время около 35 процентов населения мира считают себя личностями со стабильным позитивным и оптимистичным мышлением, тогда как у оставшихся 65 процентов людей под влиянием стресса, тревожности, профессиональной неопределённости и социального давления преобладает негативное или неопределённое мышление¹¹. По данным Всемирной организации здравоохранения (World Health Organization — WHO), психологическая уязвимость человека оказывает негативное влияние на его повседневную деятельность и работоспособность¹². В связи с этим актуальной проблемой остаётся развитие позитивного мышления в профессиональной деятельности педагогов, формирование отношения к повседневным стрессам как к временным состояниям, развитие способности проявлять собственные ресурсы и возможности, повышение уровня субъективного благополучия, удовлетворённости собой и профессиональной деятельностью, а также стабилизация положительного эмоционального климата в трудовом коллективе как важного условия развития позитивного мышления.

¹⁰ Доклад ЮНЕСКО по науке-2015-На пути к 2030 году. YUNESCO Публишинг, 2017.-794с

¹¹ <https://www.psychologytoday.com/us/basics/positive-psychology> Positive Psychology: The Science of Happiness and Well-Being. New York: Sussex Publishers, Inc., 2025.

<https://www.verywellmind.com/how-gratitude-makes-you-happier-5114446> How Gratitude Makes You Happier. New York: Dotdash Meredith, 2020.

<https://www.gallup.com/> State of the World's Emotional Health Report 2025: Global Positive and Negative Emotions Survey. Washington, DC: Gallup, 2025.

<https://www.gallup.com/file/analytics/658169/world-happiness-report-2025.pdf> Global Well-Being Insights and Happiness Rankings. Oxford: Wellbeing Research Centre at University of Oxford, 2025.

¹² <https://www.who.int/en/health-topics/mental-health> The World Health Organization (WHO).

В ведущих мировых организациях высшего образования и научно-практических центрах особое внимание уделяется научным исследованиям, направленным на формирование позитивного мышления у личности, разработку теоретических основ развития позитивного мышления в рамках учебных дисциплин, связанных с профессиональной деятельностью, а также на развитие позитивного мышления в повседневной жизни, формирование позитивного отношения к мировоззрению, стабилизацию личностного здоровья, профилактику профессионального выгорания, развитие и совершенствование человеческой деятельности. В данном контексте возрастает необходимость изучения факторов, влияющих на позитивное мышление в профессиональной деятельности педагогов, особенностей проявления позитивного мышления у педагогов, влияния профессиональных кризисных факторов и снижения работоспособности на позитивное мышление, а также проведения диагностики проблем, связанных с эмоциональным выгоранием в процессе трудовой деятельности, профессиональной адаптацией и ролью позиции оптимизма. Наряду с этим особую значимость приобретает разработка и развитие психокоррекционных возможностей, направленных на формирование и укрепление позитивного мышления у педагогов.

В Новом Узбекистане в последние годы определены приоритетные направления масштабных реформ, направленных на обеспечение позитивного мышления в профессиональной деятельности педагогов, создание условий для их полноценного участия в социально-политической жизни общества, развитие профессиональной зрелости, стабилизацию психологического климата в коллективе посредством позитивного мышления, содействие саморазвитию и достижению успеха в выбранной профессии, а также всестороннюю поддержку педагогических кадров. В рамках данных реформ были созданы необходимые нормативно-правовые основы, в частности в постановлении «О мерах по повышению качества педагогического образования и дальнейшему развитию деятельности высших образовательных учреждений, осуществляющих подготовку педагогических кадров»¹³. Исходя из поставленных задач, особое внимание уделяется поддержке педагогов, развитию у них позитивного мышления, а также формированию у современного педагога не только профессиональной компетентности, но и способности анализировать и оценивать возникающие проблемы, оказывать эффективную психологическую помощь и поддержку обучающимся, выступать личным примером позитивного мышления и формировать объективную оценку происходящих событий на основе позитивного восприятия действительности.

¹³ O'zbekiston Respublikasi Prezidentining 2022 yil 21-iyundagi PQ-289 son «Pedagogik ta'lim sifatini oshirish va pedagog kadrlar tayyorlovchi oliy ta'lim muassasalari faoliyatini yanada rivojlantirish chora tadbirlari to'g'risida»gi Qarori. - <https://lex.uz/uz/docs/6079561>

На основе задач, определённых в постановлении «Об утверждении Национальной программы развития народного образования»¹⁴, были созданы возможности для повышения качества образования путём широкого внедрения в учебно-воспитательный процесс современных и инновационных педагогических методов обучения, популяризации положительного опыта образовательных учреждений в сфере педагогики, а также современных методов обучения и оценки знаний обучающихся. Кроме того, на основе выявления проблем, связанных с развитием науки и образования, были созданы условия для углубления научных исследований, направленных на совершенствование качества образования, и поиска новых интегративных теоретических решений.

Данное диссертационное исследование в определённой степени служит решению задач, намеченных в Законе Республики Узбекистан от 1 мая 2023 года № ЗРУ-837 «О Конституции Республики Узбекистан», Указах Президента Республики Узбекистан от 11 сентября 2023 года № УП-158 «О Стратегии «Узбекистан – 2030», от 28 января 2022 года № УП-60 «О Стратегии развития Нового Узбекистана на 2022 — 2026 годы», от 6 ноября 2020 года № УП-6108 «О мерах по развитию сфер образования и воспитания, и науки в новый период развития Узбекистана», от 8 октября 2019 года № УП-5847 «Об утверждении Концепции развития системы высшего образования Республики Узбекистан до 2030 года», от 11 июля 2019 года № УП-5763 «О мерах по реформированию управления в сфере высшего и среднего специального образования», Постановлении Президента Республики Узбекистан от 21 июня 2022 года № ПП-289 «О мерах по повышению качества педагогического образования и дальнейшему развитию деятельности высших образовательных учреждений по подготовке педагогических кадров», постановлении Кабинета Министров Республики Узбекистан от 31 декабря 2019 года № 1059 «О мерах по реализации и утверждения Концепции непрерывного духовного воспитания», а также других нормативно-правовых документах.

Соответствие исследования приоритетным направлениям развития науки и технологий республики. Данное исследование выполнено в рамках приоритетного направления развития науки и технологий республики I. «Формирование системы инновационных идей в социальном, правовом, экономическом, культурном, духовно-просветительском развитии информационного общества и демократического государства и пути их реализации».

¹⁴ O‘zbekiston Respublikasi Prezidentining 2022 yil 11-maydagi «2022-2026 yillarda halq ta’limini rivojlantirish bo‘yicha milliy dasturni tasdiqlash to‘g‘risida»gi PF-134-son Farmoni. - <https://president.uz/oz/lists/view/5199>

Обзор зарубежных исследований по теме диссертации¹⁵. Научные изыскания, посвящённые позитивному мышлению в профессиональной и учебной деятельности, проводятся в ведущих научных центрах и высших образовательных учреждениях мира, в частности, Северо-Восточном университете (Northeastern University Boston, США), Мюнхенском университете (LMU, Германия), Рижентском университете (Regents University, Великобритания), Гронингском университете (Нидерланды), Berlin Humboldt университете (Германия), университете Сорбонна (Франция), Мичиганском университете (США), Московском государственном университете имени Ломоносова (Россия), Санкт-Петербургском государственном университете (Россия), Сеульском Национальном университете (Seul National University, Южная Корея), Англиянинг Chester (Psychology and Child Development (with Placement Year) BSc) (Англия), Китайском национальном центре педагогических исследований (NIES, Гуанжоу).

В проведённых в мире целом ряде исследований, направленных на развитие позитивного мышления в деятельности педагогов и повышение эффективности их профессиональной деятельности, получены, в частности, следующие результаты: Международная ассоциация позитивной психологии (IPPA) (США): эта организация проводит исследования в сфере позитивной психологии и поддерживает научные изыскания, направленные на развитие позитивного мышления у педагогов; Факультет образования Мичиганского университета (США): на этом факультете образования проводятся исследования по развитию позитивного мышления у преподавателей и повышению их психологического благополучия; Международный институт эмоционального интеллекта (ИЕИ) (Великобритания): этот институт занимается изучением и развитием эмоционального интеллекта, а это помогает повышению социально-психологических навыков педагогов; Центр исследований по образованию Мельбурнского университета (Австралия): этот центр проводит научные изыскания, направленные на развитие у преподавателей эмоционального интеллекта и социально-психологических навыков; Педагогический колледж Университета Торонто (Канада): этот колледж проводит исследования, направленные на развитие позитивного мышления у преподавателей и повышение эффективности их профессиональной деятельности; Фонд благополучия в образовании (EWF) (Австралия): этот фонд проводит исследования, направленные на повышение благополучия в сфере образования, а это поддерживает психологическое здоровье и позитивное мышление преподавателей;

¹⁵ Обзор зарубежных исследований по теме диссертации: URL:<https://www.yale.edu>., <https://www.elsevier.com/locate/tsc>.<https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S2666374024000918>.,https://www.researchgate.net/publication/378277267_Factors_Influencing_the_Positive_Thinking_of_the_Future_Teacher.,https://www.academia.edu/51841194/Positive_Attitude_towards_Teaching_in_Higher_Education;

Институт образовательных наук (Akdeniz Universiteti, Istanbul Medipol Universiteti) (Турция): исследования этого учреждения направлены на активизацию педагогов, находящихся долгое время дома без работы и склонных к критическому мышлению; Университет Квинс (Великобритания): проведённое в этом институте исследование направлено на развитие положительного мышления и суждений преподавателей (похвала, взаимосвязь в классе и академическая поддержка); Ошский государственный университет (Кыргызстан): проведённое в этом университете исследование направлено на формирование положительного настроения в деятельности педагогов. Проведённые выше исследования направлены на повышение профессиональной деятельности педагогов путём развития у них положительного мышления.

В мире в сфере психологии приоритетные направления исследований, проводимых в настоящее время в мире по изучению социально-психологических механизмов позитивного мышления педагогов, связаны со следующими темами: повышение психологического благополучия преподавателей путём развития их положительного мышления, повышение профессиональной эффективности преподавателей путём развития их положительного мышления, достижение психологического здоровья преподавателей и благополучия в образовании путём развития их положительного мышления, психодиагностика путём положительного влияния склонности педагогов к критическому мышлению, выявление факторов, влияющих на положительное мышление преподавателей. Наблюдается необходимость в обращении внимания на эти вопросы.

Степень изученности проблемы. В научных исследованиях психологов Узбекистана Б.С. Абдуллаевой, Р.А. Абдурасулова, Н.Б. Атабаевой, А.А. Бекназарова, М.Г. Давлетшина, С.Х. Жалиловой, С.Н. Жураевой, Г.Т. Жумаевой, Г.Н. Ибрагимовой, В.М. Каримовой, З.К. Курбаниязовой, М.Б. Матназаровой, Н.Р. Мелибаевой, М.Т. Мирсолиевой, З.Т. Нишановой, Н.С. Сафаева, Р.З. Суннатовой, Х.А. Тиллашайховой, Ш.Р. Уракова, Х. Шарафутдинов, С.Ш.Шойимова, П.С. Эргашева, Х.А. Юлбарсовой, О.А. Куйсинова, Э.Г. Гозиева¹⁶ и других — научно изучены

¹⁶ Abdullayeva. B.S. Bo'lajak o'qituvchilar o'quv-ilmiy faoliyati motivatsiyasining psixofiziologik determinantlari: Monografiya. -T.: «Bookmany print» nashriyoti. 2021. -162 b.; Абдурасулов Р.А. Роль ценностей в формировании мотивации. Известия Самарского научного центра Российской академии наук. Социальные, гуманитарные, медико-биологические науки, т.22, №74, 2020. С. 44-48; Atabayeva.N.B. Psychological features of the formation of altruism motives in the family. [https://www.theamericanjournals.com/index.](https://www.theamericanjournals.com/index;); Davletshin M.G. «Zamonaviy maktab o'qituvchisining psixologiyasi». -T.; O'zbekiston. -29 b.; Жалилова.С.Х. Психологические критерии нравственного формирования и развития личности. // Образование и инновационные исследования., 2022. №5.; Jimayeva G.T. «Maktab o'qituvchilarida kasbiy madaniyatni rivojlantirishning pedagogic tizimini takomillashtirish»: ped.f.b.f.d.dissert avtoref: -Termiz.; 2022. 162 b; Ibragimova G.N. «Interfaol o'qitish metodlari va texnologiyalari asosida talabalarning kreativlik qobiliyatlarini rivojlantirish»: ped.f.n.dissert avtoref: T.,TDPU 2017.39 b.; Ibragimova. G.N. «Umumta'lim maktablarining o'quv-tarbiya jarayonini modernizatsiyalashda innovatsion ta'lim texnologiyalarining o'rni». Metodik qo'llanma -T.: «Abu matbuot-konsalt» 2014 B13-16.; Karimova V.M. Psixologiya -T.:O'quv qo'llanma, Qodiriy.T.A nomidagi «Xalq merosi» nashriyoti «O'AJBNT»markazi, 2002.-205 b.; Karimova V.M, Sunnatova R.I, Tojiboyeva R.N. Mustaqil fikrlash.-T.:«Sharq» 2000.; Karimova.V.M. «Ijtimoiy psixologiya». Darslik.Toshkent davlat iqtisodiyot universiteti.-Toshkent – 2012-298 b.; Kurbaniyazova Z.K. «Aralash ta'lim sharoitida bo'lajak o'qituvchilarning ijtimoiy-pedagogik kompetentligini rivojlantirish» ped.f.b.f.d diss. – T., 2022. – 254 b.; Matnazarova M.B. Oliy ta'lim

вопросы формирования профессионализма в процессе личностного развития, психологические детерминанты, определяющие социальную зрелость личности, динамика самостоятельного творческого мышления, а также психологические механизмы успешного развития профессиональной деятельности педагогов и индивидуально-психологические особенности мышления. Кроме того, в данных исследованиях рассматриваются педагогическая система развития профессиональной культуры, непрерывное развитие социально-педагогической и теоретико-методической компетентности педагогов, совершенствование педагогической системы подготовки педагогических кадров на основе компетентностного подхода, формирование коммуникативной компетентности учителей на основе интегративного подхода, а также развитие профессионально-педагогического творчества учителей.

В исследованиях учёных стран Содружества Независимых Государств —Т.Ю. Артюховой, И.В. Вачкова, Л.С. Выготского, Т.О. Гордеевой, Т.Г. Гурулёвой, М.С. Замышляевой, В.Ф. Калошина, И.А. Карповой, Ю.Н. Кашицыной, Н.Б. Куклиной, Л.В. Левицкой, А.Н. Леонтьева, Г.Н. Мешко, К. Муздыбаева, Ж.В. Сидеренко, Т.Н. Слободян, С.Л. Рубинштейна, А.Ю. Свияша, О.В. Шевчишен, И.А. Зимней¹⁷ и других научно исследованы

muassasalari pedagog kadrlarining nazariy-metodik kompetentligini uzluksiz rivojlantirish mexanizmlarini takomillashtirish: ped.f.b.f.d...diss. – T., 2018.-156 b.; Nishonova Z.T. Mustaqil ijodiy fikrlashni shakllantirishning psixologik asoslari: Psix. fan dok. ... dis. – T., 2005.– 391 b., Tillashayhova X.A «Talaba-yoshlar psixologik farovonligi va ijtimoiy yetukligi shakllanish dinamikasining xususiyatlari» psixol.f.d.diss.avtoref: -T.,TDPU 2024 - B5-7.; Urakov Sh.R. Oliy ta'lim muassasalarida bo'lajak o'qituvchilarni tayyorlashning kompetent yondashuvga asoslangan pedagogic tizimini takomillashtirish: ped.f.b.f.d...diss.-Toshkent, 2018.-142 b.; S.Sh.Shoyimova «Oliy tibbiy ta'lim muassasalari pedagoglari faoliyatining ijtimoiy-psixologik determinantlari» p.f.d....diss.avtoref.: - T.,TDPU 2024 – B 5-8.;Yulbarsova X.A. «Integrativ yondasguv asosida bo'lajak o'qituvchilarning kommunikativ kompetentligini shakllantirish texnologiyasi» ped.f.d.– Toshkent, 2018, – B. 78.; Qo'ysinov O.A. «Kompetentli yondashuv asosida bo'lajak o'qituvchilarning kasbiy-pedagogik ijodkorligini rivojlantirish texnologiyalari» ped.f.b.f.d...diss. avtoref. – Toshkent, 2019. – B.70; G'oziev E.G', O'qituvchining etnopsixologik xususiyatlari // Xalq ta'limi. - T.: 1991. № 1. B 55-96.

¹⁷ Артюхова Т.Ю. Роль и значение позитивного мышления в жизнедеятельности человека. // Проблемы теории и практики современной психологии. Всероссийской (с международным участием) научно-практической конференции. 2016.-С. 143-145.; Вачков И.В. Основы технологии группового тренинга: Учебное пособие. - М.: Ос-89, 2003. - 224 с., Гордеева Т.О. Позитивное мышление как фактор учебных достижений старшеклассников. // Вопросы психологии. - 2010. - С. 24-33. Гурулева Т.Г. Значение формирования позитивного мышления с целью улучшения физического здоровья. // Научный альманах. Учредители: ООО «Консалтинговая компания Юком». - Тамбов: 2020. - С. 58-60, Замышляева М.С. Оптимизм и пессимизм в совладающем поведении в юношеском возрасте. // Воспитание в контексте междисциплинарного подхода. - 2005. - № 5. - С. 183-190.; Карпова И.А. Концепт «позитивное мышление» в американском языковом сознании: понятийная, образная и ценностная составляющие. // Сборник материалов научной сессии по итогам выполнения научно-исследовательской работы на факультете иностранных языков Московского педагогического государственного университета за 2008-2009 год. - М.: Изд-во Прометей, 2009. - С. 48-51; Калошин В.Ф. Основы позитивного мышления в образовательной деятельности. Учебное пособие. - М.: 2005. - 252 с., Кашицына Ю.Н. Позитивное мышление в системе социальных и профессиональных отношений. // Геопатогенные зоны и здоровье подрастающего поколения. - Уфа: РИЦ Баш-ГУ, 2014. - С. 122-129.; Левицкая Л.В. Развитие саногенных чувств учащейся молодежи как психолого-педагогическая проблема. // Сборник научных трудов №40: Изд-во Нац. Академии Гос. приграничный. службы Украины им. Б. Хмельницкого, 2007. - С. 228-231; Леонтьев Д.А. Позитивная психология - повестка дня нового столетия // Психология. Журнал Высшей школы экономики. - 2012. - Т. 9, № 4. - С. 36-58.; Муздыбаев К. Оптимизм и

вопросы органической взаимосвязи деятельности личности с социальными условиями, повышения профессиональной эффективности в результате формирования позитивной мотивации, оптимистической атрибуции и эмоциональной устойчивости личности педагога, когнитивно-оценочные механизмы позитивного мышления, система личной ответственности и социальных отношений, а также социально-психологические механизмы эмоциональных состояний в педагогической деятельности, самосознания, профессиональной адаптации и личностного развития.

В научных исследованиях учёных дальнего зарубежья, проведённых Sh.Amonashvili, A.Bandura, N.M.Vachkov, J.Gilford, D.Goulman, O.S.Grebenyuk, P.Ekman, Yu.N.Kashitsina, D.Kehoe, A.N.Kokun, A.Maslou, L.A.Matsko, Yu.M. Орлов, J.Piaje, N.V.Pil, A.A.Rean, K.R.Rodgers, L.San, T.Sato, M.Seligman, M.N.Sexmistrenko, E.Torrens, K.Fridmutter, Z.Freyd, Sh.P.Sharma, K.Yung, N.Xill, K.Xorni¹⁸ и другими, были научно изучены понятие и сущность позитивного мышления у обучающихся и педагогов, особенности мышления в процессе развития человека, его положительное влияние на состояние здоровья, формирование и развитие позитивного мышления у педагогов, а также роль мышления и бессознательной активности в познавательных процессах. Однако взаимосвязь позитивного мышления у педагогов с оптимизмом и пессимизмом личности, саморазвитием посредством атрибутивных стилей, позитивным мышлением в повседневной жизни, положительным отношением к мировоззрению, стабилизацией личного здоровья, профилактикой профессионального

пессимизм личности. // Социологические исследования. - 2003. - № 12. - С. 87-96.; Сидоренко Ж.В. Позитивное мышление: сущность и история понятия. // Аллея науки. - 2015. - С. 301-308. Рубинштейн С.Л. Основы общей психологии. СПб.: Питер Ком, 1999.

¹⁸ Adler, A. The Individual Psychology of Alfred Adler: A Systematic Presentation in Selections from His Writings. Edited by H. L. Ansbacher and R. R. Ansbacher. New York: Basic Books, 1956; Atkinson, J.W. An Introduction to Motivation. - Princeton, NJ: Van Nostrand, 1964; Bandura, A. Self-efficacy: The exercise of control. New York: Freeman, 1997; Carver, C.S., Scheier, M.F. On the Self-Regulation of Behavior. - Cambridge: Cambridge University Press, 1998; Deci, E.L., Ryan, R.M. Intrinsic Motivation and Self-Determination in Human Behavior. - New York: Springer, 1985; Diener, E. Subjective well-being: The science of happiness and a proposal for a national index // American Psychologist. - 2000. - Vol. 55. - P. 34-43; Frankl, V.E. Man's Search for Meaning. - Boston: Beacon Press, 2006; Fredrickson, B.L. Positivity: Top-Notch Research Reveals the 3-to-1 Ratio That Will Change Your Life. - New York: Three Rivers Press, 2009; Heckhausen, H. Motivation and Action. - Cambridge: Cambridge University Press, 1991; Maslow, A.H. Motivation and Personality. - New York: Harper & Row, 1954; McClelland, D.C. The Achieving Society. - Princeton, NJ: Van Nostrand, 1961; Seligman, M.E.P. Authentic Happiness: Using the New Positive Psychology to Realize Your Potential for Lasting Fulfillment. - New York: Free Press, 2002; Seligman, M.E.P. Learned Optimism: How to Change Your Mind and Your Life. - New York: Knopf, 1991; Орлов, Y.M. Thinking That Brings Health and Success to Educational Staff. // Upbringing and Education, 2001, No. 3-9; Pil, N.V. *New Positive Thinking*. Minsk: Popurri, 2014. 159 p; Sato, T. *Positive Thinking*. St. Petersburg: Vector, 2006. 185 p; Seligman, M. *The New Positive Psychology: A Scientific Perspective on Happiness and the Positive Meaning of Life*. Moscow: Sofia Publishing, 2006. 368 p; Semchenko, P.A. Formation of a Professional in Modern Conditions of Pedagogical Activity. // Perspectives of Science and Education, 2014, No. 2, pp. 124-129; Сидоренко, Zh.V. Positive Thinking: Essence and History of the Concept. // Alley of Science, 2015, pp. 301-308; Sichev, A.A. Manifestation of Optimism-Pessimism in Specialized Training Subjects. // Scientific Problems of Humanities Research, 2008, No. 9(16), pp. 56-61; Hill, N. *Keys to Positive Thinking: 10 Steps to Health, Wealth, and Success*. Moscow: Dilya, 2007. 186 p; Tsekhmistrenko, M.N. Positive Thinking of the Teacher. // School Principal. St. Petersburg: Publishing Firm "Sentyabr," 2020, pp. 106-111; Sharma, S.P. *Achieving Success Through Positive Thinking*. Moscow: Astrel, AST, 2007. 191 p.

выгорания и уровнями развития человеческой деятельности до настоящего времени не была достаточно изучена.

Связь исследования с планом научно-исследовательских работ образовательного учреждения, в котором выполнена диссертация. Диссертационное исследование выполнено в рамках приоритетного направления под названием «Изучение истории психологии, усвоение содержания общей психологии, классификация психологии личности, расширение масштаба психофизиологических исследований, изучение закономерностей медицинской и профессиональной психологии, исследование концептуальных основ социальной психологии, этнопсихологии, возрастной психологии и педагогической психологии» (2021-2024 гг.) плана научно-исследовательских работ Ташкентского государственного педагогического университета.

Цель исследования состоит в комплексном исследовании социально-психологических механизмов позитивного мышления в деятельности педагогов и разработке практических рекомендаций по его развитию.

Задачи исследования:

эмпирическое изучение социально-психологических факторов, влияющих на позитивное мышление в деятельности педагогов;

выявление сравнительного анализа проявления позитивного мышления в деятельности педагогов;

изучение влияния факторов профессионального кризиса и снижения работоспособности в формировании позитивного мышления в деятельности педагогов;

исследование места чувственного выгорания, профессиональной адаптации и позиции оптимизма при формировании позитивного мышления у педагогов;

создание социально-психологических механизмов, направленных на развитие позитивного мышления у педагогов, и разработка практических рекомендаций по оценке его эффективности.

В качестве объекта исследования выбран процесс развития позитивного мышления в деятельности педагогов. В исследовании приняли участие 252 преподавателя профессорско-преподавательского состава ОМПУ имени Низами, Ферганского государственного университета и Каршинского государственного университета, а также 268 учителей общеобразовательных школ № 79, 126, 131, 135 города Ташкента; № 48, 22, 21, 33 Ферганской области; № 15, 2, 34, 38 Кашкадарьинской области. Общая численность респондентов составила 520 человек.

Предмет исследования образуют механизмы развития позитивного мышления в деятельности педагогов.

Методы исследования. В процессе исследования были использованы методы наблюдения и беседы, «Авторский опросник», методика Л.М. Рудиной «Тест атрибутивных стилей», методика С. Петерсона и М. Селигмана «Выявление у личности позиции оптимизма и пессимизма», опросник О.М. Чоросовой и Р.Э. Герасимова «Выявление факторов кризиса

в профессиональном развитии педагога», методика А.Б. Леоновой и С.Б. Величковой «Дифференциальная оценка состояний снижения работоспособности», методика В.В. Бойко «Диагностика эмоционального выгорания», а также методика О.И. Родиной «Оценка профессиональной адаптации». Полученные результаты были подтверждены с использованием статистических критериев Краскела—Уоллиса, Манна—Уитни, Спирмена и Вилкоксона.

Научная новизна исследования:

основываясь на когнитивно-эмоциональную стабильность, стрессоустойчивость, добровольный контроль и динамическое выражение оптимистических атрибутивных способов в профессиональных отношениях, доказано, что социально-психологические особенности преподавателей детерминированы под векторным влиянием интрапсихических ресурсов на уровень позитивного мышления;

выявлено, что оптимистическая когнитивная структура детерминирована путём проявления под влиянием уровня удовлетворённости трудовой деятельностью вследствие того, что активизация уровня позитивного мышления педагогов в качестве фактора, изменяющего семантическую единицу об успехе, монотонность труда, повышает трудовую мотивацию;

выявлено сильное проявление личностной деперсонализации на основе «экзистенциальной фрустрации» вследствие связи эмоционального выгорания, стремления к редукции личных достижений как факторов, психологически препятствующих проявлению позитивного мышления у педагогов, со слабой развитостью таких особенностей, как социальные связи, инициативность и способность контролировать ситуацию;

выявлено, что в результате влияния социально-демографических факторов (возраст, пол, территория, трудовой стаж) на дифференциацию профессионального «Я» уровни проявления позитивного мышления в деятельности педагогов идентивно проявляются в уровне профессиональной адаптации в увязке с восприятием успеха в ракурсе общей активности;

вследствие важности изменения пессимистических когниций к деятельности на оптимистические взгляды с помощью интринсивных мотивов деятельности и личностно-профессиональной идентификации модель развития позитивного мышления у педагогов усовершенствована на основе обеспечения единства мотивационных, когнитивных, творческих, социальных и эмоциональных особенностей в соответствии с конструктом «я успешен».

Практические результаты исследования:

на основе уточнения особенностей развития позитивного мышления у педагогов, форм его проявления и социально-психологических факторов, оказывающих на него влияние, была разработана и апробирована специальная развивающая программа;

создана социально-психологическая модель развития позитивного мышления в деятельности педагогов и внедрена в практику;

на основе выводов, полученных по результатам исследования, разработаны и апробированы социально-психологические механизмы, влияющие на позитивное мышление в деятельности педагогов высших учебных заведений и общеобразовательных школ;

разработаны рекомендации по развитию позитивного мышления для педагогов высших учебных заведений и общеобразовательных школ, а также созданы возможности их применения в практической деятельности.

Достоверность результатов исследования обеспечивается целесообразным отбором объектов исследования, достаточной репрезентативностью респондентов, валидностью используемых методик, анализом полученных эмпирических данных с применением надёжных методов математической статистики, использованием современных электронных программных средств, обработкой результатов с помощью программ «MS Excel» и «SPSS 20.0», внедрением научных идей и выводов в практику, а также тем, что исследования проводились поэтапно, в чётко определённых и плановых этапах, с применением взаимодополняющих методов.

Научная и практическая значимость результатов исследования. Научная значимость результатов исследования определяется тем, что раскрыто содержание и сущность развития позитивного мышления у педагогов и особенностей его проявления, выявлены социально-психологические факторы, оказывающие влияние на педагога, обоснована роль факторов профессионального кризиса и снижения работоспособности в формировании позитивного мышления, а также значение эмоционального выгорания, профессиональной адаптации и позиции оптимизма в его становлении. Кроме того, раскрыты социально-психологические механизмы, направленные на развитие позитивного мышления у педагогов, а полученные результаты способствуют теоретическому обогащению дисциплин «Психология личности» и «Психология профессии».

Практическая значимость результатов исследования заключается в возможности использования полученных экспериментально-эмпирических данных педагогами высших учебных заведений и общеобразовательных школ в целях развития позитивного мышления в своей деятельности. Результаты исследования и выдвинутые идеи способствуют формированию концептуальных теорий, связанных с позитивным мышлением в педагогической профессии, а также могут быть использованы в теоретических обобщениях и аналитических исследованиях при применении методик, направленных на изучение уровня позитивного мышления в деятельности педагогов. Кроме того, материалы исследования могут быть использованы при проведении теоретических и практических занятий по дисциплинам «Основы психологической службы», «Основы психологического тренинга», «Экспериментальная психология».

Внедрение результатов исследования. На основе результатов научного исследования, проведённого по изучению социально-

психологических механизмов позитивного мышления в деятельности педагогов:

научные выводы о выявлении того, что уровень позитивного мышления, когнитивно-эмоциональная стабильность, уровень психологического противодействия стрессу, добровольный контроль и оптимистические атрибутивные способы, проявляющиеся в профессиональных отношениях и интрапсихических ресурсах, на основе социально-психологического состояния преподавателей, являющихся субъектами педагогической деятельности, являются детерминантами, оказывающими влияние на уровень их позитивного мышления, приказом Учебно-научного центра психологии при Национальном педагогическом университете Узбекистана от 19 июня 2025 года № ПМ-383 введены в содержание модуля «Социальная психология» (справка Учебно-научного центра психологии при Национальном педагогическом университете Узбекистана от 16 июня 2025 года № ПМ-383). В результате раскрыты теоретико-методологический анализ исследования позитивного мышления педагогов-психологов, подготавливаемых для сферы образования, и сущность современных понятий. Достигнут качественный рост в сфере значимости формирования ключевых компетенций в профессиональном развитии и повышения уровня профессиональной подготовки позитивно мыслящих педагогов;

научные выводы о доказанности сравнительного анализа развития уровня проявления позитивного мышления в деятельности педагогов в увязке с такими демографическими и профессиональными особенностями, как пол, стаж, организация, территория, социально-психологические факторы, продолжительность профессионального стажа, свойственные гендеру психологические особенности и уровень профессиональной адаптации, приказом Учебно-научного центра психологии при Национальном педагогическом университете Узбекистана от 19 июня 2025 года № ПМ-383 введены в содержание модуля «Психология профессии» (справка Учебно-научного центра психологии при Национальном педагогическом университете Узбекистана от 16 июня 2025 года № ПМ-383). В результате достигнут качественный рост в достижении успеха в профессиональной деятельности всесторонне зрелого педагога, обладающего позитивным характером, в процессе профессионального развития педагога, в сфере повышения уровня подготовки при развитии места и значимости позитивного мышления;

научные результаты о встречающемся при формировании позитивного мышления в деятельности педагогов негативном влиянии факторов профессионального кризиса, эмоциональной усталости, понижения производительности труда, нехватки мотивации, психовегетативных синдромов, негативных атрибутивных способов педагогов, пессимистической когнитивной структуры и состояния профессионального угасания приказом Учебно-научного центра психологии при Национальном педагогическом университете Узбекистана от 19 июня 2025 года № ПМ-383 введены в содержание модуля «Психология личности» (справка Учебно-

научного центра психологии при Национальном педагогическом университете Узбекистана от 16 июня 2025 года № ПМ-383). В результате усовершенствована научно-практическая и методологическая подготовка, необходимые для развития позитивного мышления у психологов и педагогов;

результаты о научной обоснованности наряду с проявлением психологических факторов, непосредственно влияющих на резкое ослабление позитивного мышления у педагогов, как синдрома эмоциональной усталости, чувственного выгорания также профессиональной адаптации и позиции оптимизма как высокого уровня адаптации в педагогической деятельности, о доказанности существования возможности развития этих факторов, основываясь на корреляционную связь между позитивными когнитивно-эмоциональными способами, позицией оптимизма и позитивным мышлением, приказом Учебно-научного центра психологии при Национальном педагогическом университете Узбекистана от 19 июня 2025 года № ПМ-383 введены в содержание модуля «Психология профессии» (справка Учебно-научного центра психологии при Национальном педагогическом университете Узбекистана от 16 июня 2025 года № ПМ-383). В результате усовершенствована научно-практическая и методологическая подготовка когнитивно-эмоциональных способов, позиции оптимизма и позитивного мышления, которые необходимы для развития позитивного мышления у психологов и педагогов;

модуль «Позитивная психология», созданный в составе психодиагностического комплекса, и психотехнологии социально-психологического тренинга развития позитивного мышления в деятельности педагогов, направленные на развитие определённых знаний, навыков и умений, активное психологическое развитие, социальный опыт, личностную идентификацию, интенсивное развитие, подготовку к самостоятельной профессиональной жизни, осознание личностного мотива и потребностей, принятие всех сторон своей личности, позитивное гармоничного развития, повышение психологического просветительства и компетентности, развитие позитивного мышления на основе эффективности механизмов, направленных на развитие позитивного мышления педагогов в результате формирования новых социально-психологических механизмов и тренингов, путём разработки методик на основе социально-психологических механизмов, направленных на развитие позитивного мышления у педагогов приказом Учебно-научного центра психологии при Национальном педагогическом университете Узбекистана от 19 июня 2025 года № ПМ-383 введены в содержание модуля «Основы психологического тренинга» (справка Учебно-научного центра психологии при Национальном педагогическом университете Узбекистана от 16 июня 2025 года № ПМ-383). В результате это создаёт положительное отношение педагогов в некоторых проблемных ситуациях, поддерживает активные формы саморазвития, развивает открытое и человеческое отношение в межличностных отношениях, а также формирует позитивные отношения в

поведении слушателей и к окружающим вследствие позитивного подхода к образованию.

Апробация результатов исследования. Результаты исследования обсуждены на 5-ти международных и 12-ти республиканских научно-практических конференциях.

Опубликованность результатов исследования. Основные результаты исследования опубликованы 19 научных работ, из них 12 статей в научных изданиях, рекомендованных Высшей аттестационной комиссией Республики Узбекистан для публикации основных научных результатов диссертаций, в том числе 10 статей изданы в республиканских журналах и 2 статьи - в зарубежных журналах.

Структура и объем диссертации. Диссертационная работа состоит из введения, четырёх глав, выводов по ним, общего заключения, списка использованной литературы и приложений. Общий объём работы составляет 234 страницы.

ОСНОВНОЕ СОДЕРЖАНИЕ ДИССЕРТАЦИИ

Во «**Введении**» диссертационного исследования обоснованы актуальность и необходимость темы, а также соответствие исследования приоритетным направлениям развития науки и технологий республики; раскрыта его взаимосвязь с планами научно-исследовательских работ, осуществляемых в рамках деятельности педагогов высших учебных заведений и общеобразовательных школ, на базе которых выполнена диссертация; сформулированы цель и задачи исследования, определены объект и предмет, а также методы исследования; изложены научная новизна и практические результаты исследования, обоснована достоверность полученных данных; раскрыта их теоретическая и практическая значимость; представлена информация о внедрении и апробации результатов исследования. Кроме того, приведены сведения об опубликованных работах и объёме диссертации. Вместе с тем освещены вопросы, связанные с профессиональной деятельностью педагогов, их профессиональным развитием, позитивным мышлением личности и оптимистическим восприятием мира в исследованиях зарубежных учёных. В современных зарубежных психологических исследованиях представляется целесообразным привести ряд определений понятия позитивного мышления у педагогов, предложенных учёными-психологами. Так, по мнению М.Селигман, позитивное мышление представляет собой когнитивный процесс, выражающийся в склонности личности к позитивной интерпретации событий и ситуаций, формировании атрибутивного стиля, ориентированного на успех, а также в повышении психологической устойчивости. Учёный особо подчёркивает роль позитивных атрибуций в способности педагога противостоять стрессу, укреплении профессиональной мотивации и эмоционального благополучия.

С точки зрения А.Бандура, позитивное мышление рассматривается как процесс, развивающийся на основе уверенности личности в успешном

выполнении собственной деятельности и усвоения позитивных когнитивных моделей из социальной среды. По его мнению, уверенность педагога в себе является важным психологическим фактором при решении сложных задач в учебном процессе, выборе адаптивных стратегий и способности быстро приспосабливаться к стрессовым ситуациям.

К.Роджерс интерпретирует позитивное мышление как психологическое состояние, связанное с принятием себя, активизацией внутреннего позитивного потенциала и стремлением к искреннему взаимодействию с окружающими. По его мнению, формирование у педагогов позитивного отношения к собственному «Я» способствует укреплению их профессионального благополучия и эмоциональной устойчивости.

Согласно авторскому подходу, под «позитивным мышлением у педагогов» понимается процесс, направленный на повышение уверенности личности в успешном осуществлении собственной деятельности, саморазвитие на основе позитивных когнитивных стратегий, усвоенных из социальной среды, формирование позитивного отношения к событиям и ситуациям, связанным с профессиональной деятельностью, обеспечение психологической устойчивости, адекватную оценку стрессовых факторов и повышение стрессоустойчивости, достижение профессиональной эффективности, а также развитие позитивного отношения к собственной личности.

В исследованиях учёных Узбекистана уделено внимание освещению вопросов, связанных с научным изучением данной проблемы. Вместе с тем понятие позитивного мышления у педагогов, являющееся основным предметом исследования, было системно проанализировано в табличной форме и на этой основе разработано авторское определение.

В первой главе диссертации «Теоретико-методологический анализ изучения позитивного мышления педагогов в психологии» проведён анализ опыта исследования проблемы социально-психологических механизмов позитивного мышления в деятельности педагогов с опорой на труды зарубежных и российских учёных-психологов. В частности, в основной части данной главы рассмотрены исследования Т.Ю. Артюховой, И.В. Вачкова, Л.С. Выготского, Т.О. Гордеевой, Т.Г. Гурулёвой, М.С. Замышляевой, В.Ф. Калошина, И.А. Карповой, Ю.Н. Кашицыной, Н.Б. Куклиной, Л.В. Левицкой, А.Н. Леонтьева, Г.Н. Мешко, К. Муздыбаева, Ж.В. Сидеренко, Т.Н. Слободян, С.Л. Рубинштейна, А.Ю. Свияша, О.В. Шевчишен, И.А. Зимней¹⁹ и других авторов, в которых исследуются вопросы

¹⁹ Артюхова Т.Ю. Роль и значение позитивного мышления в жизнедеятельности человека. // Проблемы теории и практики современной психологии. Всероссийской (с международным участием) научно-практической конференции. 2016.-С. 143-145., Вачков И.В. Основы технологии группового тренинга: Учебное пособие. - М.: Ос-89, 2003. - 224 с., Гордеева Т.О. Позитивное мышление как фактор учебных достижений старшеклассников. // Вопросы психологии. - 2010. - С. 24-33. Гурулева Т.Г. Значение формирования позитивного мышления с целью улучшения физического здоровья. // Научный альманах. Учредители: ООО «Консалтинговая компания Юком». - Тамбов: 2020. - С. 58-60, Замышляева М.С. Оптимизм и пессимизм в совладающем поведении в юношеском возрасте. // Воспитание в контексте междисциплинарного подхода. - 2005. - № 5. - С. 183-190.; Карпова И.А. Концепт «позитивное мышление» в американском языковом сознании: понятийная, образная и ценностная составляющие. // Сборник материалов научной сессии по

органической взаимосвязи деятельности личности с социальными условиями, повышения профессиональной эффективности педагога на основе позитивной мотивации, оптимистической атрибуции и эмоциональной устойчивости, когнитивно-оценочные механизмы позитивного мышления, система личной ответственности и социальных отношений, эмоциональные состояния в педагогической деятельности, самосознание, профессиональная адаптация и социально-психологические механизмы личностного развития.

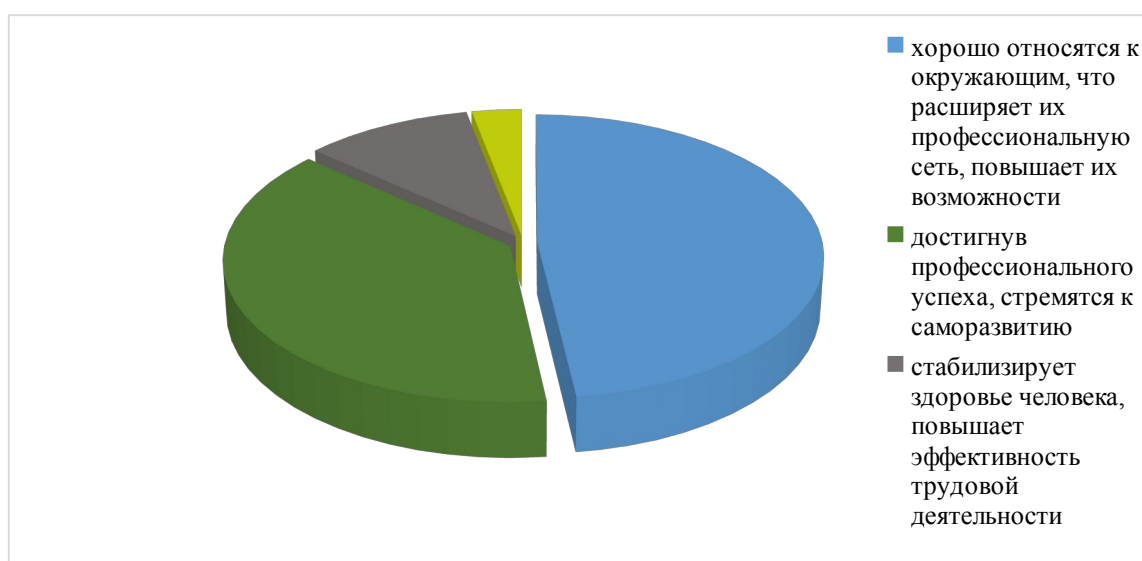
В трудах учёных дальнего зарубежья — Ш. Амонашвили, А. Бандуры, Н. М. Вачкова, Дж. Гилфорда, Д. Гоулмана, О. С. Гребенюка, П. Экмана, Ю. Н. Кашицыной, Д. Кихо, А. Н. Кокуна, А. Маслоу, Л. А. Мацко, Ю. М. Орлова, Ж. Пиаже, Н. В. Пила, А. А. Реана, К. Р. Роджерса, Л. Сана, Т. Сато, М. Селигмана, М. Н. Сехмистренко, Э. Торренса, К. Фридмуттера, З. Фрейда, Ш. П. Шармы, К. Юнга, Н. Хилла и других с научно-теоретических позиций проанализированы понятие и сущность позитивного мышления у педагогов и обучающихся, его положительное влияние на различные сферы жизнедеятельности молодёжи, формирование саногенных чувств у молодых педагогов, роль оптимизма в позитивном мышлении, принципы позитивного мышления, когнитивные установки, обеспечение устойчивого здоровья и позитивного саморазвития личности, индивидуальные и эмоциональные характеристики позитивного мышления, мотивация достижения успеха, а также процессы личностного и профессионального самосознания в контексте развития позитивного мышления у педагогов. Анализ и обобщение изученной научной литературы и источников позволяют сделать вывод о том, что позитивное мышление играет значимую роль в процессе профессионального развития педагога. Данный процесс носит целостный и динамический характер и охватывает совокупность факторов, связанных с личностными изменениями и развитием субъекта, успешность которых во многом определяет эффективность педагогической деятельности и результативность образовательного процесса.

По исследуемой проблеме в научных изысканиях представителей психологической и педагогической науки Узбекистана — Б.С. Абдуллаевой, Р.А. Абдурасулова, Н.Б. Атабаевой, А.А. Бекназарова, М.Г. Давлетшина, С.Х. Джалиловой, С.Н. Жураевой, Г.Т. Джумаевой, Г.Н. Ибрагимовой, В.М. Каримовой, З.К. Курбаниязовой, М.Б. Матназаровой, Н.Р. Мелибаевой, М.Т.

итогам выполнения научно-исследовательской работы на факультете иностранных языков Московского педагогического государственного университета за 2008-2009 год. - М.: Изд-во Прометей, 2009. - С. 48-51; Калошин В.Ф. Основы позитивного мышления в образовательной деятельности. Учебное пособие. - М.: 2005. - 252 с., Кашицына Ю.Н. Позитивное мышление в системе социальных и профессиональных отношений. // Геопатогенные зоны и здоровье подрастающего поколения. - Уфа: РИЦ Баш-ГУ, 2014. - С. 122-129.; Левицкая Л.В. Развитие саногенных чувств учащейся молодёжи как психолого-педагогическая проблема. // Сборник научных трудов №40: Изд-во Нац. Академии Гос. приграничный. службы Украины им. Б. Хмельницкого, 2007. - С. 228-231; Леонтев Д.А. Позитивная психология - повестка дня нового столетия // Психология. Журнал Высшей школы экономики. - 2012. - Т. 9, № 4. - С. 36-58.; Муздыбаев К. Оптимизм и пессимизм личности. // Социологические исследования. - 2003. - № 12. - С. 87-96.; Сидоренко Ж.В. Позитивное мышление: сущность и история понятия. // Аллея науки. - 2015. - С. 301-308. Рубинштейн С.Л. Основы общей психологии. СПб.: Питер Ком, 1999.

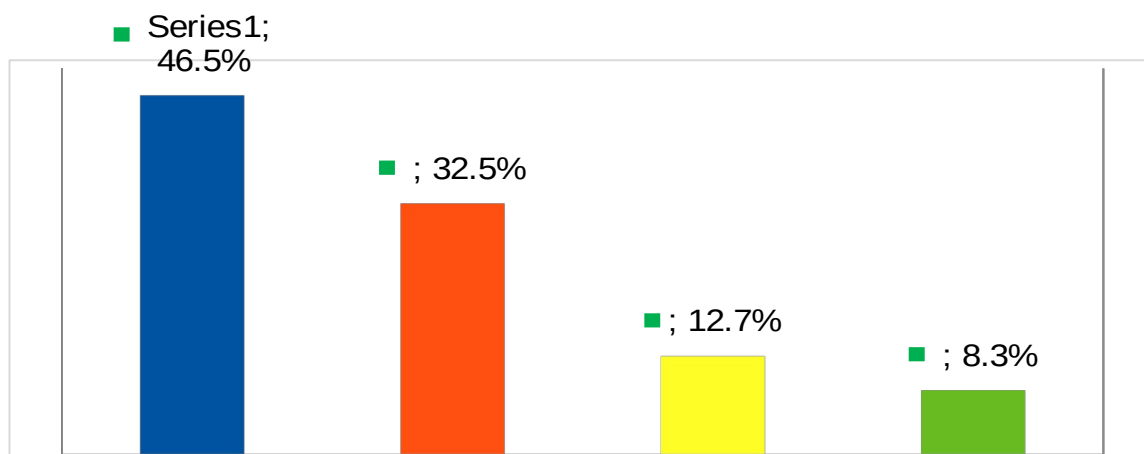
Мирсолиевой, З.Т. Нишановой, Н.С. Сафаева, Р.З. Суннатовой, Х.А. Тиллашайховой, Ш.Р. Уракова, Х.Шарафутдинов, С.Ш.Шоимова, П.С. Эргашева, Х.А. Юлбарсовой, О.А. Куисынова, Э.Г. Гозиева — изучены виды и качества мышления, самостоятельное мышление, а также динамика самостоятельного творческого мышления. В большинстве современных научно-исследовательских работ вопросы профессиональной подготовки к современной педагогической деятельности, формирования и развития психологических особенностей взаимоотношений между педагогом и обучающимся, мотивации учебно-научной деятельности учителей, роли ценностей в формировании мотивации, развития альтруистических мотивов, повышения стрессоустойчивости, формирования креативных способностей и психологического благополучия обучающихся на основе интерактивных методов и технологий обучения, а также внедрения инновационных образовательных технологий в учебно-воспитательный процесс рассматриваются во взаимосвязанном аспекте педагогико-психологических характеристик.

Вторая глава диссертация названа **«Эмпирическое изучение проявления позитивного мышления у педагогов высшего образования и школы»**, в ней приведены полученные в исследовании результаты, которые, несомненно, обеспечивают определённую ясность по рассматриваемым вопросам. Вместе с тем, с учётом высокого социально-психологического соответствия изучаемого феномена при выявлении подхода, основанного на дальнейшем уточнении эффективного процесса для развития позитивного мышления педагогов в условиях Узбекистана, по нашему мнению, обращено внимание на обоснование эмпирического раскрытия теоретически выявленных особенностей положительного мышления. Для этого организован и проведён специально подготовленный авторский социально-психологический опросник.



**Рисунок 1. Ответы респондентов на вопрос «Имеется ли влияние
Вашего позитивного мышления на Ваше профессиональное развитие?»
(n=520)**

На основе вышеперечисленных показателей, с целью определения значимости влияния позитивного мышления на профессиональное развитие педагогов, из представленных на рисунке 1 результатов вопроса «Оказывает ли Ваше позитивное мышление влияние на Ваше профессиональное развитие?» нам стало известно, что большинство испытуемых высказали свое мнение, при этом 38,3% испытуемых дали ответ - «достигнув профессионального успеха, стремятся к саморазвитию», 48,1% - «хорошо относятся к окружающим, что расширяет их профессиональную сеть, повышает их возможности», 10,5% - «стабилизирует здоровье человека, повышает эффективность трудовой деятельности», 3,1% - «позитивное мышление важно не только для профессионального, но и для личностного развития».



**Рисунок 2. Ответы респондентов на вопрос «Имеется ли влияние
негативного мышления педагогов на личностное развитие?» (n=520)**

Из результатов можем видеть, что представленные на рисунке 2 показатели используются с целью определения влияния негативного мышления педагогов на их личную деятельность педагогов путём получения ответа на вопрос «Как влияет негативное мышление педагогов на личную деятельность?». При этом 12,7% испытуемых дали ответ - «находятся в постоянном подавленном настроении», 46,5% - «оказывают отрицательное воздействие на себя и окружающих», 32,5% - «создают серьезную опасность для своего здоровья», 8,3% респондентов выразили личное отношение.

Выявлены различия по региону, организации, стажу и полу проявления атрибутивных методов, позиции оптимизма в позитивном мышлении у педагогов.

Таблица 1.

**Различия в особенностях позитивного мышления у педагогов
высших учебных заведений и общеобразовательных школ в**

зависимости от трудового стажа по методике Л. Рудиной «Тест атрибутивных стилей» (n = 520, критерий Краскела—Уоллиса)

Атрибутивных методы	Стаж	n	Среднее значение рангов	H	p
Время неудач	1–5 лет	150	339,13	63,385	p≤0,001
	5–15 лет	130	235,42		
	15–25 лет	128	226,45		
	Более 25 лет	112	223,37		
Время успехов	1–5 лет	150	258,89	32,169	p≤0,001
	5–15 лет	130	229,71		
	15–25 лет	128	314,09		
	Более 25 лет	112	226,30		
Масштаб неудач	1–5 лет	150	231,15	15,014	p≤0,01
	5–15 лет	130	298,66		
	15–25 лет	128	255,85		
	Более 25 лет	112	260,84		

Согласно результатам, представленным в *Таблице 1*, при сравнительном анализе показателей по параметру «Время неудачи» в разрезе трудового стажа были выявлены статистически значимые различия ($H = 63,385$; $p \leq 0,001$). Педагоги со стажем от 1 до 5 лет показали более высокий уровень по времени неудач, что говорит о том, что им еще нужно больше работать, чтобы адаптироваться к новым условиям работы и стремиться стать опытными педагогами. Учителя со стажем 5–15 лет имеют относительно низкий уровень по времени неудач, что обусловлено тем, что они столкнулись с различными социальными и профессиональными стрессами и в той или иной степени их преодолели. Уровень неудач у педагогов со стажем 15–25 и 25 лет и более отличался существенно более низким показателем. По результатам исследования было отмечено, что причиной этого является то, что они нашли свою профессиональную идентичность, осознали, что неудачи не постоянны, найдя стабильное решение для борьбы с неудачами и стрессом.

Значимые различия наблюдались между результатами по фактору «Время успеха» ($H=32,169$; $p\leq0,001$). Педагоги со стажем работы от 1 до 5 лет продемонстрировали более высокий уровень позитивного мышления, чем педагоги со стажем от 5 до 15 лет, что свидетельствует о том, что они имеют высокую мотивацию и энергию для своей работы, хорошо адаптируются к работе, продолжают усердно работать в качестве новых педагогов. Педагоги со стажем работы 5–15 лет продемонстрировали относительно низкий уровень позитивного мышления, в этот период педагоги, освоив свою деятельность, могут чаще сталкиваться со стрессом и испытывать некоторые трудности. Педагоги с 15–25-летним стажем продемонстрировали более высокий уровень позитивного мышления, чем те, у кого стаж составил 1–5 и 5–15 лет, а это показывает, что у педагогов с таким стажем наблюдалось достижение ими более ощутимых успехов в

своей работе, то, что они вернули себе уверенность в своей профессии и стали более успешными в применении педагогических подходов. Исследование показало, что уровень позитивного мышления оказался еще ниже у педагогов со стажем работы 25 лет и более, при этом такие факторы, как эмоциональное истощение, снижение трудоспособности, явились причиной сокращения времени достижения ими успеха в профессиональных подходах и рабочих процессах.

Между результатами по фактору «масштаб неудач» наблюдались значимые различия ($H=15,014$; $p \leq 0,01$). Педагоги со стажем работы от 1 до 5 лет имеют более низкий уровень масштаба неудач, чем педагоги с другим стажем, что объясняется их неполной адаптацией к новой профессиональной среде, неспособностью серьезно воспринимать проблемы и высокой мотивацией. Педагоги со стажем работы 5–15 лет имеют самое высокое значение уровня масштаба неудач, что можно назвать периодом профессионального кризиса, когда они начинают больше внимания уделять проблемам в карьере и личной жизни. Уровень масштаба неудач среди педагогов с 15–25-летним стажем снизился, что объясняется тем, что учителя с большим стажем работы накопили определенный опыт в своей профессии и развили в себе способность справляться с трудностями. Результаты исследования показали, что распространенность масштаба неудач несколько выше среди педагогов со стажем 25 лет и более, что обусловлено эмоциональным истощением, снижением трудоспособности и мотивации, а также трудностями адаптации к новым методам и новым информационным педагогическим изменениям.

Значимых различий между результатами по фактору «масштаб успеха» не наблюдалось ($H=3,712$; $p > 0,05$). По результатам фактора «я удачлив» значимых различий не наблюдалось ($H=6,342$; $p > 0,05$). Между результатами, полученными по фактору «неприятные события» значимых различий не наблюдалось ($H=8,725$; $p > 0,05$). Значимых различий между результатами по фактору «подходящие события» не наблюдалось ($H=2,482$; $p > 0,05$). Значимых различий между результатами по фактору «окончательный результат» не наблюдалось ($H=2,031$; $p > 0,05$).

На основании вышеприведенных показателей можно утверждать, что наблюдаются значимые различия позитивного мышления в разрезе атрибутивных методов и стажа работы у педагогов со стажем 1-5 лет, 5-15 лет, 15-25 лет и 25 лет и более. в том числе, существенно отличались друг от друга такие аспекты, как «Время неудач», «Время успеха», «Масштаб неудач».

Таблица 2.

Корреляционные связи между общими показателями методик Л.М. Рудиной «Тест атрибутивных стилей» и О.М. Чоросовой, Р.Э. Герасимова «Факторы кризиса профессионального развития» (n=520, по критерию Спирмена)

Атрибутивные методы	Факторы кризиса в профессиональном развитии			
	Отсутствие перспективного фактора	Фактор ориентированности на новое, цели развиваться	Фактор самоконтроля	Фактор достижения цели
Время успеха	-0,125**	0,191**	0,189**	0,230**
Масштаб успеха	0.019	0.063	0,088	0,135**
Я - неудачник	-0.079	0,178**	0,137**	0,166**

Третья глава диссертации названа «**Факторы, влияющие на позитивного мышления в деятельности педагогов**», в ней приведён механизм, разработанный на основе обобщения и трактовки психодиагностических данных по полученным методикам, данный механизм дал возможность изучения состояния развития положительного мышления педагогов. Выборочное эмпирическое исследование с целью изучения развития компонентного состава позитивного мышления в деятельности педагогов осуществлено с помощью психодиагностического комплекса, состоящего из нижеследующих методик: методика Л.М.Рудиной «Тест атрибутивных стилей» (ТАС), опросник О.М.Чоросова и Р.Е.Герасимова «Выявление факторов кризиса в профессиональном развитии преподавателя», методика А.В.Леоновой и С.В.Величковской «Дифференциальная оценка состояний снижения трудоспособности» (ДОРС), методика С.Петерсона и М.Селигмана «Выявление у личности позиции оптимизма и пессимизма». Корреляционный анализ психодиагностических данных, полученных по критерию Спирмена, позволил выявить несколько статистически значимые положительные связи.

Изучение корреляционных связей между атрибутивными стилями и факторами кризиса профессионального развития на основе общего, т.е. охватывающего всех участников, исследования, результата выявил следующее: показатель «Время успеха» в рамках атрибутивной метода отрицательно коррелировал с фактором «Отсутствие перспективного фактора», который считается фактором кризиса профессионального развития ($r=-0,125$; $p<0,01$), фактор «Ориентация на новое» ($r=0,191$; $p<0,01$) положительно коррелировал с «Фактором самоконтроля» ($r=0,189$; $p<0,01$) и «Фактором достижения цели» ($r=0,230$; $p<0,01$). Этот результат, по нашему мнению, свидетельствует о том, что шкала «Время успеха», отражающая стабильность позитивных событий, отрицательно коррелирует с отсутствием фактора перспективы. Педагоги, воспринимающие успех как стабильное событие, реже подвержены кризисным ситуациям, связанным с отсутствием перспектив.

Представленные в третьей таблице данные отражают взаимосвязи методики «Дифференциальная оценка состояний снижения работоспособности», разработанной А.Б.Леоновой и С.Б.Величковской, со шкалами теста атрибутивных методов. Эти корреляции, освещая сложные психологические взаимосвязи, показывают, что шкала «Время неудач» имеет статистически значимые положительные корреляции со всеми показателями снижения работоспособности, а именно - с индексом монотонности ($r=0,136$; $p<0,01$), индексом насыщения ($r=0,221$; $p<0,01$) и индексом стресса ($r=0,168$; $p<0,01$). По нашему мнению, это означает, что преподаватели, которые воспринимают причины личных неудач и проблем как постоянные, испытывают больше монотонности, насыщенности и стресса в процессе работы.

Такие преподаватели воспринимают неудачи как постоянное явление и быстро впадают в состояние психологической усталости и эмоционального насыщения. Шкала «Время успеха» имеет статистически значимую положительную корреляцию только с индексом монотонности ($r=0,142$; $p<0,01$), что свидетельствует о том, что преподаватели, которые интерпретируют события позитивно, также могут испытывать монотонность в процессе работы. С другой стороны, шкала времени успеха статистически не коррелировала со значениями индексов насыщенности и стресса, а это показывает, что преподаватели, которые были последовательны в объяснении хороших событий, испытывали меньше насыщения и стресса. Шкала «Масштаб успеха» выявила статистически значимые положительные корреляции с индексом монотонности ($r=0,203$; $p<0,01$), что свидетельствует о том, что учителя, которые широко интерпретируют хорошие события, также могут испытывать монотонность.

Таблица 3.

Корреляционные связи между общими показателями методик Л.М. Рудиной «Тест атрибутивных стилей» и А.Б. Леоновой, С.Б. Величковской «Состояния снижения работоспособности»
($n=520$, по критерию Спирмена)

Атрибутивные методы	Состояния снижения работоспособности		
	Индекс монотонности	Индекс насыщенности	Индекс стресса
Время неудач	0,136**	0,221**	0,168**
Время успеха	0,142**	0.083	0.049
Масштаб успеха	0,203**	-0.055	-0.04

Однако, шкала «Масштаб успеха» статистически значимо не коррелировала с индексами насыщенности и стресса, что свидетельствует о

том, что преподаватели, которые оптимистично реагировали на позитивные события, испытывали меньше эмоциональной насыщенности и стресса.

В таблице 4 представлены корреляционные связи между шкалами теста атрибутивных методов и показателями чувственного выгорания по методике В.В.Бойко. Полученные результаты показывают, что вероятность попадания преподавателя в состояние чувственного выгорания зависит от их атрибутивных методов. Шкала «Время неудач» имеет статистически значимую положительную корреляцию с показателями «Безвыходные ситуации» ($r=0,236$; $p<0,01$), «Чувственный дефицит» ($r=0,156$; $p<0,01$) и «Личностная разлука» ($r=0,145$; $p<0,01$). Это означает, что преподаватели, которые видят причины своих неудач и проблем как постоянные, с большей вероятностью столкнутся с бездействием, чувственной бедностью и личным отчуждением. Преподаватели, склонные к неудачам, чаще испытывают состояние «Безвыходные ситуации», связанное с ощущением невозможности выхода из психотравмирующих ситуаций. Также, у них чаще проявляются такие признаки эмоционального выгорания, как чувственная отстранённость от профессиональной деятельности и личностная отстранённость.

Шкала «Время успеха» не имеет статистически значимых корреляций со шкалами чувственного выгорания, что свидетельствует о том, что преподаватели, которые последовательны в объяснении хороших событий, менее подвержены синдрому чувственного выгорания. Шкала «Масштаб успеха» имеет статистически значимую отрицательную корреляцию с показателем «Безвыходные ситуации» ($r=-0,154$; $p<0,01$).

Таблица 4.

Корреляционные связи между общими показателями методик Л.М. Рудиной «Тест атрибутивных стилей» и В.В. Бойко «Диагностика эмоционального выгорания» (n=520, по критерию Спирмена)

Атрибутивные методы	Показатели эмоционального выгорания			
	Безвыходные ситуации	Сокращение профессиональных задач	Чувственные недостатки	Личностное отторжение (деперсонализация)
Время неудач	0,236**	-0.023	0,156**	0,145**
Время успеха	0.034	0.006	-0.013	0.047
Масштаб успеха	-0,154**	0.084	0,086	0.005
Я - неудачник	-0.038	0,185**	0.007	-0.027

Полученные результаты показывают, что преподаватели, интерпретирующие хорошие события в широком смысле, реже испытывают чувство «Безвыходные ситуации». Шкала «Я - неудачник» имеет статистически значимую положительную корреляцию только с показателем

«Сокращение профессиональных задач» ($r=0,185$; $p<0,01$). Это означает, что преподаватели, испытывающие чувство вины за неудачи, чаще склонны сокращать объём своих профессиональных задач. Это показывает, что учителя пытаются снизить эмоционально напряжённые задачи путём обвинения себя в неудачах.

Анализ таблицы 5 показывает важные корреляционные связи между атрибутивными методами и профессиональной адаптацией, что позволяет понять важные аспекты психологической адаптации в педагогической деятельности. Шкала «Время неудач», измеряющая склонность человека воспринимать причины своих неудач как постоянные, имеет положительные корреляции с рядом проблем адаптации, а именно - с эмоциональными изменениями ($r=0,155$; $p\leq 0,01$) и соматовегетативными заболеваниями ($r=0,190$; $p\leq 0,01$). Эти корреляции показывают, что когда преподаватели воспринимают неудачи как постоянные и неизменные, то у них чаще возникают изменения настроения, снижение работоспособности и проблемы с физическим здоровьем. Полученные результаты согласуются с теорией М.Селигмана, которая предполагает, что пессимистический метод атрибуции, рассматривающий неудачи как постоянные, может привести к нарушениям в различных психологических и физиологических сферах.

Таблица 5.

Корреляционные связи между общими показателями методик Л.М. Рудиной «Тест атрибутивных стилей» и О.И. Родиной «Показатели профессиональной адаптации» ($n=520$, по критерию Спирмена)

Атрибутивные методы	Показатели профессиональной адаптации					
	Чувственные изменения	Понижение общей активности	Соматовегетативные заболевания	Нарушение периода просыпания	Особенности социального взаимодействия	Понижение мотивации к деятельности
Время неудач	0,155**	0,107*	0,190**	-0.035	-0.003	0.006
Время успеха	0.074	-0,171**	-0.066	-0,106*	-0.065	-0.016
Я - неудачник	0.01	-0,091*	-0,195**	-0,102*	-0,144**	-0,146**

Шкала «Время успеха», т.е. способ интерпретации хороших событий как постоянных, имеет отрицательную корреляцию с такими проблемами адаптации, как снижение общей активности ($r=-0,171$; $p\leq 0,01$) и нарушение цикла сон-бодрствование ($r=-0,106$; $p\leq 0,05$). Это означает, что когда преподаватели воспринимают достижения и позитивные события как постоянные и стабильные, их общий уровень активности будет выше, а качество сна — лучше. Это говорит о том, что оптимистичный метод атрибуции оказывает положительное влияние на общий уровень энергии и процессы физиологического восстановления, которые считаются важными

факторами профессиональной адаптации. Результаты шкалы «Я - неудачник» представляют особый интерес, поскольку эта шкала измеряет персонализацию отрицательных событий, то есть принятие собственной вины за неудачи. Данная шкала имеет отрицательную, но достоверную корреляцию с такими показателями проблем адаптации, как особенности социального взаимодействия ($r=-0,144$; $p\leq 0,01$) и снижение мотивации к деятельности ($r=-0,146$; $p\leq 0,01$). В контексте педагогической деятельности это означает, что преподаватели, которые связывают свои неудачи с личными особенностями или действиями, будут меньше сталкиваться с трудностями в эффективном общении с коллегами и учащимися. Эти корреляции показывают, что атрибутивные методы занимают важное место в профессиональной адаптации преподавателей. Особенно, принятие успеха как постоянных и положительных событий, а также принятие некоторой степени личной ответственности за неудачи может улучшить адаптивные способности. Таким образом, полученные результаты подчеркивают необходимость разработки и внедрения психологической помощи, направленной на коррекцию атрибутивных методов педагогов, что может привести к улучшению психологического и физиологического здоровья, а также повышению педагогической эффективности.





Рисунок 3. Модель позитивного мышления у педагогов

Для оценки эффективности модели в нашем исследовании на основе системно-целостного подхода предлагается структура развития позитивного мышления педагогов, включающая следующие взаимосвязанные механизмы:



Рисунок 4. Механизмы развития позитивного мышления у педагогов

Следовательно, основная концептуальная идея нашей исследовательской работы позволяет достичь успеха в когнитивной, мотивационной, эмоциональной, социальной, волевой и инновационной сферах позитивного мышления педагогов высшей образования и школы, а также добиться профессионального роста за счет позитивного влияния на межличностные отношения. Опираясь на системно-целостной подход в нашем исследовании нами предлагается «Структура развития позитивного мышления педагогов», которая включает следующие взаимосвязанные механизмы: 1) Когнитивный: формирует рациональное мышление, позитивные стратегии решения проблем, а также мировоззрение, уровень оптимизма и пессимизма преподавателей, их способности решения проблем. 2) Эмоциональный: играет эффективную роль в повышении уровня

психической устойчивости, стрессоустойчивости, позитивных впечатлений и личного благополучия. 3) Мотивационный: с формирует стремление к совершенству, постановке социальных целей и профессиональной мотивации, уверенность в себе и позитивное отношение к трудовой деятельности. 4) Социальный: служит сотрудничеству, социальной поддержке, положительному взаимодействию с коллегами и учащимися, а также повышению системы социальной поддержки. 5) Творческий и инновационный: такие подходы позволяют мыслить по-новому, находить нестандартные решения проблем, продвигать и внедрять в практику новые идеи, а также развивать навыки сотрудничества и социальной поддержки.

Четвёртая глава диссертации названа «**Социально-психологические пути развития позитивного мышления у педагогов**», в ней охвачены вопросы роли психологических тренингов в развитии позитивного мышления у педагогов и составных компонентов позитивного мышления в условиях развивающего эксперимента. В данной главе разработана развивающая программа для педагогов, которая внедрена в процесс опытно-экспериментальных работ. Основной целью разработки определено развитие позитивного мышления у педагогов. Исходя из цели, сформированы следующие основные задачи: выявление оптимизма атрибутивными методами; выявление у личности позиции оптимизма и пессимизма; развитие мотивации успеха; развитие полной осведомлённости об особенностях позитивного мышления у педагогов; содействие осознанию личностных индивидуально-психологических особенностей педагогов и другие.

Таблица 6.

Показатели проявления атрибутивных стилей позитивного мышления у педагогов под воздействием развивающего эксперимента по методике Л.М. Рудиной «Тест атрибутивных стилей» (n=64, по критерию Вилкоксона)

Компоненты самоактивации	Респонденты	Экспериментальная группа (=16; =16)		Значение W	Контрольная группа (=16; =16)		Значение Z
		Отрицательные ранги	Положительные ранги		Отрицательные ранги	Положительные ранги	
Масштаб неудач	Учителя школ	11,64	12,40	-1,66	13,42	12,50	-1,39
	Педагоги ВОУ	16,44	11,95	-4,41**	12,24	12,27	-0,55
Масштаб успеха	Учителя школ	17,68	20,14	-2,31*	15,31	16,89	0,39
	Педагоги ВОУ	18,48	17,14	0,35	14,57	15,33	-0,61
Я - неудачник	Учителя школ	13,44	12,20	-0,48	4,95	6,52	-0,86

	Педагоги ВОУ	18,86	13,62	-4,68**	13,75	14,27	-0,56
Men - omadli	Учителя школ	9,60	13,50	-4,52**	12,74	13,29	-1,01
	Педагоги ВОУ	15,00	16,60	0,63	13,45	14,20	-0,55

Примечание: * $p \leq 0,05$; ** $p \leq 0,01$ (– численность учителей школ, – численность педагогов высших образовательных учреждений).

Программа социально-психологического развития рассчитана на четыре недели (максимум по два занятия в неделю). Рекомендуемый размер группы тренинга – 12–14 педагогов. Основу разработанного социально-психологического тренинга составляют восемь специальных занятий продолжительностью 120 минут каждое. С целью исследования эффективности разработанной программы социально-психологического тренинга развивающей программы, направленной на развитие позитивного мышления педагогов, проведена повторная проверка, организовано и проведено экспериментальное исследование. В исследовании приняли участие 64 педагога высших образовательных учреждений и общеобразовательных школ. В соответствии с этим проведен анализ полученных эмпирических данных.

На основании представленных ниже результатов теста Вилкоксона в экспериментальной и контрольной группах (таблица 6) проведено тестирование личности по методике «Тест атрибутивных методов» Л.М.Рудиной с описанием причин успехов и неудач. В качестве когнитивного механизма личность оценивает собственную атрибуцию через внутренние и внешние факторы. Среди экспериментальной группы «Педагоги школ» отмечены значимые различия по параметрам развивающего тренинга по шкале «Масштаб успеха» ($W=2,31$; $p \leq 0,05$). Данный результат можно интерпретировать таким образом, что после проведения развивающего тренинга наблюдался резкий рост успеваемости школьных учителей. Это изменение не случайно, из этого можно понять, что у школьных учителей возросла способность принимать успех, то есть они стали видеть больше позитивных возможностей в своей жизни и профессиональной деятельности, мы считаем, что эти учителя теперь более оптимистично оценивают свои успехи и возможности, чем раньше, и это связано с эффективным воздействием наших развивающих занятий. Контрольная группа – это группа педагогов, которые не подвергались развивающему эксперименту, и ($Z=-0,39$; $p > 0,05$) масштаб успеха существенно не изменился, что, по нашему мнению, связано с тем, что развивающий эксперимент среди них не проводился.

Развивающие занятия по теме «Я - удачлив» усилились в экспериментальной группе – значимые различия выявлены среди школьных педагогов ($W=-4,52$; $p \leq 0,01$). Шкала «Я - успешен» связана с уверенностью человека в себе, его стремлением к успеху и тем, как он оценивает свои будущие возможности, что связано с такими факторами, как социально-

психологическая устойчивость, мотивация, условия труда, уровень профессиональной усталости и самосознание. Из этого мы можем понять, что развивающие занятия оказали очень сильное влияние на школьных учителей, которые ощутили значительные положительные изменения в уровне своей удачливости. Контрольная группа – это группа преподавателей, не подвергавшихся развивающему эксперименту. У учителей школ не наблюдалось статистически значимых изменений в негативных и позитивных ($Z=-1,01$; $p>0,05$) рангах, а также по шкале «Я - удачлив» в существенной степени изменений нет, по нашему мнению, это следствие того, что развивающий эксперимент с ними не проводился.

После проведения развивающей программы по атрибутивным методам позитивного мышления педагогов высших образовательных учреждений по шкале «Масштаб неудач» в экспериментальной группе выявлены значимые различия ($W=-4,41$; $p<0,01$). Этот результат можно интерпретировать таким образом, что по результатам экспериментальной группы педагогов высших образовательных учреждений, где проводились психологические тренинги, мы видим, что масштаб неудач в существенной степени сузился, мы можем видеть, что после развивающих занятий наблюдается состояние спада и это статистически достоверно. Из этого можем понять, что развивающий эксперимент оказал эффективное воздействие на педагогов высших образовательных учреждений, в результате чего, вместо того чтобы обобщать неудачу, как раньше, у них развились более узкая оценка с такими особенностями, как умение находить правильные решения проблем, выражение устойчивого мнения в стрессовых ситуациях, замена негативных мыслей позитивными утверждениями, удовлетворённость собой и принятие других такими, какие они есть. По результатам тренинга внутренняя успешность педагогов высшей школы возросла, то есть они в полной мере ощутили, что неудачи не являются постоянными, а носят временный и преходящий характер, эффективно влияя на процесс обучения. В результате этих изменений у преподавателей повысился уровень позитивного мышления и мотивации, поскольку появилась возможность правильно интерпретировать тот факт, что хотя определенные трудности и существуют, они не определяют всю профессиональную деятельность преподавателя. Контрольная группа – группа педагогов, не подвергавшихся воздействию развивающего эксперимента. У педагогов вуза не выявлено значимых изменений в негативных и позитивных показателях ($Z=-0,55$; $p>0,05$), масштаб неудач в существенной степени не изменился, а это мы связываем с тем, что развивающий эксперимент среди них не проводился.

Выявлены значимые различия между экспериментальной группой и педагогами высших образовательных учреждений по показателю развивающего тренинга по шкале «Я - неудачник» ($W=-4,68$; $p\leq 0,01$). Данный результат можно интерпретировать тем, что до начала развивающих занятий у преподавателей данного высшего образовательного учреждения наблюдалась высокая неудачливость. Причина этого в том, что

преподаватели высшего образовательного учреждения оценивали себя как индивидуальные личности, не достигшие успеха, что было обусловлено профессиональной средой, академическим давлением, то есть влиянием непрерывной занятостью развитием науки и научными изысканиями, научными публикациями, диссертациями, грантами, существованием требований к наличию научных знаний, требованиями по знанию иностранных языков, высоких знаний в области инновационной системы и наличием возрастающих требований к этому. Все эти давления усиливают у педагога чувство личной несостоятельности. Трудности в работе со студентами: студенты становятся более независимыми и критически мыслящими, в то время как преподаватели, в результате постоянной оценки качества предоставляемых ими знаний, развивают профессиональную идентификацию и сравнивают себя с другими: успех в научной сфере оценивается субъективно: люди сравнивают себя с более высокопоставленными учеными или педагогами, что приводит к низкой самооценке. Выше показатель по шкале «Я - неудачник» среди педагогов высших образовательных учреждений был относительно выше, чем среди школьных учителей, но в результате развивающих мер оказано более эффективное воздействие на педагогов высших образовательных учреждений по шкале «Я - неудачник». Контрольная группа – это педагоги, которых не подверглись влиянию развивающего эксперимента ($Z=-0,56$; $p>0,05$), по шкале «Я - неудачник» по рангам существенных изменений не произошло, это подтверждает, что если развивающей эксперимент не проведён, то метод интерпретации неудачи остается неизменным.

В результатах развивающего эксперимента по уровню оптимизма школьных учителей (таблица 7) выявлены значимые различия в показателе оптимизма учителей ($W=-4,60$; $p\leq 0,01$). Из этого можно сделать вывод, что проведенные в экспериментальной группе учителей школы развивающие занятия дали эффективные результаты, в том числе: наблюдались положительные изменения в профессиональной эффективности за счет повышения уровня оптимизма в педагогической деятельности, умения позитивно подходить к жизненным ситуациям, психологической устойчивости, повышения стрессоустойчивости за счет правильной оценки стресса. В ходе развивающего эксперимента преподаватели обучались приемам обучения перехода от негативного мышления к позитивному мышлению, направлялись на конструктивную оценку проблем через правильные стратегии подхода к проблемным ситуациям. В результате повышения навыков проявления оптимизма с помощью упражнений по уверенности в себе за счет когнитивных изменений у преподавателей повысился уровень оптимизма. Контрольная группа – это педагоги, не подвергшиеся воздействию развивающего эксперимента. Несмотря на значительное повышение показателя учителей школ ($Z=-1,95$; $p>0,05$), статистически значимых различий не выявлено. Это подтверждает, что

метод интерпретации оптимизма останется неизменным, если с ними не проводить развивающий эксперимент.

Таблица 7.

Показатели проявления оптимизма в позитивном мышлении у педагогов общеобразовательных школ и высших учебных заведений под воздействием развивающего эксперимента по методике Л. М. Рудиной «Тест атрибутивных стилей» (n=64, по критерию Вилкоксона)

Позиция оптимизма у личности	Респонденты	Экспериментальная группа (=16; =16)		Значение W	Контрольная группа (=16; =16)		Значение Z
		Отрицательные ранги	Положительные ранги		Отрицательные ранги	Положительные ранги	
Оптимизм	Учителя школ	9,90	13,64	-4,60**	9,18	9,46	-1,95
	Педагоги ВОУ	10,10	15,64	-5,06**	10,20	11,30	-0,84

Примечание: * $p \leq 0,05$; ** $p \leq 0,01$ (– численность учителей школ, – численность педагогов высших образовательных учреждений).

По результатам развивающего эксперимента по изучению уровня оптимизма педагогов высших образовательных учреждений выявлены значимые различия по индексу оптимизма преподавателей ($W = -5,06$; $p \leq 0,01$). Этот показатель еще раз показал, что педагоги высших образовательных учреждений настроены более оптимистично, чем школьные учителя. Уверенность педагогов в своих силах напрямую повлияла на их мотивацию и результаты, в ходе эксперимента у педагогов повысилась уверенность в своих силах, что привело к повышению их оптимизма. Оптимистичные педагоги положительно подходят к решению проблем и стрессоустойчивы. Мы считаем, что специальные занятия для преподавателей высших образовательных учреждений, снижая стресс, помогает развивать оптимистичное мышление. Контрольная группа – это группа педагогов, с которыми не проводился развивающий эксперимент, хотя численность педагогов высшего образования существенно увеличилась, однако, статистически значимых различий не выявлено ($Z = -0,84$; $p > 0,05$). Это положение подтверждает, что метод интерпретации оптимизма останется неизменным, если с педагогами не будет проведён развивающий эксперимент.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

На основе научных исследований, направленных на изучение социально-психологических механизмов развития позитивного мышления в

деятельности педагогов, стало возможным сформулировать следующие выводы:

1. В мировой психологии показано, что формирование позитивного мышления в деятельности педагогов находится в тесной взаимосвязи с профессиональной эффективностью и качеством образования. Развитие позитивного мышления у педагога исследуется через такие психологические факторы, как стрессоустойчивость в профессиональной деятельности, удовлетворённость трудом, эмоциональная устойчивость, профессиональный кризис и эмоциональное выгорание, снижение работоспособности, социально-психологический климат и оптимизм.

2. Доказано, что социально-психологические особенности педагогов в профессиональных взаимоотношениях детерминированы векторным влиянием внутриличностных ресурсов на уровень позитивного мышления, основанным на динамическом проявлении когнитивно-эмоциональной устойчивости, стрессоустойчивости, произвольного самоконтроля и оптимистических атрибутивных стилей.

3. Установлено, что уровень позитивного мышления у педагогов определяется проявлением оптимистической когнитивной структуры под влиянием удовлетворённости трудовой деятельностью, поскольку активизация семантической единицы успеха и преодоление профессиональной монотонности способствуют повышению трудовой мотивации.

4. Обосновано, что факторами, выступающими психологическими барьерами в проявлении позитивного мышления у педагогов, являются эмоциональное истощение и стремление к редукции личных достижений, что связано с недостаточным развитием социальных связей, инициативности и способности контролировать ситуацию, вследствие чего личностная деперсонализация ярко проявляется на основе экзистенциальной фрустрации.

5. Доказано, что уровни проявления позитивного мышления в деятельности педагогов идентично отражаются в степени профессиональной адаптации, обусловленной влиянием социально-демографических факторов (возраст, пол, регион, трудовой стаж) на дифференциацию профессионального «Я» и восприятие успеха в ракурсе общей активности.

6. Установлено, что модель развития позитивного мышления у педагогов определяется обеспечением единства мотивационно-когнитивных, творческих, социальных и эмоциональных характеристик на основе конструкта «я успешен», что обусловлено трансформацией пессимистических когниций в оптимистические взгляды посредством внутренних мотивов деятельности и личностно-профессиональной идентификации.

На основе результатов проведённого научно-практического исследования **разработаны социально-психологические и организационно-**

методические рекомендации, направленные на развитие и укрепление позитивного мышления в профессиональной деятельности педагогов.

1. С целью оптимизации деятельности психологической службы в образовательных организациях необходимо проводить мониторинг индивидуального психологического состояния педагогов и систематизировать работы по психологической профилактике, направленные на развитие позитивного мышления.

2. С целью внедрения для педагогов специального тренинга и развивающих программ целесообразно интегрировать тренинговые модули в курсы повышения квалификации, проводить периодические семинары по развитию положительных атрибутивных методов, повышению психологического иммунитета против стресса и укреплению работоспособности педагогов.

3. Необходимо разработать психологические меры, мотивационные дни, циклы положительного общения, направленные на создание здоровой социально-психологической среды в образовательных учреждениях в процессе формирования положительной среды в деятельности педагогов, а также организационно-социальную политику, обеспечивающую взаимную поддержку, стимулирование, социальную среду и психическую устойчивость.

4. Необходимо проводить постоянные научные исследования по циклу поддержки практических исследований и научной деятельности, среди педагогов по таким темам, как психологическое оздоровление, понижение профессионального стресса, укрепление эмоциональной устойчивости.

5. С целью совершенствования нормативно-правовых и методических основ системы образования ввести в государственные образовательные стандарты и критерии оценки деятельности педагогов элементы позитивной психологии, в результате будет достигнуто повышение целого ряда положительной эффективности в образовании в рамках отношения педагогов к себе, образованию.

**ONE TIME COUNCIL MEETING OF ACADEMIC AWARD SCIENTIFIC
COUNCIL PhD03/30.12.2021.P.26.02 AT NATIONAL PEDAGOGICAL
UNIVERSITY OF UZBEKISTAN**

NATIONAL PEDAGOGICAL UNIVERSITY OF UZBEKISTAN

SATTAROVA SHAHNOZAHON KUCHKAROVNA

**SOCIAL AND PSYCHOLOGICAL MECHANISMS OF POSITIVE
THINKING IN THE ACTIVITIES OF TEACHERS**

19.00.05 – Social psychology. Ethnopsychology

**SUMMARY
OF DSC IN PSYCHOLOGY THESIS**

Tashkent – 2026

Subject of present DSc in psychology thesis is registered with the Higher Certification Commission under the Ministry of Higher Education, Science and Innovations of the Republic of Uzbekistan with reference number B.2025.2.PhD/P196.

Thesis is prepared in National Pedagogical University of Uzbekistan.

Thesis summary is prepared in three languages (Uzbek, Russian, English (brief)) and uploaded to website of Scientific Council (www.tdpu.uz) and «ZiyoNet» information-education portal (www.ziynet.uz).

Research Advisor:

Official opponents:

Umarov Bahriddin Mingboevich
Doctor of Psychology, professor

Melibaeva Roza Nasirovna
Doctor of Psychology, professor

Shoyimova Shobista Sanakulovna
Doctor of Psychology, professor

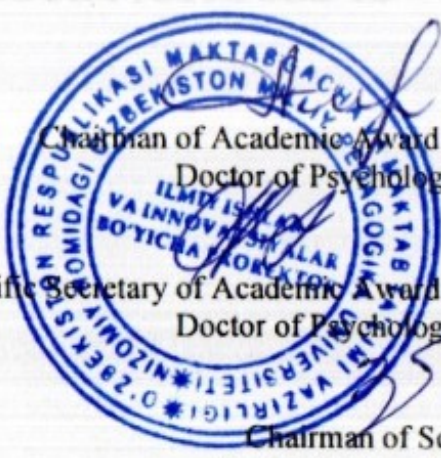
External reviewer:

Ferghana State University

Thesis defense will be taking place on 23.01 2026 at 16:00 pm at meeting of Academic Award Scientific Council Ref: PhD.03/30.12.2021.P.26.02 at National Pedagogical University of Uzbekistan named after Nizami (address: 100185, Tashkent, Chilanzar district, Bunyodkor street, 27. Tel: (+99871) 255-80-86; fax: (+99871) 276-76-51; e-mail: tdpu_kengash@edu.uz). Administration building of National Pedagogical University of Uzbekistan, 2nd floor, 4th meeting hall.

Thesis is available for review (reference number 2358) at information-resource center of National Pedagogical University of Uzbekistan named after Nizami (address: 100185, Tashkent, Chilanzar district, Bunyodkor street, 27. Tel: (+99871) 255-80-86; fax: (+99871) 276-76-51

Thesis summary is issued on 10 01 2026.
(issue reference number 358 10 01 2026)



F.A. Akramova
Chairman of Academic Award Scientific Council
Doctor of Psychology (DSc), professor

N.B. Atabaeva
Scientific Secretary of Academic Award Scientific Council
Doctor of Psychology (DSc), professor

Z.T. Nishanova
Chairman of Scientific seminar at
Academic Award Scientific Council
Doctor of Psychology, professor

INTRODUCTION (Annotation to DSc thesis)

Research objective is a comprehensive study of the socio-psychological mechanisms of positive thinking in the activities of teachers and the development of practical recommendations for its development.

Research object. The process of developing positive thinking in the activities of teachers was chosen as the object of research. The study involved 252 professors and teachers of the National Pedagogical University of Uzbekistan, Ferghana State University and Karshi State University, as well as 268 students of schools in the city of Tashkent, Ferghana region and Kashkadarya region. The total number of respondents is 520 people.

Research subject is formed by the mechanisms for the development of positive thinking in the activities of teachers.

Scientific novelty of research is as follows:

Based on cognitive-emotional stability, stress resistance, voluntary control and dynamic expression of optimistic attributive methods in professional relationships, it has been proven that the socio-psychological characteristics of teachers are determined under the vector influence of intrapsychic resources on the level of positive thinking;

It was revealed that the optimistic cognitive structure is determined by manifesting itself under the influence of the level of satisfaction with labor activity due to the fact that the activation of the level of positive thinking of teachers as a factor that changes the semantic unit of success, the monotony of labor increases labor motivation;

A strong expression of personal depersonalization based on "existential frustration" was revealed due to the connection of emotional burnout, the desire to reduce personal achievements as factors that psychologically impede the manifestation of positive thinking among teachers, with the underdevelopment of such features as social ties, initiative and ability to control the situation;

It was revealed that as a result of the influence of socio-demographic factors (age, gender, territory, work experience) on the differentiation of professional "I," the levels of manifestation of positive thinking in the activities of teachers are identically manifested in the level of professional adaptation in conjunction with the perception of success in terms of general activity;

Due to the importance of changing pessimistic cognitions to activities to optimistic views using intrinary motives of activity and personal and professional identification, the model for the development of positive thinking in teachers has been improved based on ensuring the unity of motivational, cognitive, creative, social and emotional features in accordance with the construct "I am successful."

Implementation of research results. Following results were revealed based on the results of a scientific study conducted to study the socio-psychological mechanisms of positive thinking in the activities of teachers:

Scientific conclusions on the identification that the level of positive thinking, cognitive-emotional stability, the level of psychological resistance to stress, voluntary control and optimistic attributive methods manifested in professional

relationships and intrapsychic resources, based on the socio-psychological state of teachers who are subjects of pedagogical activity, are determinants influencing the level of their positive thinking, by order of the Educational and Scientific Center of Psychology at the National Pedagogical University of Uzbekistan from 19 June 2025 No. PC-383 introduced into the content of the module "Social Psychology" (certificate of the Educational and Scientific Center of Psychology at the National Pedagogical University of Uzbekistan dated 16 June 2025 No. PC-383). As a result, theoretical and methodological analysis of the study of positive thinking of educational psychologists trained for the field of education and the essence of modern concepts are disclosed. Qualitative growth has been achieved in the field of the importance of the formation of key competencies in professional development and increasing the level of professional training of positively thinking teachers;

Scientific conclusions on the evidence of a comparative analysis of the development of the level of manifestation of positive thinking in the activities of teachers in conjunction with such demographic and professional characteristics as gender, experience, organization, territory, socio-psychological factors, duration of professional experience, psychological characteristics characteristic of gender and the level of professional adaptation, by order of the Educational and Scientific Center of Psychology at the National Pedagogical University of Uzbekistan dated 19 June 2025 No. PC-383 introduced into the content of the module "Psychology of the profession" (certificate of the Educational and Scientific Center of Psychology at the National Pedagogical University of Uzbekistan dated 16 June 2025 No. PC-383). As a result, qualitative growth was achieved in achieving success in the professional activities of a comprehensively mature teacher with a positive character, in the process of professional development of the teacher, in the field of increasing the level of training while developing the place and importance of positive thinking;

Scientific results on the negative influence of factors of professional crisis, emotional fatigue, decreased labor productivity, lack of motivation, psycho-vegetative syndromes, negative attributive ways of teachers, pessimistic cognitive structure and the state of professional extinction encountered in the formation of positive thinking in the activities of teachers by order of the Educational and Scientific Center of Psychology at the National Pedagogical University of Uzbekistan from 19 June 2025 No. PC-383 introduced into the content of the module "Personality Psychology" (certificate of the Educational and Scientific Center of Psychology at the National Pedagogical University of Uzbekistan dated 16 June 2025 No. PC-383). As a result, the scientific, practical and methodological training necessary for the development of positive thinking among psychologists and teachers has been improved;

The results on scientific validity along with the expression of psychological factors that directly affect the sharp weakening of positive thinking in teachers, as a syndrome of emotional fatigue, sensory burnout as well as professional adaptation and a position of optimism as a high level of adaptation in pedagogical activity, on the evidence of the existence of the possibility of the development of

these factors, based on the correlation between positive cognitive-emotional methods, position of optimism and positive thinking, by order of the Educational and Scientific Center of Psychology at the National Pedagogical University of Uzbekistan dated 19 June 2025 No. PC-383 introduced into the content of the module "Psychology of the profession" (certificate of the Educational and Scientific Center of Psychology at the National Pedagogical University of Uzbekistan dated 16 June 2025 No. PC-383). As a result, scientific, practical and methodological training of cognitive-emotional ways, positions of optimism and positive thinking, which are necessary for the development of positive thinking among psychologists and teachers, has been improved;

The module of "Positive psychology," created as part of a psychodiagnostic complex, and psychotechnology of social and psychological training for the development of positive thinking in the activities of teachers, aimed at the development of certain knowledge, skills and abilities, active psychological development, social experience, personal identification, intensive development, preparation for an independent professional life, awareness of personal motive and needs, acceptance of all aspects of one's personality, positive harmonious development, increasing psychological enlightenment and competence, developing positive thinking based on the effectiveness of mechanisms, aimed at developing positive thinking of teachers as a result of the formation of new socio-psychological mechanisms and trainings, by developing methods based on socio-psychological mechanisms aimed at developing positive thinking among teachers by order of the Educational and Scientific Center of Psychology at the National Pedagogical University of Uzbekistan dated 19 June 2025 No. PC-383 were introduced into the content of the module "Fundamentals of psychological training" (certificate of the Educational and Scientific Center of Psychology at the National Pedagogical University of Uzbekistan dated 16 June 2025 No. PC-383). As a result, this creates a positive attitude of teachers in some problematic situations, supports active forms of self-development, develops an open and human attitude in interpersonal relationships, and also forms positive attitudes in the behavior of listeners and to others due to a positive approach to education.

Evaluation of study results. The results of the scientific research were discussed in 5 international and 12 republican scientific and practical conferences.

Publishing of dissertation results. 19 academic papers were issued on the main outcomes of this dissertation, including 12 articles published in scientific editions recommended by the Higher Attestation Commission of the Republic of Uzbekistan for publishing the results of scientific researches, with 10 articles in republican science magazines and 2 articles in international science magazines.

Structure and volume of thesis. The thesis consists of introduction, four chapters, conclusions on them, general conclusion and recommendations, reference list and annexes. Content of dissertation consists of 234 pages.

ЭЪЛОН ҚИЛИНГАН ИШЛАР РЎЙХАТИ
LIST OF PUBLISHED WORKS
СПИСОК ОПУБЛИКОВАННЫХ РАБОТ

I бўлим (I часть; I part)

1. Sattarova Sh.Q. Zamonaviy pedagoglarda pozitiv tafakkur xususiyatlari // Monografiya. ISBN 978-9910-580-09-3 2025.-134 b.
2. Sattarova Sh.Q. Socio-psycological issues of positive thinking in pedagogues activities. // Вестник интегративной психологии. ISBN 978-5-9527-02-16-5. - Россия, 2024. – №1. – С. 294-297. (19.00.00. №2)
3. Sattarova Sh.Q. Pozitive thinking in educators as a factor of wellbeing, health, and professional success. // Вестник интегративной психологии. ISBN ISBN 978-5-9527-02-16-5. - Россия, 2025. – №1. – С. 313-317. (19.00.00. №2)
4. Sattarova Sh.Q. Ta’limda pedagoglar pozitiv fikrlashiga ta’sir etish omillarining psixologik asoslari. // ISBN 218-6833(E) Pedagogik mahorat.- Buxoro, 2024. – №3. – B. 96-100 (19.00.00. №2).
5. Sattarova Sh.Q. Zamonaviy ta’limda pozitiv fikrlash va pedagoglar kayfiyatiga ta’sir etish omillarining psixologik asoslari // ISBN 3030-3095.- Buxoro, 2024.-№8.-B.108-111. (19.00.00. №2).
6. Sattarova Sh.Q. Pedagoglar faoliyatida pozitiv fikrlashning ilmiy-nazariy asoslari // Markaziy osiyoda jamiyat, gender va oila ilmiy jurnal. ISSN 2181-9998. -Toshkent, 2024.-№4 B. 55-58.
7. Sattarova Sh.Q. Pedagoglarda pozitiv fikrlashning nazariy metodologik tahlili // Ta’lim va innovatsion tadqiqotlar. ISSN 2181-1717. -Toshkent, 2025, №1/ B. 495-499
8. Sattarova Sh.Q. Pedagoglarning kasbiy faoliyatida optimistik va pessimistik xususiyatlari axamiyati // Ta’limda istiqbolli izlanishlar. ISSN 3060-527 X. - Buxoro, 2025, №1/ B. 64-68
9. Sattarova Sh.Q. Oliy ta’lim va maktab pedagoglarida pozitiv fikrlashda optimizm va pessimizm pozitsiyasi tafovutlarining namoyon bo’lishi // Ta’limda istiqbolli izlanishlar-xalqaro ilmiy metodik jurnal. ISSN:3060-527X. - Buxoro, 2025. №5/ B.203. www.fanistiqbollari.uz.
10. Sattarova Sh.Q. Pedagoglarda pozitiv fikrlashni rivojlantirishning o’ziga xos xususiytalari // TDPU Ilmiy axborotlari.-Toshkent, 2025, №4/ B.640-650. (19.00.00. №15)
11. Sattarova Sh.Q. Pedagoglarda ijobiy fikr shakllanishida optimizmning namoyon bo’lishi // Maktabgacha va maktab ta’limi. ISSN 3060-4613. - Toshkent, 2025, № 6/ B.90-94.
12. Sattarova Sh.Q. Ta’limda pozitiv fikrlash va pedagoglar faoliyatiga ta’sir etish omillarining psixologik asoslari // Maktabgacha va maktab ta’limi. ISSN 3060-4613. - Toshkent, 2025, № 7/ B.760-763.
13. Sattarova Sh.Q. Pedagoglarda pozitiv fikrlash, optimistik va pessimistik tushunchani o’rganishning nazariy asoslari // Zamonaviy shaxs rivojlanishining psixologik xususiyatlari. Xalqaro ilmiy konferensiya - Toshkent, 2024, B.91-96.

14. Саттарова.Ш.К. Особенности проявления оптимизма и пессимизма в деятельности педагогов // Психология в центральной азии: пути и перспективы развития - Астана 28.05.2025. ISBN 978-601-08-51-94-8 С.

15. Sattarova Sh.Q. Pedagoglar faoliyatida pozitiv fikrlashning psixologik asoslari // O'zgaruvchan dunyoda psixologiya fani: muammolar, yechimlar, xalqaro tajribalar" mavzusidagi xalqaro ilmiy-amaliy anjuman to'plami - Farg'ona, 2025-yil 15-16-may, B. 402-407.

16. Sattarova Sh.Q. Pedagoglarda pozitiv fikrlashning nazariy-metodologik tahlili // "Zamonaviy ta'lim va tarbiya tendensiyalarida pedagogika va psixologiya fanlarining strategiyasi va yondashuvlari" respublika ilmiy-amaliy konferensiya // -Namangan, 2025-yil 21-22 aprel №4/ B. 669-671.

17. Sattarova Sh.Q. Zamonaviy pedagoglarda ijobiy fikr rivijlanishida optimizmning namoyon bo'lishi // Uzluksiz ta'limda aniq fanlarni o'qitishga oid zamonaviy yondashuvlar va innovatsiyalar" mavzusidagi respublika ilmiy-amaliy konferensiya. GDPI30-31 may 2025 yil, B. 411-416.

II bo'lim (II часть ; II part)

18. Sattarova Sh.Q. Development of positive thinking at students ages and factors of affecting positive thinking for future pedagogues // Web of Scientists and Scholars: Journal of Multidisciplinary Research // webofjournals.com/index.php/12 Volume 2, Issue 2, February, 2024. – P. 99-103.

19. Sattarova Sh.Q. Pedagoglarda pozitiv fikrlashni o'rganishning ilmiy-nazariy asoslari// Maktabgacha va maktab ta'limi. ISSN 3060-4613. - Toshkent, 2024.– , №7. – B. 62-66

20. Sattarova Sh.Q. Psychological basis of positive thinking in teachers' activities // Innovatsion pedagogika va psixologiya. - Toshkent, 2024. №4. – B. 80-90.

Avtoreferat O‘zMPU – Ilmiy axborotlari ilmiy nazariy jurnali
tahririyatida 2026-yil 5-yanvarda tahrirdan o‘tkazildi.

Bosishga ruxsat etildi: 06.01.2026-yil
Bichimi 60x84 1/16, «Times New Roman»
garniturada raqamli bosma usulida bosildi.
Nashriyot bosma tabog‘i 3.0. Adadi: 100. Buyurtma: № 40
Bahosi kelishuv asosida

Nizomiy nomidagi O‘zbekiston milliy pedagogika
universiteti bosmaxonasida chop etildi.
Manzil: Toshkent shahar, Chilonzor tumani,
Bunyodkor ko‘chasi, 27-uy.