

**МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ
РЕСПУБЛИКИ ТАДЖИКИСТАН
ТАДЖИКСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ
УНИВЕРСИТЕТ ИМЕНИ САДРИДДИНА АЙНИ**

УДК: 151.8+159.9

ББК: 88+88.5

К– 93

На правах рукописи

КУРБОНОВ НУЪМОН ХОЛМАТОВИЧ

**СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ
СОХРАНЕНИЯ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО ЗДОРОВЬЯ
ПЕДАГОГОВ СРЕДНИХ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ
УЧРЕЖДЕНИЙ ТАДЖИКИСТАНА**

Специальность 19.00.05 – социальная психология
(психологические науки)

А В Т О Р Е Ф Е Р А Т

на соискание ученой степени кандидата
психологических наук

Душанбе – 2024

Диссертация выполнена на общеуниверситетской кафедре психологии факультета психологии Таджикского государственного педагогического университета им. С. Айни

Научный руководитель: **Юнусова Н.М.** – доктор педагогических наук, профессор общеуниверситетской кафедры педагогики Таджикского национального университета

Официальные оппоненты: **Каримова Ирина Холовна** – доктор педагогических наук, профессор, академик Академии образования Таджикистана

Рахимова Индира Игорьевна – доктор философии (Phd) по психологическим наукам университета «University of Business and Science» в г. Ташкент Республики Узбекистан и.о. профессора кафедры языков и гуманитарных наук

Ведущая организация: Таджикский международный университет иностранных языков имени Сотима Улугзаде

Защита состоится 28 декабря 2024 года в 11:00 часов на заседании диссертационного совета 6D.КОА–066 при Таджикском национальном университете, по адресу: 734025, г. Душанбе, пр. Рудаки, 17.

С диссертацией можно ознакомиться в научной библиотеке Таджикского национального университета (734025, г. Душанбе, пр. Рудаки, 17) и на официальном сайте Таджикского национального университета (www.tnu.tj).

Автореферат разослан «___» _____ 2024 г.

Ученый секретарь
диссертационного совета,
кандидат психологических наук, доцент



Сафарова З. Р.

ВВЕДЕНИЕ

Актуальность исследования. На фоне стремительного развития современных информационно–коммуникационных технологий во всех сферах жизни человека и общества у людей появились новые возможности, стали формироваться новые способности и позиции, которые модифицировали механизмы их мыслительной деятельности. В свою очередь, эти механизмы обусловили возникновение в человеке и социуме физическую, эмоциональную, психологическую и интеллектуальную напряженность и неустойчивость.

В результате развития всех этих процессов общественное внимание особенно привлекла проблема образования. В этой сфере, как известно, ключевую роль играет педагог и, естественно, от его психологического здоровья зависит реализация целей образования, а в перспективе и благополучие общества. Поэтому для расширения нашего понимания проблем, определяющих благополучие учителей, необходимо глубоко и комплексно проанализировать контекст деятельности учителей средних общеобразовательных учреждений. Отсюда актуальное значение имеет исследования социально–психологического климата средних общеобразовательных учреждений, который, так или иначе, влияет на формирование эмоциональной, интеллектуальной и психофизиологической характеристики учителей. Актуальность же исследования психологического здоровья педагога подтверждается и значимостью изучения проблем, касающихся личности учителя. И первое, и второе имеют большое значение для психологической теории и практической деятельности психолога.

Важнейшей в рамках нашего исследования является проблема текучести кадров. Для того чтобы учителя не уходили из своей профессии, государство использовало раньше разные формы стимулирования. Применяется эта форма и сегодня. Но нельзя не отметить того факта, что на современном этапе развития начального и среднего образования эта проблема значительно обострилась. Особенно это касается обеспечения психологического здоровья учителя, социального статуса, пропаганды того, что профессия учителя в целом востребована и государством, и обществом. Сегодня необходим переход современных средних общеобразовательных учреждений на личностно–ориентированную политику организации образования, и в своем исследовании мы рассматриваем возможности и условия реализации этого процесса в современном Таджикистане. Для воплощения этой политики в жизнь следует глубоко проанализировать, что может способствовать её реализации, а что прямо является разработкой практических рекомендаций, направленных на сохранение психологического здоровья педагогов, работающих в условиях эмоционально–личностных перегрузок. Сложность проблем, поставленных в нашем исследовании, усугубляется тем, что работам по психологии, вышедших или защищённых в нашей стране, проблеме психологического здоровья, предложенном нами в контексте, до настоящего времени, не было уделено внимания, и эмпирический материал по нервно–психическим перегрузкам педагогов отсутствует.

Степень научной разработанности проблемы исследования. В современной науке сформировались комплексные предпосылки, которые необходимы для достижения определенного результата по проблеме психологического здоровья учителей. Их можно разделить на следующие группы:

– работы, в которых затрагиваются вопросы здоровья вообще и психологического здоровья или благополучия в общем плане. В них психологический аспект проблемы здоровья, по сравнению с медицинским, социологическим, философским и другими аспектами, рассматривается более подробно. Эти аспекты вопроса нашли отражение в психолого–педагогических исследованиях Ф. Абуда, Н.М. Амосова, И.А. Баевой, И.И. Брехмана, А.В. Брушлинского, О.С. Васильевой, В.В. Ветровой, И.Н. Гурвича, А. Маслоу,

В.И. Медведева, К. Роджерса, В.М. Розина, Г. Селье, Н.К. Смирнова, О.В. Хухлаевой и др.¹;

– научные исследования, в которых анализируется и обосновывается вопрос о здоровьесберегающей и здоровьесозидающей деятельности обучающихся в среде среднего общеобразовательного учреждения, где косвенно затрагивается и проблема психологического здоровья учителей. Это труды Л.А. Акимовой, М.М. Безруких, Р. Бэрона, Д.И. Давиденко, Г.Г. Демирчоглян, Е.Е. Дмитриевой, Э.М. Казина, Л.А. Китаев–Смыка, В.В. Кудряшовой, А.Г. Маджуги, Д. Мацумото, Дж. Мак–Каллоу, И.П. Павлова, Э.М. Рутман, Е.Т. Соколовой, А.В. Шувалова, В.А. Ясвина и др.²;

– научные труды, в которых феномен «психологическое здоровье» рассматривается как одна из основных ценностей системы образования, позволяющих создать хороший образовательный климат для формирования личности. Об этом пишут в своих научных работах В.А. Ананьев, Л.М. Абилина, Р. Бернс, О.Ю. Елькиной, Е.А. Климова, В. И. Лебедев, В.П. Петленко, А. Эллис³ и др.;

¹ Aboud, F.E., & Prado, E.L. (2018). Measuring the implementation of early childhood development programs. *Annals of the New York Academy of Science*, 1419, 249–263; Амосов Н.М. Природа человека / Н.М. Амосов. Киев: Наукова Думка, 1983; Баева И.А. Психологическая безопасность в образовании / И.А. Баева. – СПб.: «Союз», 2002; Брехман, И.И. Валеология – наука о здоровье / И. И. Брехман. – М.: Физкультура и спорт, 1990; Брушлинский А.В. Проблемы психологии субъекта / А.В. Брушлинский. – М.: Институт психологии РАН, 1994; Васильева О.С. Психология здоровья человека: эталоны, представления, установки / О. С. Васильева, Ф.Р. Филатов.– М.: Академия, 2001; Ветрова, В.В. Уроки психологического здоровья / В.В. Ветрова. М.: Рос. пед. агенство, 2000; Гурвич, И.Н. Социальная психология здоровья: учебник / И.Н. Гурвич. – СПб.: Питер, 2002; Маслоу, А. Дальние пределы человеческой психики Текст. / А. Маслоу. – СПб.: Евразия, 1997; Он же: Психология бытия. Пер. с англ. / А. Маслоу. М.: «Рефл–бук», К.:»Ваклер», 1997; Медведев В.И. Адаптация человека / В. И. Медведев. – СПб.: Институт психологии РАН: Институт мозга человека РАН, 2003; Психология здоровья: Учебник для вузов / Под ред. Г.С. Никифорова. – СПб.: Питер, 2006; Роджерс К.Р. Взгляд на психотерапию. Становление человека: Пер. с англ./Общ. ред. и предисл. Е.И. Исениной/ К.Р.Роджерс. – М.: Прогресс, 1994; Селье Г. Стресс без дистресса / Г. Селье. – М.: Прогресс, 1992; Смирнов, Н.К. Здоровьесберегающие образовательные технологии и психология здоровья в школе / Н.К. Смирнов. – М.: Аркти, 2006; Хухлаева, О.В. Коррекция нарушения психологического здоровья дошкольников и младших школьников Текст. / О.В. Хухлаева. – М.: Академия, 2003.

² Акимова, Л. А. Здоровьесберегающие технологии: учебное пособие / Л. А. Акимова. – Оренбург, 2017.; Безруких М.М. Здоровье–сберегающая школа / М.М. Безруких. – М. : Моск. психол.–соц. ин–т, 2004.; Бэрон Р., Ричардсон Д. Агрессия. – СПб: Питер, 2001; Давиденко Д.Н., Ю.Н. Щедрин, В.А. Щеголев. Здоровье и образ жизни студентов: учебное пособие / Под. общ. ред. проф. Д.Н. Давиденко. – СПб.: ГУИТМО, 2005.; Демирчоглян, Г.Г. Человек у компьютера: как сохранить здоровье / Г.Г. Демирчоглян. –М.: Terra–кн. клуб, 2001; Дмитриева, Е.Е. Психологические особенности детей и подростков с проблемами в развитии: Изучение и психокоррекция: учебное пособие для вузов / Е.Е. Дмитриева, Е.Н. Васильева, В.Г. Алямовская /Под ред. У.В. Ульяновской.– СПб.: Питер, 2007; Казин Э. М. Образование и здоровье: медико–биологические и психолого–педагогические аспекты. Кемерово, 2012; Китаев–Смык Л.А. Психология стресса. Психологическая антропология стресса. 2–е изд. / Л.А. Китаев–Смык. – М.: Академический Проект, 2009; Кудряшова, В.В. Обеспечение психологического здоровья студентов средствами психологической службы педагогического колледжа: дис. .канд. психол. наук / В.В. Кудряшова.– Ростов н/Д, 1999; Маджуга, А.Г. Педагогическая концепция здоровьесозидающей функции образования: дисс. д–ра пед. наук, 2011; Matsumoto, D. Culture and Psychology / D. Matsumoto. – Wadsworth Publishing; 4th edition, 2007; Мак–Каллоу Дж. Лечение хронической депрессии / Дж. Каллоу. – СПб.: Речь, 2003; Павлов И.П. О типах нервной деятельности и экспериментальных неврозах / И.П.Павлов. – М.: Медгиз, 1954; Рутман Э.М. Надо ли уходить от стресса / Э .М. Рутман. М.: Физкультура и спорт, 1990; Соколова, Е.Т. Влияние на самооценку нарушений эмоциональных контактов между родителем и ребенком и формирование аномалий личности Текст. / Е.Т. Соколова// Семья и формирование личности / под ред. В.В. Столина. – М.: МГУ, 1981; Шувалов, А.В. Интерсубъективные условия психологического здоровья детей: Дисс. .канд. психол. наук / А.В. Шувалов.– М., 2000; Ясвин В.А. Экспертиза школьной образовательной среды / В.А. Ясвин. – М.: Сентябрь, 2000; Он же: Школьная среда как предмет измерения: экспертиза, проектирование, управление / В.А. Ясвин. – М.: Народное образование, 2019.

³ Ананьев, В.А. Введение в психологию здоровья / В.А. Ананьев. – СПб: Медицина, 1998; Абилин Л.М. Психологические механизмы эмоциональной устойчивости человека / Л.М. Абилин. – Казань: КГУ, 1987; Бернс, Р. Развитие Я–концепции и воспитание : пер. с англ. / Р. Бернс. – М. : Прогресс, 1986.; Елькина О. Ю. Путешествие в мир профессий: метод. пособие / О.Ю. Елькина. – М.: Академия: ОАО «Московские

– научные труды, в которых рассмотрены различные аспекты психологического здоровья в педагогической среде. Здесь можно назвать таких авторов, как О.Л. Барская, Ф.П. Березин, Н.Е. Водопьянова (в соавторстве), П. Джил, Е.П. Ильин, М.Л. Мельникова, В. Рудоу, Е.А. Сорокумова, В.В. Столин, И.И. Чесноков и др.¹

Особо выделим работы Н.П. Аникеевой, А.А. Баранова, Р.А. Быкова и А.А. Печеркиной, поскольку они так или иначе сопрягаются с темой нашего исследования.

Так, в своей работе Н.П. Аникеева рассматривала вопросы формирования психологического климата в классной и педагогической группах, средствах формирования этого климата, (как изменяются позиции ребенка в группе, как развивается самоуправление в классной группе, как учащиеся и студенты высших учебных заведений обучаются способам общения и т.д.), о часто встречающихся позициях педагогов в их жизнедеятельности и как это мешает установлению нормального психологического климата в группе.

В свою очередь, в монографии А.А. Баранова обосновывается и экспериментально подтверждается конкретная психологическая модель – стрессоустойчивость педагога. Доказывается, что психологические конструкции, которые обеспечивают способность стрессоустойчивости у педагогов–мастеров, имеют особую направленность. Они стимулируют личностный и профессиональный рост и попутно способствуют формированию стрессоустойчивости учителей. Эти конструкции отражают ситуативный характер, характер адаптационного процесса, которые могут тормозить профессиональное и личностное развитие этих учителей.

Монография Р.А. Быкова написана на основе эссе самих учителей, которые рассказывают о различных проблемах в образовательной среде. В частности, это такие важные вопросы, как специфика профессии учителя, его ценностные установки, мысли и стереотипы, которые имеют место в обществе. Интерес вызывает рассуждение автора о различии между профессиональным выгоранием и социальной апатией, и формами адаптации к этим состояниям, которые постоянно изменяются, о причинах социальной апатии, ее влиянии на систему образования.

Исследовательская работа А.А. Печеркиной посвящена анализу результатов изучения профессионального здоровья учителя в философском, медицинском и педагогическом его значениях, в контексте направлений современной психологии и педагогической деятельности. Особое внимание уделяется изучению организационных условий педагогической деятельности, психологическим детерминантам профессионального здоровья учителя, а также вопросу о психологической поддержке и технологии самоподдержки профессионального здоровья учителя.

учебники», 2011; Климов Е. А. Психология профессионального самоопределения / Е.А. Климов. – М.: Академия, 2010; Лебедев В.И. Личность в экстремальных условиях / В.И. Лебедев. – М.: Политиздат, – 1989; Петленко, В.П. Этюды валеологии: здоровье как человеческая ценность / В.П. Петленко, Д.Н. Давиденко. СПб.: Издат. дом «Здоровый мир», 1998; Ellis A. All Out!: An Autobiography (Psychology) / A. Ellis. Prometheus, 2009: 668.

¹ Барская, О.Л. Социальное самочувствие: методологические и методические проблемы исследования : автореф. дис. канд. филос. наук / О.Л. Барская. – Москва, 1989; Березин Ф.Б. Психическая и психофизиологическая адаптация человека / Ф.Б. Березин. – Л.: ЛГУ, 1988; Водопьянова Н.Е., Старченкова Е.С. Синдром выгорания: диагностика и профилактика. 2–е изд. / Н.Е. Водопьянова – СПб.: Питер, 2008; Gil P. Medicina preventiva y salud pública. Elsevier España, S.L.U.; 11th ed., 2008; Ильин Е. П. Эмоции и чувства / Е.П. Ильин. – СПб: Питер, 2001; Мельникова, М. Л. Психология стресса: теория и практика: учебно–методическое пособие / М.Л. Мельникова. – Екатеринбург, 2018; Rudow, B. (1999). Stress and burnout in the teaching profession: European studies, issues and perspectives. In A. M. Huberman, (Ed.) Understanding and preventing teacher burnout. A sourcebook of international research and practice (pp. 38–58). New York: Cambridge University Press; Сорокумова, Е.А. Психология понимания в самопознании младших школьников / Е.А. Сорокумова. – Новгород: Гуманитарный центр, – 1999; Столин В.В. Самосознание личности / В.В. Столин. – М.: Издательство Московского Университета, 1983; Чеснокова, И. И. Проблема самосознания в психологии / И.И. Чеснокова.– М.: Наука, 1977.

Также нужно отметить труды отечественных таджикских педагогов, таких как Ф. Шарифзода, М. Лутфуллоева, У. Зубайдова, И.Х. Каримовой, Б. Маджидовой, М. Иззатовой, А. Нурова¹ и других учёных, внёсших огромный вклад в разработку и развития идей этнопедагогике и методики обучения.

Однако несмотря на наличие в общем объема научных работ по проблеме психологического здоровья педагога в педагогической среде, эта тема всё же остается не исследованной в социально–психологическом аспекте в Таджикистане. Вместе с тем, произведённый анализ позволил выявить следующие противоречия между:

– требованиями общества, – к профессиональной и личностной компетенции, – и психологическому здоровью педагогов республики и их недостаточной сформированностью;

– потребностью современных СОУ в педагогах со здоровой психикой, и тем, что в современной психологической науке недостаточно четко определены пути и методы, обеспечивающие сохранение и поддержание психологического здоровья в сфере педагогической деятельности;

– феноменом «психологическое здоровье» и характером его реализации в практике (особенностей самоотношения, проявлений тревожности и агрессивности, стрессоустойчивости, эмоционального выгорания и т. п.);

В своём исследовании мы попытались конкретизировать некоторые положения о психологическом здоровье педагога средних общеобразовательных учреждений в условиях республики Таджикистан.

Цель исследования: системный анализ социально–психологических и педагогических условий сохранения психологического здоровья педагогов средних общеобразовательных учреждений Таджикистана. В соответствии с поставленной целью в работе были поставлены следующие **задачи:**

1) Провести теоретический анализ структурно–функционального значения психологического здоровья педагога в условиях средних общеобразовательных учреждений;

2) Определить теоретические принципы формирования образовательного пространства и психологического климата в контексте проблемы сохранения здоровья педагогов;

3) Исследовать и обосновать социально–правовые основы обеспечения психологического благосостояния и здоровья педагогов в условиях средних общеобразовательных учреждений Таджикистана;

4) Конкретизировать основные психофизиологические факторы развития здоровья педагогов средних общеобразовательных учреждений страны в процессе их профессиональной деятельности;

5) Обосновать условия обеспечения и целенаправленного развития психологического здоровья педагогов в образовательном пространстве Таджикистана.

Объект исследования: развитие условий сохранения психологического здоровья педагогов в образовательном пространстве.

Предмет исследования: социально – психологические условия сохранения психологического здоровья педагогов в образовательном пространстве средних общеобразовательных учреждений Таджикистана.

¹ Шарифзода Ф. Педагогика: назарияи инсонфар ва чомаи фархангӣ. – Душанбе, 2010; Лутфуллоев М. Дидактикаи муосир. – Душанбе, 2010; Зубайдов У. Теоретико–практические основы дифференцированного обучения в школах Республики Таджикистан. – Душанбе, 1999; Каримова И.Х. Гуманистические воззрения средневековых мыслителей таджикского народа: воспитательный потенциал и трансформация в современную жизнь. – Душанбе, 2000; Маджидова Б. Народные традиции и обычаи как средство формирования нравственных качеств детей в семье. – Душанбе, 2004; Иззатова М. Педагогические основы воспитания детей – Душанбе, 2013; Нурав А. «Национальные и общечеловеческие ценности и их роль в нравственном воспитании подрастающего поколения». – Душанбе, 2004.

В качестве **гипотез исследования** выдвинуты следующие положения:

– психологическое здоровье педагогов средних общеобразовательных учреждений относится к сложному динамическому состоянию, связанному с психологическими – личностными признаками поведения индивида, которые могут быть либо стабильными, либо вариативными;

– низкий уровень знаний педагогов средних общеобразовательных учреждений по вопросам психологического здоровья, препятствует правильной оценке своего психического состояния, в результате чего они не могут выбрать адекватные варианты действий и поведения, которые обеспечили бы им возможность самоактуализации и реализации личных индивидуально–психологических возможностей.

Исследование проводилось в 3 этапа:

На первом этапе (2019–2020) изучалась литература по проблеме психологического здоровья, разрабатывались теоретические положения и концептуальная парадигма психологического здоровья учителя.

На втором этапе (вторая половина 2020 г.) были сформулированы цель, задачи и гипотезы – исследования, разработан необходимый методологический инструментарий.

На третьем этапе (2021–2022 гг.) был проведен анализ составленных нами тестов – опросников, анкетирования, наблюдения и других эмпирических данных, уточнялись полученные выводы.

Теоретико–методологическую базу исследования составляют: общетеоретические положения, лежащие в основе представлений о психологическом здоровье, которые были сформулированы как западными, российскими, так и отечественными учеными и их последователями. В ходе решения вопросов, были использованы разные взаимодополняющие методы: теоретические, теоретико–методологический анализ, обобщение и интерпретация научных данных, эмпирические, методы анкетирования, математические и статистические методы обработки результатов в виде описательной статистики, корреляционного анализа, проверки статистических гипотез и др.

Достоверность результатов исследования и обоснованность выводов обеспечивались непротиворечивостью теоретических концепций, рассмотренных в исследовании с использованием необходимого методического инструментария.

Эмпирическую базу исследования составили результаты опроса 185 учителей средних общеобразовательных учреждений г. Душанбе, г. Гиссар и р. Рудаки.

Основные результаты и научная новизна результатов исследования состоит в том, что это первая в отечественной социальной психологии научная работа о психологическом здоровье учителей средних общеобразовательных учреждений, в которой были использованы количественные и качественные методы исследования. Диссертация характеризуется следующими новыми результатами:

– теоретически уточнено и определено понятие «психологическое здоровье педагога» и его составляющих компонентов и предложены подходы к теоретико–экспериментальному исследованию комплектности осознанного отношения к психологическому здоровью у учителей;

– выявлены основные факторы и критерии определения психологического здоровья педагога, конкретизирована степень влияния социальных установок на педагогическую деятельность, на состояние психического здоровья;

– даны трактовка и характеристика образовательного пространства, в котором формируется психологический климат, определены механизмы психологической саморегуляции по укреплению и сохранению здоровья педагогов;

– обоснованы социально–психологические и правовые основы обеспечения психологического благосостояния и здоровья учителей в средних общеобразовательных учреждениях г. Душанбе и районов республиканского подчинения (г.Гиссар и р.Рудаки) с упором на их ценностные ориентации;

– на основе анализа эмпирических данных выявлены психофизиологические факторы развития здоровья педагога в условиях средних общеобразовательных учреждений г. Душанбе, районов республиканского подчинения (г. Гиссар и р. Рудаки) и рассмотрена динамика изменений в личностно–психологических характеристиках учителей в процессе их профессиональной деятельности;

– доказано, что условия обеспечения психологического здоровья педагога средних общеобразовательных учреждений в образовательном пространстве Таджикистана носят системно–комплексный характер и обосновано мнение о необходимости осознанного отношения к сохранению психологического здоровья учителей в средних общеобразовательных учреждениях.

На защиту выносятся следующие положения:

1. Психологическое здоровье – это состояние относительно хорошей адаптации, ощущение благополучия и актуализации своих потенциальных возможностей и способностей для формирования гармоничных отношений с другими людьми и для участия или конструктивного вклада в изменение своего социального и физического окружения. Речь идет о физических, умственных, социальных и эмоциональных компетенциях, которыми человек должен обладать для того, чтобы справиться с проблемами, с которыми сталкивается в жизни; о способности рационально мыслить и справляться с изменениями, стрессами, травмами и потерями, которые происходят в жизни для того, чтобы обеспечить эмоциональную стабильность и устойчивость;

2. С позиции теоретических основ анализа проблемы психологического здоровья учителей, одной из важных проблем является категоризация факторов. В совокупности это – индивидуальные, организационные и профессиональные характеристики. Рабочая нагрузка – многомерная и сложная структура, которая формируется физическими, психическими и социальными мотивами, и каждый из этих факторов может быть одним из факторов «выгорания», который, в свою очередь, может оказывать нежелательное воздействие как на физическое, так и на психическое благополучие.

3. Психологический климат рассматривается как результат совместной деятельности людей, их межличностного взаимодействия. Это специфика среды средних общеобразовательных учреждений (безопасность, взаимоотношение, обучение, окружающая среда) и более крупным организационным структурам (от фрагментарного до сплоченного или «общего» видения, здорового или нездорового, сознательного или непризнанного). Существует четыре основные области, которые четко определяют свойства климата среднего общеобразовательного учреждения: безопасность, взаимоотношения, преподавание и обучение и (внешняя) окружающая среда. Все эти факторы определяют психологический климат средних общеобразовательных учреждений.

4. Государственное образование в Таджикистане – это в целом политический вопрос. При этом, как известно, согласно правовым и социальным документам, государственные средние общеобразовательные учреждения являются учреждениями, которые принадлежат каждому гражданину. Целью закона об образовании является расширение доступа к нему, причем фокус ответственности в этом процессе перемещается с правительства на родителей. Реализовать эту установку на национальном уровне достаточно сложно. Дело в том, что на пути создания нормального психологического климата в средних общеобразовательных учреждениях существует много проблем и барьеров, особенно это касается главных составляющих этого процесса – государства–родителей–учителей.

5. Трудовая деятельность является привилегированным фактором психологического здоровья субъекта. Работа, выполняемая в плохих социальных условиях, может поставить под угрозу физическую и психологическую целостность людей. Здесь, в частности, могут иметь место несчастные случаи, профессиональные заболевания, такие патологии, как стресс, тревога и травмы опорно–двигательного аппарата, социальные издержки. Их

психологическими последствиями могут быть повышенная раздражительность, тревожность или психическое истощение, высокое кровяное давление, контрактуры, бессонница, желудочно–кишечные или сердечные проблемы, которые могут быть связаны с этими рисками;

б. Анализ условий труда и здоровья преподавательского состава в такой среде, как образовательные учреждения, имеет особые характеристики, в которых «сходятся» различные социальные, индивидуальные и биологические аспекты. Согласно тестам–опросам учителей в средних общеобразовательных учреждениях г. Душанбе и районов республиканского подчинения (Гиссар и Рудаки) учителя сообщают, что условия их труда никогда или редко бывают адекватными; преподавательская работа не характеризуется массовостью; она укладывается в рамки учебного дня, состоящего из восьми часов аудиторной работы в день, что очевидно является защитным фактором для учителя, так как распределение времени в рамках рабочего дня является четким. Психическая усталость и истощение учителей вышеуказанных средних общеобразовательных учреждений выражаются не только в рабочем давлении от перегрузок и эмоциональных переживаний, деперсонализации и т.д., но в высоком риске физической и психологической нетрудоспособности, связанной с работой.

Теоретическая значимость результатов исследования состоит в расширении и углублении научных представлений о психологическом здоровье учителя, как профессионального представителя группы, несущего ответственность за воспитание здорового подрастающего поколения. На основе анализа эмпирических данных определена динамика изменений в личностно–психологическом состоянии учителя, подтверждена возможность предпосылок, обуславливающих развитие в этом состоянии синдрома «выгорания», депрессивности, эмоциональной нестабильности, нервозности, тревожности и т.д.

Практическая значимость результатов исследования заключается в том, что наши выводы и результаты работы могут быть использованы в ходе подготовки специалистов на среднем и высшем педагогическом уровнях, а также в процессе последипломного обучения и подготовки квалифицированных работников образования с целью улучшения их психологической подготовленности. Результаты диссертации можно использовать как образец для объективного и оперативного диагностирования состояния психологического здоровья в условиях мониторинга здоровья учителей и повышения эффективности его коррекции, формирования адекватного отношения к здоровому образу жизни.

Степень достоверности результатов диссертационного исследования подтверждается и подкрепляется использованием методов исследования, позволявшим объективному и всестороннему анализу теоретико–методологических аспектов темы диссертации, изучением обширной научной литературы, систематизацией и обобщением общепризнанных научных результатов, а также предложенными авторскими определениями, идеями и научно–практическими рекомендациями, научными положениями исследования и их новизной в сравнении с существующими научными достижениями ведущих зарубежных и отечественных ученых. Достоверность работы также обеспечивается сочетанием количественного и качественного анализа результатов; использованием методов математической статистики

Соответствие диссертации паспорту научной специальности.

Диссертация соответствует следующим пунктам паспорта научной специальности 19.00.05 – Социальная психология (психологические науки):

Личный вклад автора выражается в разработке теоретических положений и в реализации экспериментальной части исследования, в определении этапов, базы и методов эмпирико–психологического анализа, в соблюдении последовательности научно–исследовательских процедур, обобщении и интерпретации полученных данных; в

разработке модели формирования психологической готовности будущих учителей к созданию благоприятного психологического климата в образовательном пространстве.

Апробация и внедрение результатов исследования. Основные положения и результаты исследования апробированы на ежегодных научно–практических семинарах и конференциях, проведенных в ТГПУ им. С. Айни (2019 –2023 гг.), заседаниях кафедры психологии указанного университета. По теме исследования в рецензируемых журналах, входящих в перечень ВАК, опубликовано 4 статьи общим объемом – 6 п.л.

Структура диссертации: диссертационное исследование состоит из введения, двух глав, включающих шесть параграфов заключения, списка использованной литературы из 210 источников и 7 приложений. Основной текст диссертации изложен на 174 страницах.

ОСНОВНОЕ СОДЕРЖАНИЕ РАБОТЫ

Во введении обоснована актуальность исследования, определены цель и задачи, объект и предмет, задачи и методы, сформулированы гипотезы, положения, выносимые на защиту, охарактеризована научная новизна, теоретическая и практическая значимость, обоснована степень достоверности результатов работы и личный вклад автора, представлены сведения об апробации результатов исследования.

В первой главе **«Теоретико–методологический подход к анализу условий сохранения социально–психологического климата и психологического здоровья педагогов»** освещены основные достижения и проблемы, связанные с исследованием условий сохранения социально–психологического климата и психологического здоровья.

В первом параграфе **«Теоретический анализ понятия «психологическое здоровье педагога» и составляющих его компонентов»** отмечается, что психолого–педагогический климат рассматривается как результат совместной деятельности людей, их межличностного взаимодействия. Это – специфика среды средних общеобразовательных учреждений (безопасность, взаимоотношение, обучение, окружающая среда) и более крупных организационных структур (от фрагментарного до сплоченного или «общего» видения, здорового или нездорового, сознательного или непризнанного).

Психологическое здоровье – это больше, чем просто отсутствие психических расстройств. Концепция психологического здоровья включают субъективное благополучие, предполагаемую самоэффективность, самостоятельность, компетентность, зависимость от нескольких факторов и признание способности реализовать свой интеллектуальный и эмоциональный потенциал. Таким образом, психически здоровый человек, как ожидается, должен быть счастлив сам по себе и в мире в целом и способен к формированию гармоничных отношений с другими людьми. Американский психолог А.Х. Маслоу в рамках своей широко известной «пирамиды Маслоу» отмечал, что «само появление потребности практически всегда зависит от состояния удовлетворенности или неудовлетворенности всех прочих мотиваций, которые имеются в организме в целом, т. е. от факта, что такие–то достаточно интенсивные желания достигли состояния относительного удовлетворения».¹

Психологическое здоровье учителей как особой социальной профессиональной группы подвергается определенным угрозам, которые могут нарушить их психическое равновесие: потеря социального престижа, рабочие перегрузки, частая смена предметов, критические замечания учеников и родителей, межличностные конфликты и т.д. При таких обстоятельствах наиболее часто у учителей наблюдаются стрессовый синдром, депрессивная болезнь, тревожные реакции, психосоматические расстройства, параноидальные симптомы. В педагогике такое состояние получило название «профессиональное (эмоциональное) выгорание педагога». Под этим понятием понимается ряд неблагоприятных симптомов, таких, как физическая усталость, снижение

¹ Маслоу А.Х. Мотивация и личность / А.Х. Маслоу. – «Питер», 2014. С. 38.

работоспособности, потеря энтузиазма, отсутствие страсти и равнодушие к другим людям, деперсонализация, чувство неполноценности и эмоциональное истощение¹.

Депрессивное состояние также является определяющим признаком психического здоровья учителей. Главной особенностью этого состояния является то, как учителя «воспринимают» себя, когда речь заходит о деформации их психического здоровья, и связано ли это с их деятельностью. Большинство учителей в данном случае описывают себя очень уставшими, истощенными, грустными, обеспокоенными, одинокими и т.д. К тому же в Таджикистане большая часть учителей работает в две смены, чтобы удовлетворить свои основные жизненные потребности. Возникающее в учителях беспокойство связано и с тем, что происходит в рабочем режиме учителя. Так постепенно в учителе и происходит «эмоциональное выгорание».

Что касается тревожных реакций учителя на обстоятельства и ситуации, которые складываются вокруг него, то необходимо отметить, что тревога учителя – это очень личная область проявления чувств. Тревогу в человеке не всегда легко заметить, она может быть очень скрытой, неявной. Например, тревога может порождаться самыми различными видами страха: страх перед трудными учениками, перед классом, с которым не справляешься, перед родителями на родительском собрании, которые критикуют их педагогические принципы или преподавание, страх перед идеями, связанными с необходимым высоким качеством собственного преподавания, страх перед коллегами, перед потерей наших педагогических убеждений и т.д.²

Две другие основные составляющие педагогической деятельности – это оплата труда и социальное признание. В Таджикистане эти показатели оставляют желать лучшего. Зарплата, получаемая преподавателями на разных уровнях, всегда была невысокой. Причём на государственном уровне постоянно отмечалась необходимость её повышения с учётом требований дня. Что же касается социального престижа преподавателей, то в последнее время он находится на крайне низком уровне, и здесь не имеет значения, трудится ли он в государственном или частном учреждении.

Во втором параграфе – **«Основные факторы и критерии определения психологического здоровья педагога»** отмечается, что в рамках нашего исследования, наибольший интерес представляет проблема реализации функциональных способностей учителей с учётом их психосоциального состояния, например, при наличии стресса, каждая профессия имеет свои специфические факторы риска, связанные со здоровьем.

В одном из документов ВОЗ отмечается, что «здоровое место работы – это место, где работники и менеджеры постоянно сотрудничают в совершенствовании охраны и укрепления здоровья, безопасности и благополучия всех работающих, способствуют совершенствованию рабочего места в процессе решения основных проблем».³ Требования к работе и образовательным рабочим ресурсам определяются двумя различными процессами: энергичный процесс, когда механизм высокого уровня, регулирующий поведение при выполнении задач, возникающих в результате предшествующих умственных и/или физических усилий, становится настолько обременительным, что человек не в состоянии адекватно удовлетворить требования, предъявляемые к работе; или человек способен удовлетворить эти требования только за счет увеличения умственных усилий и умственного сопротивления.

¹ Тулегенова А.Г. К вопросу исследования феномена эмоционального выгорания как проблемы профессиональной деятельности педагога. С. 96.

² Gudjons, H. (1993). Umgang mit Angst: Erfahrungen einer Lehrergruppe. In: H. Gudjons, (Hrsg.). Entlastung im Lehrerberuf (S. 191–198). Hamburg: Bergmann & Helbig, s. 193.

³ Всемирная организация здравоохранения. Здоровые рабочие места: пример к действию. Для работодателей, работников, руководителей и специалистов–практиков. https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/44307/9789244599310_rus.pdf;jsessionid=51DD671DBC4EE6946B24A1AC7E649AFA?sequence=11 Дата обращения 12.09.2020.

Обзор исследований западных ученых показал, что основными факторами, влияющими на благополучие и здоровье педагога являются: индивидуальные характеристики (пол, возраст, уровень образования и опыт), профессиональные (убеждения, практика преподавания, деятельность по повышению квалификации); организационные (климат среднего общеобразовательного учреждения, ресурсы, стиль управления средним общеобразовательным учреждением, обстановка в классе, рабочая нагрузка и сотрудничество между сотрудниками).

Качественные параметры хорошего среднего общеобразовательного учреждения определяются в основном качеством сферы деятельности, качеством процесса образования и качеством здравоохранения в нескольких измерениях. Первое измерение качества среднего общеобразовательного учреждения как живого и экспериментального пространства фокусируется на месте, где учитель и ученики проводят большую часть своего времени. Второе измерение сосредоточено на том, что обычно называют основным видом деятельности среднего общеобразовательного учреждения, классной комнатой и ее элементами дизайна: механизмы преподавания и обучения, формы оценки, управление классом и поддержка обучения. В третьем измерении учебно-воспитательный процесс учащихся определяется как самостоятельная категория: если преподавание и обучение являются основными задачами учителя, то обучение можно считать основной задачей учеников. Четвертое измерение описывает культуру и климат среднего общеобразовательного учреждения, т.е. то, как распределяется работа, как люди обращаются друг с другом и какие возможности они имеют, как самостоятельные личности, для участия в работе и обучении общин. В пятом измерении руководства средними общеобразовательными учреждениями обозначены важные качества, которые необходимы для хорошего руководства средним общеобразовательным учреждением для сложения высокого уровня преподавания, для сохранения и роста качества здоровья в среднем общеобразовательном учреждении. Шестое измерение – профессионализм и повышение квалификации персонала – это процессы и структуры, которые могут укреплять и поддерживать способность и готовность учителей участвовать в обучении на протяжении всей жизни.

Поэтому при отборе учителей и назначении кого-то на руководящие должности следует учитывать, обладает ли кандидат навыками создания позитивного климата в учреждении, и если обладает, то следует поощрять его. Учителя ожидают, что их усилия по обучению учеников должны быть замечены и оценены руководящими органами. Речь здесь идет о мотивации. По мнению Н.К. Масуда и других, «мотивация учителя оценивается на основе трех составляющих: интерес, самоэффективность и ориентация на цели мастерства... Интерес педагога – важный фактор профессиональной деятельности, который может не только побуждать учителя учить, но и помочь ему мотивировать учащихся».¹ Мотивация – это такая сила, которая заставляет людей вести себя соответствующим образом.

В третьем параграфе **«Образовательное пространство и социально-психологический климат в контексте проблемы сохранения здоровья педагогов»** анализируются проблемы, связанные с характеристикой образовательного пространства и оценкой климата в среднем общеобразовательном учреждении. В данном случае используются такие показатели, как успеваемость, отношения между учениками и учителями, уважение ко всем членам образовательного учреждения и сообщества, справедливую и последовательную политику в области дисциплины, внимание к вопросам безопасности, а также участие семьи и сообщества.

Пространство или «место проведения» учебы является вроде бы само собой разумеющейся частью процесса – выбор места для проведения любой лекции/презентации

¹ Масуд Н.К., Башир А. и Хадика К. Влияет ли мотивация учителя на мотивацию учащегося / Вопросы образования/Educational Studies Moscow. 2018. № 3. С. 96–97.

учителя, запланированного для разработки того или иного модуля урока. Предполагается, что именно процесс построения связей (т.е. построения смысла и знаний) в физической реальности превращает любое данное пространство в место – отсюда выражение «найти суть, чувство места».

Все эти проблемы, определяющие социально–психологический климат среднего общеобразовательного учреждения, были исследованы нами путем проведения опроса в СОУ № 35, 88, 40, 92 г. Душанбе и РТГ им. А.С. Пушкина в р. Рудаки. Экспериментальная выборка состояла из 76 испытуемых (учителей средних общеобразовательных учреждений). Тест был составлен по образцу Международной стандартной классификации образования (ISCED), в опросник включены 76 вопросов, которые объединены в 11 шкал. Так, в шкалах суммировано количество ответов учителей по соответствующим вопросам и вычислен средний показатель по сумме баллов, разделенных на количество показателей уровней (4), которые таковы:

Шкала 1 = 1,80; 2 = 0,49; 3 = 1,27; 4 = 5,86; 5 = 1,37; 6 = 2,98; 7 = 2,24; 8 = 3,33; 9 = 0,90; 10 = 0,14; 11 = 2,34. Эти результаты, в свою очередь, характеризуют следующие уровни: до 1 балла – очень низкий; 1–1,5 балла – низкий; 2–2,5 баллов – средний; 2,5–3 баллов – оптимальный; выше 3 баллов – идеальный. При анализе полученных данных были выявлены закономерности, которые представлены в таблице 2:

Таблица 2. Результаты по методике определения психологического климата в СОУ

№	Фактор	Средний балл	Уровень
1	Стремление к продвижению по работе	1,80	низкий
2	Стремление создать хорошее отношение с коллегами и учениками	0,49	очень низкий
3	Потребность в достижении карьерного роста, социального престижа и уважения со стороны коллег	1,27	низкий
4	Удовлетворенность от процесса и результата работы	5,86	идеальный
5	Возможность и убежденность в наиболее полной самореализации в данной деятельности	1,37	низкий
6	Проявление активности по улучшению обучения, преподавания и отношения к учащимся	2,98	оптимальный
7	Стремление к знанию и познанию предмета и улучшения методов обучения, навыки использования ИКТ	2,24	средний
8	Желание сотрудничества в делах СОУ, с ее коллегами и руководством	3,33	идеальный
9	Материальная поддержка (зарплата, надбавка)	0,90	очень низкий
10	Нежелание и невозможность участия в профразвитии	0,14	очень низкий
11	Оценка отношения учителей к контролю их деятельности со стороны руководителя СОУ	2,34	средний

Первичные результаты опроса, полученные после подсчета процентного соотношения ответов респондентов, были подвергнуты математической обработке с использованием непараметрического критерия согласия Пирсона (χ^2). Данный метод позволяет оценить значимость различий между выявленным в результате исследования распределением ответов и теоретическим распределением ответов.

Так, при анализе полученных при опросе данных были выявлены такие закономерности: по шкале *стремление к продвижению по работе*, состоящей из 13 вопросов для учителей пяти средних общеобразовательных учреждений, идеальный уровень выражен у 13,95% (119 ответов); для 36,22% (309 ответов) характерен оптимальный уровень; 20,87% (178 ответов) имеют средний уровень; 28,96% (247 ответов) – низкий уровень. Однако, статистический анализ данных показал, что полученные различия не значимы: $\chi^2_{Эмп} = 5.852$, $p > 0.05$. Из приведенных данных следует, что 50,17% учителей средних общеобразовательных учреждений оценивают климат в организации как благоприятный, а еще 17,8% испытуемых считают его нормальным и

лишь 29,64% выборки оценивают его как неблагоприятный. Данное различие является значимым: $\chi^2_{Эмп} = 8.296$, $p < 0.05$.

По шкале *стремление создать хорошие отношения с коллегами и учениками* были получены следующие данные: идеальный уровень у 7,23% (11 ответов); оптимальный – у 78,99% (120 ответов); средний – у 10,53% (16 ответов); низкий уровень – у 3,29% (5 ответов). Данное различие статистически значимо: $\chi^2_{Эмп} = 60.387$, $p < 0.05$. Учителей с очень низким уровнем по данной шкале не выявлено. Анализ результатов показывает, что почти 90% учителей ценят коллектив и отличаются стремлением создавать нормальные отношения и хороший психологический климат в организации, в которой работают.

По шкале *потребности в достижении карьерного роста, социального престижа и уважения со стороны коллег* зафиксированы следующие результаты: идеальный уровень характерен для 19,89% (77 ответов); оптимальный уровень – 37,98% (147 ответов); средний – 19,38% (75 ответов); низкий уровень – 22,75% (88 ответов). Однако, с точки зрения математической статистики, это различие не достоверно: $\chi^2_{Эмп} = 4.076$, $p > 0.05$. Испытуемых с очень низким уровнем в изучаемой выборке не выявлено. Три четверти учителей пяти средних общеобразовательных учреждений по выборкам имеют разную степень потребности в развитии карьеры, престижа и уважения в общества (от идеального уровня до среднего).

По шкале *удовлетворенности от процесса и результата работы* для 25,12% (211 ответов) характерен идеальный уровень, для 58,21% – средний уровень (489 ответов) – оптимальный уровень, для 7,02% – средний уровень (59 ответов), для 9,64% – низкий уровень (81 ответов). Данное различие достоверно: $\chi^2_{Эмп} = 30.168$, $p < 0.05$. Согласно результатам опроса, у 83,33% испытуемых фиксировался адекватный уровень по шкале удовлетворенности от работы (с разной степенью выраженности).

По шкале *возможности и убежденности в наиболее полной самореализации учителя в его деятельности* идеальный уровень зафиксирован у 35,17% учителей (73 ответа); оптимальный – у 44,26% (185 ответов); средний уровень – у 21,77% (91 ответ); низкий уровень – у 16,50% (69 ответов). Однако, с математической точки зрения данное различие не достоверно: $\chi^2_{Эмп} = 7.652$, $p > 0.05$. Для 79,43% учителей пяти средних общеобразовательных учреждений характерен оптимальный уровень открытости в проявлении своей возможности и убежденности по полной самореализации в своей сфере. Однако в изучаемой выборке выявлено больше 15% учителей, у которых зафиксированы низкие показатели по данной шкале (Различия достоверны: $\chi^2_{Эмп} = 17.696$, $p < 0.05$)

По шкале *проявления активности по улучшению обучения, преподавания и отношения к учащимся* для 16,15% (147 ответов) характерен идеальный уровень; 52,31% (476 ответов) оптимальный, 17,36 % (158 ответов) средний, и лишь у 14,17% (129 ответов) зафиксирован низкий уровень (Различия достоверны: $\chi^2_{Эмп} = 15.921$, $p < 0.05$). Для 30% упомянутых выше учителей данных средних общеобразовательных учреждений проблемой является организация их профессиональной деятельности с учетом её специфики. Отсутствие здесь соответствующих условий, указанных выше качеств, может иметь самые негативные последствия, в частности, для воспитательной работы. Испытуемых с очень низким уровнем по данной шкале в изучаемой выборке не выявлено.

По шкале *стремления к знанию и познанию предмета и улучшения методов обучения, навыки использования ИКТ* идеальный уровень характерен для 16,82% учителей пяти СОУ (115 ответов); оптимальный – для 40,78% (279 ответов); средний – для 16,67% испытуемых (114 ответов), и для 25,73% (176 ответов) характерен низкий уровень. Однако, с математической точки зрения данное различие не является достоверным: $\chi^2_{Эмп} = 7.062$, $p > 0.05$. По данной выборке не зафиксировано испытуемых с очень низким уровнем стремления к знанию и познанию предмета и улучшения методов обучения, навыков использования ИКТ. В целом для всех сотрудников характерен оптимальный или хороший уровень стремления в этой сфере.

По шкале желания сотрудничества в делах среднего общеобразовательного учреждения, с ее коллегами и руководством зафиксированы следующие результаты: идеальный уровень характерен для 19,27% (201 ответа); оптимальный – для 43,43% (453 ответа); средний – 18,98% (198 ответов); низкий уровень – для 18,31% (191 ответа). Различия не достоверно: $\chi^2_{Эмп} = 7.562$, $p > 0.05$. Испытуемых с очень низким уровнем в изучаемой выборке не выявлено. Следует отметить, что 62,70% учителей по выборкам имеют идеально–оптимальную степень желания сотрудничества в делах среднего общеобразовательного учреждения. Однако данное различие с точки зрения математической статистики не является достоверным: $\chi^2_{Эмп} = 2.782$, $p > 0.05$.

По шкале материальная поддержка (зарплата, надбавка) для 25,98% (79 ответов) характерен идеальный уровень; для 1,64% (5 ответов) оптимальный; для 9,86% (30 ответов) средний; лишь для 62,5% (190 ответов) зафиксирован низкий уровень (Различия достоверно: $\chi^2_{Эмп} = 43.148$, $p < 0.05$). По данному вопросу идеально–оптимальные ответы составляют 27,63%, и низкая зарплата учителей пяти средних общеобразовательных учреждений г. Душанбе и г. Гиссар, скорее всего, стала одной из причин нейтральной позиции или нежелания учителей участвовать в коллективном действии с целью улучшения учебы и воспитания учащихся.

Шкала нежелания и невозможность участия в профразвитии является логическим продолжением двух предыдущих шкал. Так, шкала стремления к продвижению по работе включает в себя только 5 вопросов, здесь у 100% (44 ответа) отмечен низкий уровень. Из приведенных данных следует, что отдельные учителя средних общеобразовательных учреждений оценивают климат в них как неблагоприятный.

По шкале оценки отношения учителей к контролю их деятельности со стороны руководителя среднего общеобразовательного учреждения зафиксированы следующие результаты: идеальный уровень характерен для 78,05% (594 ответа); оптимальный – для 18,27% (139 ответов); средний – для 3,68% (28 ответов). Испытуемых с низким и очень низким уровнем в изучаемой выборке не выявлено. Важно отметить, что данное различие оказалось статистически достоверным: $\chi^2_{Эмп} = 69.205$, $p < 0.05$. Примечательно, что на идеальном и оптимальном уровнях ответы учителей составляют 96,3%, что показывает их убежденность в своем хорошем профессиональном развитии и позитивной оценки их деятельности со стороны руководителей пяти средних общеобразовательных учреждений г. Душанбе и р. Рудаки. Данные различия статистически достоверны: $\chi^2_{Эмп} = 52.24$, $p < 0.05$.

Результаты опросника позволяют сделать вывод, что в целом для большинства респондентов характерна активная и напряженная деятельность, им также свойственно стремление к достижению своей цели. Вместе с этим при опросе более четко обозначились и такие проблемы, как совместительская работа, низкая зарплата и др. Для основной части участников опроса характерны честолюбие (при оценке своей же деятельности, они считают себя профессионалами) и зависимость от чужих оценок (родителей и учеников), что отражает уровень удовлетворенности выше среднего.

Вторая глава **«Аналитико–эмпирический подход к исследованию условий сохранения психологического здоровья педагогов»** посвящена анализу психологических проблем в сфере образования в эмпирическом поле исследования.

В первом параграфе **«Педагого–правовые основы обеспечения психологического благосостояния и здоровья учителей средних общеобразовательных учреждений Таджикистана»** отмечается, что в Таджикистане политика образования, которую проводит государство, ориентировано на модернизацию всех образовательных процессов, на качество обучения и воспитания. Учебные заведения, предлагая свои услуги населению в соответствии с национальной политикой государства, стремятся создать для учителей такие условия труда, которые бы способствовали сохранению здоровья учителей, что является приоритетным и в свою очередь приводит к уменьшению физического и психологического износа. В сфере образования имеют место рекомендации по

модернизации образовательной политики на мировом уровне. Необходимость охраны здоровья учителей и учеников общеобразовательных учреждений в Таджикистане подчёркивается и в положениях Закона Республики Таджикистан «Об образовании»¹ и других документов. И в правовом, и в педагогам отношении все дети в Таджикистане имеют гарантированное право на обучение в государственном образовательном учреждении. Среднее общеобразовательное учреждение воспринималось населением как «коллективная собственность» на общественное образование. Это означает, что каждый гражданин имеет право предлагать свои идеи, ценности и программы для реализации в средних общеобразовательных учреждениях и классах. Такое право вносить свои предложения, а порой и требования неактуально или неуместно.

Правительство Таджикистана добилось прогресса в разработке политики и стратегий, направленных на устранение педагого–культурных барьеров, препятствующих посещению среднего общеобразовательного учреждения. «Закон об ответственности родителей за воспитание и обучение детей», принятый в республике, снимает многие педагого–культурные проблемы. Применять на национальном уровне этот закон достаточно сложно. Дело в том, что существует много проблем и барьеров на пути воспитания и образования подрастающего поколения, и все они требуют особого подхода. Это касается также и создания хорошего психологического климата для учителей.

В большинстве случаев учитель является получателем противоречивых требований и ожиданий, предъявляемых родителями/опекунами учащихся, а также администрацией среднего общеобразовательного учреждения. Среди этих так называемых поставщиков услуг широко распространено признание необходимости вовлечения учителей в совместное партнерство, чтобы способствовать психологическому здоровью и успеху детей и подростков в среднем общеобразовательном учреждении. К сожалению, учителя средних общеобразовательных учреждений в процессе обучения своей профессии не получают достаточных знаний и навыков, необходимых для межпрофессионального сотрудничества, не говоря уже о том, что в их работе им может потребоваться и помощь специалистов–психологов. В Приложении 3–7 выборки представлены ответы учителей средних общеобразовательных учреждений №№ 28, 32, 91, 102 г. Душанбе и г. Гиссар о степени вовлеченности разных сторон в такого рода сотрудничество (см. табл. 3).

Таблица 3. О вовлеченности сторон в сотрудничестве и партнерстве

№	Вопросы	Школы	Отрицательный		Положительный	
			кол-во ответов	в процентах	кол-во ответов	в процентах
1	Как часто окружающая среда требует изменений в вашей работе?	г. Гиссар	10	50%	10	50%
		№ 28	15	75%	5	25%
		№ 32	5	46,4%	6	54,6%
		№ 91	22	78,57%	6	22,43%
		№ 102	6	27,27%	14	72,73%
2	Наличие социальных контактов	г. Гиссар	10	50%	10	50%
		№ 28	4	20%	16	80%
		№ 32	3	27,27%	8	72,73%
		№ 91	9	33,30%	18	66,70%
		№ 102	1	4,54%	21	95,46%
3	Получаете ли вы поддержку в своей работе от других учителей?	г. Гиссар	9	45%	11	55%
		№ 28	4	20%	16	80%
		№ 32	3	27,27%	8	72,73%
		№ 91	8	29,62%	19	70,38%
		№ 102	5	22,73%	17	77,27%

¹ Закон Республики Таджикистан. Об образовании. <https://medt.tj/documents/main/normativno-pravovie-akti/zakonodatelnie-akti/ru/02520-ru.pdf> Дата обращения 22.06.2019.

4	Получаете ли вы поддержку в своей работе от руководителей?	г. Гиссар	11	55%	9	45%
		№ 28	8	40%	12	60%
		№ 32	3	27,27%	8	72,73%
		№ 91	11	40,74%	16	59,26%
		№ 102	3	13,63%	19	86,37%
5	Эффективно ли сотрудничество между учителями и медицинским персоналом?	г. Гиссар	10	50%	10	50%
		№ 28	14	70%	6	30%
		№ 32	4	27,37%	8	72,73%
		№ 91	25	92,60%	2	7,40%
		№ 102	13	72,73%	9	27,27%
6	Эффективно ли сотрудничество с родителями?	г. Гиссар	12	60%	8	40%
		№ 28	15	75%	5	25%
		№ 32	2	18,18%	9	81,82%
		№ 91	23	85,19%	4	14,81%
		№ 102	20	90,91%	2	9,09%
7	В СОУ нет специалиста-психолога	г. Гиссар	16	80%	4	20%
		№ 28	17	85%	3	15%
		№ 32	7	63,63%	4	36,36%
		№ 91	21	77,73%	6	22,23%
		№ 102	20	90,91%	2	9,09%

В выборку вошли представители учителей пяти вышеуказанных средних общеобразовательных учреждений г. Душанбе и г. Гиссар различных специальностей в возрасте от 22 до 70 лет (средний возраст – 46 лет, медиана – 47 лет, стандартное отклонение – 3,70), в том числе 31 мужчина (29,9 %) и 73 женщины (70,1%), что неадекватно гендерному составу лиц, занимающихся педагогической деятельностью в средних общеобразовательных учреждениях.

Большинство преподавателей отмечает неэффективную взаимосвязь и сотрудничество между ними и медицинским персоналом, что в среднепроцентном отношении составляет 62,5%. В зоне наибольшего риска, с точки зрения психологического неблагополучия, находится среднее общеобразовательное учреждение № 102 – 91%. Сотрудничество же учителей с родителями оценено в среднем на 65,8%. Больше всех не удовлетворены сотрудники среднего общеобразовательного учреждения №102 с показателем 90,91%, удовлетворены учителя среднего общеобразовательного учреждения № 32 с показателем 81,8%. Поддержка коллег и сотрудничество с ними выражены в среднем на 71%. Благополучнее всех учителя среднего общеобразовательного учреждения № 28 – 80%. О сотрудничестве с руководителями разных уровней образовательной системы говорит показатель – 64,7%. Здесь благополучнее всех оказалась среднее общеобразовательное учреждение № 102, где 86,37% учителей говорят об удовлетворении от поддержки и сотрудничества со своими руководителями. Отметим учителя и свою уязвимую позицию в вопросе о помощи психолога в средних общеобразовательных учреждениях: 79,4% заявили об отсутствии специалиста-психолога в их средних общеобразовательных учреждениях.

Далее, нами была проведена проверка статистической значимости полученных первичных данных с использованием метода непараметрического критерия χ^2 Пирсона. По результатам математической проверки статистически значимой или достоверной оказалась разница в ответах респондентов, полученных по следующим вопросам: вопрос 2: Значимы различия в ответах между г. Гиссар и школой № 102: $\chi^2_{Эмп} = 8.963$, $p < 0.05$; вопрос 4: Значимы различия в ответах между г. Гиссар и школой № 102: $\chi^2_{Эмп} = 6.301$, $p < 0.05$; вопрос 5: Значимы различия в ответах между г. Гиссар и школой № 91: $\chi^2_{Эмп} = 8.82$, $p < 0.05$.

В таблице 4 приведены лишь некоторые из показателей, указывающих на ограниченность гедонистического подхода к изучению феномена психологического благополучия. Акцент делается на позитивном функционировании человека, который

преобразует окружающий мир, преобразуя себя и тем самым достигает гармонии. В этой таблице можно выделить шесть основных компонентов теории психологического благополучия: самовосприятие, позитивные отношения с другими, автономия, управление окружающей средой, цель в жизни и личностный рост. При этом категория «отношение» для большинства учителей оказывается очень тесно связанной с понятием «психологическое благополучие». Исследование, проведенное нами в вышеуказанных средних общеобразовательных учреждениях г. Душанбе и г. Гиссар, на выборке из 182 учителей, показало, что чаще всего учителя проявляли жалобы на здоровье с такими проявлениями, как головная боль, боль в желудке, боль в спине, простуды, проблемы со зрением и психические расстройства. Поэтому отношение к здоровью следует воспринимать как состояние, которое всегда можно улучшить или ухудшить, и которое подразумевает рассмотрение его во всей совокупности с людьми, связанными друг с другом и с окружающей средой, в которой они живут и работают.

Учителя осознают важность автономии в своей профессиональной деятельности. В ходе опроса почти двухсот учителей государственного сектора было выявлено, что они назвали профессиональную автономию наиболее позитивным аспектом условий своей работы, уступающим лишь стабильности рабочего места. Следовательно, можно заметить, что в зависимости от административной единицы учреждения, в этих учреждениях будет присутствовать различное управление человеческими ресурсами. Это предлагается на теоретическом уровне, поскольку в исследованиях, проводимых в Таджикистане, нет эмпирических доказательств.

В целом, здоровый климат в среднем общеобразовательном учреждении формируется тогда, когда учителя, и администрация, и ученики, и их родители. продуктивно взаимно сотрудничают. Благодаря этому в среднем общеобразовательном учреждении создается среда, способствующая работе. В такой среде все её «обитатели» поддерживают друг друга. В итоге стрессовые ситуации практически не имеют места. Чтобы это произошло, персонал среднего общеобразовательного учреждения должен принять образовательное учреждение как систему, ориентированную на человека, используя при этом наиболее полезную информацию по выявлению проблем и процедурам их решения. Средние общеобразовательные учреждения – это динамичные человеческие системы, и субъекты этих систем должны способствовать взаимному росту. Такая среда способствует установлению социальных связей, совместному поведению, творчеству и самостоятельности в рамках личной ответственности и подотчетности.

Во втором параграфе анализируются **«Психофизиологические факторы развития здоровья педагога в его профессиональной деятельности»** и подчеркивается, что основываясь на идее работы как элемента трансформации субъекта, который ее выполняет, можно описывать профессиональные и личностные последствия, которые трудовая деятельность привносит в процесс профессиональной самореализации. В данном случае имеется в виду профессиональная компетентность, включающая способности, знания, навыки, стратегии и профессиональные стили. Так, в профессии учителя можно выделить такие виды компетенций как: педагогическая компетентность, инструкторская компетентность, коммуникативная компетентность, эмоциональная компетентность, навыки управления групповой деятельностью, разрешение конфликтов, способность мотивировать к обучению, способность брать на себя ответственность и принимать решения.

Однако работа, выполняемая в плохих условиях, может поставить под угрозу физическую и психологическую целостность людей. В частности, здесь могут иметь место несчастные случаи, профессиональные заболевания, такие патологии, как стресс, тревога и травмы опорно-двигательного аппарата, социальные издержки. Эти риски называются профессиональными опасностями, и их предотвращение регулируется законом. Так, Закон РТ Об охране труда (ст. 26) гласит: «В целях осуществления контроля условий и охраны труда, качества проведения аттестации рабочих мест по условиям труда, правильности

предоставления компенсаций за тяжелую работу и работу с опасными или вредными условиями труда... проводится государственная экспертиза условий труда, в порядке, определяемом нормативными правовыми актами Республики Таджикистан».¹

Особого внимания заслуживают психосоциальные факторы риска. Это те аспекты концепции, организации и управления работой, а также ее социального и экологического контекста, которые способны вызвать стресс и могут нанести физический, социальный или психологический ущерб работникам и нанести вред их здоровью. Они провоцируют физиологические ответы, основанные на нейроэндокринных реакциях, эмоциональные ответы (раздражительность, чувство тревоги, депрессия, отчуждение, апатия и т.д.), когнитивные ответы (трудности с вниманием, концентрацией или принятием решений, памятью и т.д.) и поведенческие ответы (злоупотребление алкоголем, табаком, наркотиками, неоправданный риск и т.д.). Негативные последствия факторов риска влияют на работников, а также на процесс и результаты труда.²

Для оценки здоровья учителей и рисков, которые влияют на них, а также проявлений благополучия в преподавательской деятельности существуют особые инструменты. Здесь интерес заключается не в исчерпывающем изложении, а скорее, в обрамлении интереса нашего исследования по разработке комплексной модели оценки здоровья учителя в процессе его профессиональной деятельности. Речь, прежде всего, идет об оценке здоровья учителей с помощью опросников, которые включают в качестве факторов соматические симптомы, психологический дистресс, связанный с депрессией или тревогой, и уровень стресса. Тест – опрос был проведен как следующий этап исследования психофизиологических факторов развития здоровья педагога в его профессиональной деятельности среди учителей средних общеобразовательных учреждений № 35, 88, 40, 92 г. Душанбе и РТГ в р. Рудаки, Таджикистан. Опросник состоит из 27 пунктов, определяющих психологическое состояние учителей в педагогической среде по четырем ответам – «нет», «иногда» (отрицательный показатель), «часто» и «всегда» (положительный показатель). По психологическим признакам все эти пункты определены по ключу с ответами по следующим шкалам, в которых суммировано количество ответов учителей по соответствующим вопросам и вычислен средний показатель по сумме баллов, разделенных на общее количество опрошенных учителей (95 чел.). Таблица составлена по данным из Приложения 2.

Таблица 4. Психосоциальные факторы определения условия работы учителя в СОУ

№	Факторы	Ответы	Средний показатель	
			отрицательный	положительный
1	Соматические симптомы (стресс, усталость, напряжение, депрессия)	11, 12, 17, 23, 24, 27	19+45+25+42+19+45+46+29+38+39+38+29 = 414:95 = 4,35	13+18+16+12+23+7+9+11+12+6+21+7 = 155:95 = 1,63
2	Тревоги (боль, беспокойство, раздражение)	2, 5, 7, 8, 14, 16, 21, 25	30+45+34+48+13+42+51+32+39+32+26+38+43+33+21+49 = 576:95 = 6,06	18+2+8+5+25+15+10+2+18+6+24+7+14+5+20+5 = 184:95 = 1,93
3	Социальные дисфункции	9, 20	22+51+11+52 = 136:95 = 1,43	19+3+30+2 = 54:95 = 0,56
4	Удовлетворенность работой	4, 13, 15, 18, 26	2+30+5+21+2+21+18+20+5+22 = 146:95 = 1,53	31+32+17+52+27+45+21+36+12+56 = 329:95 = 3,46
5	Убежденность в наиболее полной самореализации в данной деятельности	1, 6, 10, 19	1+28+36+6+10+22+6+11 = 120:95 = 1,26	30+36+5+48+20+43+11+67 = 260:95 = 2,73

¹ Закон Республики Таджикистан. Об охране труда (в редакции Закона РТ от 01.08.2012г. №882). https://andoz.tj/docs/zakoni/1_%E2%84%9615_labor-protect-RT_ru.pdf Дата обращения 24.06.2019.

² Родионов, В.А. Учительский стресс // Школьный психолог. – 2006. – № 4. – С. 24; Ронгинская Т.И. Синдром выгорания в социальных профессиях // Психологический журнал. – 2002. – Т. 23, № 3. – С. 85–95.

Продолжение таблицы 4

6	Активность учителя по улучшению обучения и преподавания	3, 22	13+42+10+27 = 92:95 = 0,96	25+15+23+35 = 98:95 = 1,03
---	---	-------	--------------------------------------	---

По показателям таблицы 4 и Приложению 2 можно судить о таких психологических состояниях учителей в среде вышеуказанных средних общеобразовательных учреждениях г. Душанбе и РТГ в р. Рудаки: по шкале «Соматические симптомы (стресс, усталость, напряжение, депрессия)», составленной по 6 пунктам опросника, указанные симптомы, согласно 414, ответам, оцениваются минимальными (отрицательный показатель «нет» и «иногда» – 4,35 по сравнению с положительными ответами «часто» и «всегда» – 1,63, или, соответственно, 27,25% и сравнению с 72,75% наличия признаков соматических симптомов у учителей этих средних общеобразовательных учреждениях). Полученный результат статистически достоверен: $\chi^2_{Эмп} = 9.976$, $p < 0,05$. Этот показатель можно отнести к оптимальному уровню и регрессивному над прогрессивным мотивом психологических факторов, условия деятельности учителей в средних общеобразовательных учреждениях г. Душанбе; по шкале «Тревоги (боль, беспокойство и раздражение)» отрицательный ответ дали 75,78% (75 ответов), или в 1,43 раза выше среднего показателя, в то время как положительный показатель равен 24,22% (20 ответов), или 0,56 среднего показателя. Полученный результат статистически достоверен: $\chi^2_{Эмп} = 13.156$, $p < 0,05$. Это означает, что большинство учителей ощущает различные формы психологического дискомфорта из-за их загруженности в учебно-воспитательной работе с одной стороны, и с другой, – по причине личных и семейных проблем, отражающихся на жизнеспособности, физическом, и педагогам функционировании учителей; по шкале «Социальные дисфункции», опрос показал следующие результаты: средний отрицательный показатель – 1,53, а положительный – 3,46 единицы среднего показателя (т.е. 71,58% и 28,42% соответственно). (Различия достоверны: $\chi^2_{Эмп} = 8.884$, $p < 0,05$). Результат показывает, что в указанных средних общеобразовательных учреждениях г. Душанбе и РТГ в р. Рудаки социальная дисфункция стабильно низкая; по шкале «Удовлетворенность работой» зафиксированы следующие результаты: отрицательный показатель характерен для 30,74%, а положительный – для 69,26% (соответственно – 1,53 в отрицательном и 3,46 – в положительном измерениях). Полученные различия статистически достоверны: $\chi^2_{Эмп} = 7.01$, $p < 0,05$. Показатели удовлетворенности работой этих учителей свидетельствуют о неплохом уровне их здоровья, о чувствах радости, гордости и удовольствия, т.е. положительных эмоций, которые они испытывают от своей работы; по шкале «Убежденность в наиболее полной самореализации в данной деятельности» отрицательный показатель зафиксирован у 31,58% (средний уровень – 1,26), а положительный – у 68,42% (средний уровень – 2,73) опрошенных (Различия достоверны: $\chi^2_{Эмп} = 6.282$, $p < 0,05$). Профессиональная самореализация рассматривается как признак самоэффективности с уклоном на убежденность в наличии необходимых способностей для организации и выполнения работы и достижения целей. Этот фактор, судя по вышеуказанным данным, не осмыслен чуть больше четверти опрошенными учителями; шкала «Активность учителя по улучшению обучения и преподавания» демонстрирует такие результаты: отрицательный показатель зафиксирован на уровне 0,96, а положительный – 1,03 среднего уровня, что составляют 48,42% и 51,58% соответственно. Однако, нужно отметить, что с точки зрения математической статистики эти различия не являются значимыми: $\chi^2_{Эмп} = 0.008$, $p > 0,05$. Здесь речь идет в основном о создании активных, целостных и совместных стратегий учителями с целью решения образовательных проблем, возникающих в их повседневной деятельности, точнее, «о вещах, бы учителя могли бы решить без проблем» (п.3) и «способности творчески и гибко подходить к обучению и преподаванию» (п. 22). Снижение профессиональной компетентности и развитие синдрома выгорания у себя или у других специалистов

понимаются не как индивидуальная проблема, а как социальная, коллективная, взаимосвязанная с образовательной средой.

Таким образом, проведенный опрос еще раз подтверждает важность для деятельности педагога окружающей среды, а также отдельных переменных психологических качеств, таких как оптимизм, управление классом, ориентированное на учащихся обучение и гражданское поведение. Из этого следует, что для надлежащей деятельности образовательного учреждения большое значение имеет корректировка ресурсов, способствующих созданию педагогического благополучия в образовательном сообществе.

В третьем параграфе – **«Условия обеспечения психологического здоровья педагога среднего общеобразовательного учреждения в образовательном пространстве Таджикистана»** отмечается, что общие принципы для создания благоприятных условий деятельности учителей гарантируются законодательными актами на уровне государства, в том числе Законом РТ об образовании от 4 июля 2013 г., № 537. В нем, в частности, говорится, что государственная политика в сфере образования основывается на следующих принципах: равноправие граждан в получении качественного образования; приоритетность сферы образования на всех уровнях государственного управления; обязательность общего основного образования; доступность общего среднего образования и продолжения обучения на последующих ступенях образования на конкурсной основе; научное, светское и гуманистическое свойство обучения и воспитания в образовательных учреждениях и т.д.

В исследовании, проведенном в средних общеобразовательных учреждениях №№ 28, 32, 91, 102 г. Душанбе и РТГ в р. Рудаки, где участвовали более 100 человек, учителя сообщают, что условия труда никогда не бывают адекватными или крайне редко. Так, учителя вышеуказанных средних общеобразовательных учреждений тоже говорили о психологической усталости и истощении. По их мнению, они были не только итогом рабочих перегрузок и эмоционального напряжения, отдаления поставленных целей, но и результатом воздействия физической среды, окружающей учителя. Опрос включал 35 вопросов по Приложению 3; 24 вопросов по Приложению 4; 21 вопрос по Приложению 5; 14 вопросов по Приложению 6, и 15 вопросов по Приложению 7. Ключи к этим вопросам составлены по принципу объединения аналогичных по содержанию вопросов в трех таблицах, в которых ответы «нет», «в некоторой степени» и «не знаю» оценивались как отрицательные, а «да», «несомненно», «безоговорочно» – как положительные. Все эти показатели распределены по шкалам, в которых суммировано количество ответов учителей по соответствующим вопросам и вычислен средний показатель по сумме баллов, разделенных на общее количество опрошенных учителей (100 чел.).

По показателям Приложения 3 («Организационный климат»), в ключе к нему ответы объединены и отображены в 7 шкалах, которые создают такую картину: по шкале *«Стремление к достижению цели»*, составленной по 7 пунктам ответов выборки (всего 708 (271+437) ответов), это стремление учителей как отрицательное зафиксировано на разных уровнях. Общий средний положительный балл составляет 4,46 со стандартным отклонением 1,07, это означает, что учителя относятся к своим желаниям достижения цели в педагогической деятельности на уровне оптимального согласия. Значения 1,07 стандартного отклонения показывают разброс ответов учителей от среднего значения. Это свидетельствует о том, что в целом (за исключением СОУ № 3 р. Рудаки, где соотношение отрицательного и положительного показателя почти равны – 3,45:3,55) уровень достижений учителей удовлетворяет их в исследуемом районе.

Шкала *«Желание работать «по-другому»*» составлена на основе 7 пунктов выборки и 701 (358+343) ответа. Уже по соотношению показателей ясно, что отрицательные ответы преобладают над положительными. Средний показатель положительных ответов составляет 3,56, что также почти равно среднему отрицательному – 3,54. Почему же половина учителей не желает работать «по-другому»? Причина, скорее всего, кроется в

том, что они планируют свои задачи, выполняют их на очень низком уровне. И такая ситуация имеет несколько причин: их инициативы не поддерживаются ни администрацией среднего общеобразовательного учреждения, ни экспертами в области образования, ни финансово. К этому можно добавить низкую успеваемость учеников, отсутствие современных материалов по предмету и оборудования и др.

В шкале *«Проявление самостоятельности в решении задач независимо от воли начальства»* отражается желание и способность учителей взять на себя полномочия, которые подтвердили бы их собственную компетентность. При этом они свидетельствуют и о том, что способны взять на себя ответственность за свой собственный рост и решение своих собственных проблем. В этом смысле в данную шкалу были включены четыре пункта выборки, которые содержат 415 (146+269) ответов. Общая средняя величина соотнесенности «отрицательного–положительного» – 1,45:2,66. Это означает, что учителя указанных средних общеобразовательных учреждений уверены в том, что они могут проявить самостоятельность в решении возложенных на них задач, независимо от воли и желания их начальников. Этот результат можно отнести к оптимальному уровню: прогрессивные мотивы преобладают над регрессивными (в первую очередь это касается СОУ № 102).

Важный компонент психологической устойчивости учителя заложен в шкале *«Чувство необходимости помощи коллег в решении вопросов»*. Дело в том, что нередко между учителями оказывается нарушенным социальное взаимодействие. Учителя не помогают друг другу, не обращаются за помощью к коллегам и т.д. Между тем такие взаимодействия могут способствовать признанию достоинств каждого учителя. В то же время, отгораживаясь от своих коллег, учитель демонстрирует свою приверженность нормам и традициям, уже устоявшимся в образовательном учреждении. Всё новое такого учителя пугает. Случается так, что учитель вынужден признать, что его присутствие на рабочем месте не так уж и важно. В данном случае творческий потенциал учителя, его приверженность к педагогической деятельности постепенно утрачиваются. В итоге опроса средний показатель в соотношении «отрицательного–положительного» определен как 2,27:2,65. Соответственно ему, положительная оценка учителей по оказанию помощи коллег в решении их насущных проблем чуть выше оценки тех, кто отрицательно отзывался о такой помощи. Тем не менее, другая часть данных указывает на то, что коллегиальный контакт практически не осуществляется, поскольку учителя занимаются своими делами в отдельных кабинетах.

Показатели шкалы *«Зависимость от решения администрации»*, демонстрируют, какой климат, сложился в образовательном учреждении, и как он способствует участию учителей в принятии решений. Если этот климат характеризуется открытостью и принятием риска со стороны самих учителей, то он побуждает их озвучивать новые идеи и подходы, а затем использовать их в работе. Однако следует отметить, что учителя менее охотно участвуют в принятии решений, если они считают, что их директора, интересуясь их мнением, окончательное решение всё же принимают сами. На это указывают результаты выборки, среднее соотношение которых составляет 2,01:2,88. Это означает, что большинство учителей говорит о зависимости их работы и планов от решения администрации образовательных учреждений. Такая ситуация порождает в педагогах чувство разочарования из – за того, что они не могут повлиять на процесс принятия решений.

Что касается шестой шкалы – *«Необходимость в профориентации и оценки деятельности педагога»*, то она включает по 4 пункта и 381 (137+244) ответ. В этих ответах респонденты попытались изложить свое мнение, отразить свою профориентацию как аспект расширения прав, которое предоставляет им среднее общеобразовательное учреждение, в котором они работают, возможности для профессионального развития, постоянного совершенствования знаний и развития навыков. Повышение профессионализма учителей (расширение прав и возможностей) реализуется в процессе

их деятельности. В итоге это укрепляет приверженность учителя к своей работе. Так, опрос учителей пяти средних общеобразовательных учреждений г. Душанбе и р. Рудаки по этому поводу дал результаты, среднее соотношение которых – 1,34:2,49 и они означают, что большинство учителей поддерживает необходимость в профориентации и проведение оценки их деятельности.

В Приложении 4 «Психологическо–профессиональная ориентация учителей» представлены средние значения и стандартное отклонение по 24 вопросам, с помощью которых выявляются личные качества учителя и то, способствуют ли они профессиональной ориентации. Эти вопросы в какой–то мере были провокационными, т.е. они побуждали опрошенных к излишней откровенности. Приведём некоторые из таких вопросов: «Считаете ли Вы себя достаточно хорошими?»; «Считаете ли Вы себя хуже, чем Ваши коллеги в среднем общеобразовательном учреждении?»; «Насколько у Вас развито чувство вины?» и др. Очевидно, что здесь (в подтексте) затрагивается тема личного психологического благополучия, которая связана с субъективными представлениями о счастье. В данном случае применён плюралистический подход к измерению психолого–профессиональной ориентации учителей.

В шкале «*Работать на себя, для своего удовольствия и благополучия*» отражено 617 ответов. Из них отрицательный показатель зафиксирован в 178 ответах, а положительный – в 439. Среднее соотношение «отрицательного–положительного» здесь составляет 2,85:4,36. Согласно этому соотношению, большинство готово работать на себя ради своего удовольствия и благополучия. Что касается условий работы, то учителями этих средних общеобразовательных учреждений (особенно средние общеобразовательные учреждения № 32 и 102) отметили, что они хороши или удовлетворительны и вполне приемлемы для педагогической деятельности. Данное исследование предлагает стабильное определение благополучия на рабочем месте на примере двух средних общеобразовательных учреждений г. Душанбе – №32 и 102.

Шкала «*Быть полезным для других*» отражает показатели, касающиеся перспектив соответствия социальным нормам. Внешнее вознаграждение в виде социального одобрения и признания может восприниматься как особенно важное. Мы проанализировали влияние неформального «помогающего» поведения на благосостояние других людей в зависимости от межличностных различий в социальных нормах, касающихся помощи. В качестве отправной точки мы рассчитали коэффициент внутриличностной корреляции, который показывает, какая часть вариаций удовлетворенности жизнью и позитивного аффекта может быть объяснена различиями на уровне такого взаимоотношения (т.е. кластеризацией). В этом и заключается суть данного вопроса. Были обработаны 515 ответов (отрицательный показатель 76 единиц, положительный – 439). Среднее соотношение «отрицательного–положительного» здесь составляет 0,88:1,98, из чего следует, что эффект неформальной помощи на удовлетворенность жизнью и позитивный эффект снижаются при высокой вере во взаимность и взаимосвязь с другими. Эти показатели демонстрируют, что к оптимальному уровню снова близки результаты СОУ № 102, намного превышающие среднее положительное отношение корреляции (2,63 по сравнению с 1,98).

Личностная характеристика профессиональной ориентации учителя отображена и в содержании шкалы «*Желание быть креативным и эффективным человеком*», составленной по совокупности аналогичных по смыслу четырех ответов из Приложения 4 о степени личной автономии, удовлетворительном статусе, степени независимости учителя и поиске им стабильной и надежной работы. Были обработаны выборки с 390 ответами (отрицательный показатель – 159 единиц, положительный – 231). Среднее соотношение «отрицательного–положительного» здесь составляет 1,12:2,63. Из этого можно заключить, что желание учителей работать творчески и при этом быть автономной персоной огромно. За исключением среднего общеобразовательного учреждения № 91, в других средних общеобразовательных учреждениях отношение положительных

показателей значительно превалируют над отрицательными. По содержанию четырех вопросов выборки определяется, что креативность – это взаимодействие между способностями, процессом и средой, благодаря которому индивид (или группа) производит желаемый результат, который является одновременно новым и полезным в педагогам контексте. Это желание особенно активно высказали учителя в средних общеобразовательных учреждениях № 32 и 102. В данном случае речь идет об измерении творческого потенциала как практического выражения. Все вопросы о креативности и эффективности учителей связаны с абстрактными задачами и демонстрацией навыков.

Следующая шкала «*Быть педагога ответственным человеком*» является в некоторой степени логическим продолжением предыдущей шкалы. В ней заложена идея о том, что социальная ответственность является важной конструкцией для психологического здоровья и благополучия и помогает людям принимать лучшие решения и делать выбор. Она обеспечивает удовлетворительные и успешные результаты для одних и способствует благополучию других. Эта шкала составлена на основе шести пунктов выборки Приложения 4 и 556 (153+403) ответов. Сам факт преобладания позитивного над отрицательным показателем указывает на то, что почти 73% опрошенных относят себя к педагога ответственным лицам. И данное процентное соотношение в ответах оказалось статистически значимым: $\chi^2_{Эмп} = 10,22$, $p < 0,05$. Средний показатель положительных ответов составляет 1,62, что намного ниже среднего отрицательного – 4,18. Здесь тон задают СОУ № 3 р. Рудаки, СОУ № 32 и 102 г. Душанбе. Учителя этих средних общеобразовательных учреждений убеждены, что они с большей вероятностью смогут проявить себя как личности только тогда, когда наше общество в целом будет придерживаться демократических принципов развития, когда оно станет безопасным и защищенным от различных рисков.

Этот тезис подтверждается результатами опроса по шкале «*Готовность к рискам и вызовам*». Эта шкала была составлена на основе анализа и объединения содержания пяти пунктов выборки Приложения 4 и состоит из 489 (140+349) ответов. Здесь также наблюдается преобладание позитивного показателя над отрицательным: 71,3% опрошенных изъявляют свою готовность к различным рискам и вызовам, которые могут проявиться в процессе их педагогической деятельности. Полученное различие статистически достоверно: $\chi^2_{Эмп} = 10,518$, $p < 0,05$. Соотношение средних показателей отрицательных и положительных результатов – 1,36:3,51. Оптимальный результат у средних общеобразовательных учреждений № 102, 32 г. Душанбе и РТГ в р. Рудаки. Исходя из данных шкалы, поведение, связанное с риском, определяется склонностью фокусироваться на благоприятных или неблагоприятных результатах своего рискованного выбора. Эта предрасположенность, которую мы называем концепцией риска, сродни черте характера учителей. Она тесно связана с оптимизмом – устойчивой чертой личности учителей, хотя у некоторых из них со временем уровень оптимизма снижается. Именно поэтому и возник вопрос о психологическом состоянии здоровья педагогов.

И наконец, данные, обработанные в Приложениях 5,6 и 7, объединены в семи шкалах единого ключа. В них отражены личностно–психологические признаки и факторы, так или иначе влияющие на формирование климата в среднем общеобразовательном учреждении. Это тем более важно, потому что изучаемые нами здесь проблемы многогранны и отражают различные психологические аспекты поведения учителей. В данном случае необходимы комплексный анализ содержания всех ответов, целей и задач исследования, а также характеристика респондентов.

Так, первая шкала, получившая условное название «*Самоуверенность и самодостаточность*» учителей, составлена по результатам восьми вопросов указанных приложений и включает в себя семь пунктов ответов опрошенных учителей вышеуказанных средних общеобразовательных учреждений. Суть вопроса заключается в следующем: самоуверенность в себе и чувство самодостаточности контекстуализируются в рамках специфических для конкретной области (СОУ) и конкретного человека (учитель)

представлений о себе. В этой шкале были задействованы и объединены аналогичные по содержанию 777 (356+421) ответов. Положительных ответов оказалось намного больше (54,1%), чем отрицательных. Соотношение средних показателей отрицательных и положительных результатов – 1,15:1,39, показывает, что часть учителей (45,8%) не чувствует себя уверенными и не считает себя самоуверенными и самодостаточными людьми. При этом, данная разница в ответах с точки зрения математической статистики оказалась не значимой: $\chi^2_{Эмп} = 0.2$, $p > 0,05$. Такая самооценка, вероятно, является следствием их неуверенности в возможности реализовать свои способности и цели в реальной жизни. Вместе с тем, открытая оценка своей неуверенности и отсутствие самодостаточности указывают на то, что оба эти конструкта являются значимыми психологическими составляющими в нашем когнитивном опроснике.

Следующая шкала – «*Ощущение «профессиональной» болезни*», составлена по семи вопросам, смысл которых заключается в определении психологического состояния учителей: частота обращений к врачу, случаи головной боли, боли в желудке, в спине, простуда, ухудшение зрения и опасения ожирения, которые получили название «профессиональные болезни». Общее количество ответов учителей всех средних общеобразовательных учреждений 686 (453+233), и в них отрицательные показатели (66,03%) явно преобладают над положительными (33,97%). Важно отметить, что данная разница в ответах оказалась статистически значимой: $\chi^2_{Эмп} = 4.637$, $p < 0,05$. Такая ситуация, конечно, вызывает тревогу, потому что свидетельствует о том, что учителя подвержены психическим перегрузкам.

В опроснике шкала «*Ощущение профессиональной болезни*» по количественной характеристике отделена от следующей шкалы «*Стрессовые синдромы*», по качественной характеристике обе эти шкалы однозначны, и поэтому ниже дается общее заключение по обоим из них.

Шкала «*Стрессовые синдромы*», была составлена на основе 402 (291+111) ответов на четыре вопроса из Приложений 5,6 и 7. Ответы были сформулированы как «нет», «в некоторой степени», «да», «безоговорочно» или «несомненно». Как выяснилось в ходе опроса, только 27,61% учителей пяти средних общеобразовательных учреждений отметили в себе стрессовые синдромы (Различие достоверно: $\chi^2_{Эмп} = 9.633$, $p < 0,05$).

Показатели и той, и другой шкалы свидетельствуют о том, что «синдром выгорания» в учителях, изученных нами, средних общеобразовательных учреждений прогрессирует. Возникает он в результате воздействия стрессовых факторов на работе и выражается в эмоциональном истощении. Свою роль здесь играют рабочее давление и физическая среда учителя, поэтому этот синдром можно охарактеризовать как длительный, неразрешенный рабочий стресс, который требует особого внимания в медицинском, психологическом и организационном отношении.

Четвертая шкала «*Духовно–психологическая активность*» как особый фактор, влияющий на деятельность учителя, концептуализируется в измерении черт или тенденций, которые относительно невосприимчивы к изменениям. Так, в этой шкале объединены ответы, «иллюстрирующие» диапазон от устойчивых факторов до податливых социальных и психологических. Вопросы респондентам в данном случае касались испытываемых (или не испытываемых ими) чувств ответственности, вины, грусти, а также физической активности и поддержки коллег в стрессовых ситуациях. Всего было обработано 502 (269+233) ответа. Как выяснилось, 46,4% учителей положительно отзывались об этих факторах (различия не значимы: $\chi^2_{Эмп} = 0.136$, $p > 0,05$). Здесь нужно отметить, что в вопроснике специально были включены в смешанном варианте негативный аспект состояния человека (вина – 11–й вопрос, грусть, печаль – 12 и 18–й вопросы) и позитивный (ответственность – 10–й вопрос, физическая активность – 14–й вопрос). Если бы эти вопросы задавались отдельно, то результат был бы получен другой.

Следующая шкала посвящена анализу «*Эффективности в отношении к работе, администрации, коллегам и родителям*». Было обработано 662 (295+367) ответа; 65,4% опрошенных подтверждают эффективность в своём отношении к работе, администрации, коллегам и родителям, что является одним из индикаторов хорошего психологического климата в средних общеобразовательных учреждениях. Преобладание данных положительных ответов с точки зрения математической статистики достоверно: $\chi^2_{Эмп} = 4.248$, $p < 0,05$. Среднее соотношение отрицательного–положительного в ответах учителей составляет 0,97:1,25. В этом показателе худшее положение в образовательных учреждениях № 3 р. Рудаки и № 28 г. Душанбе, где оно равно соответственно 19,66% и 23,7%, что означает неэффективное отношение учителей к работе администрации, коллегам и родителям. Тем не менее, большинство учителей вышеуказанных пяти средних общеобразовательных учреждений г. Душанбе и р. Рудаки выступают за поддержку социальных и эмоциональных навыков самих учителей. При этом они отмечают, что эмоциональное состояние учителей (например, регуляция эмоций, способность принимать точку зрения и сопереживать другим людям из разных слоев общества) и их социальные/межличностные навыки (например, позитивное взаимодействие с учениками, родителями и коллегами), вероятно, влияют на социальное, эмоциональное и академическое благополучие их учеников.

К этой шкале по смыслу предмета исследования близка следующая шкала «*Использование ресурсов и внешней поддержки*», составленная на основе пяти вопросов Приложений 5,6 и 7. Ответы на эти вопросы были выражены словами «нет», «в некоторой степени», «да», «безоговорочно» или «несомненно». В общей сложности было получено 511 (267+244) ответов. Из них очевидно, что чуть больше половины учителей (52,2%) не удовлетворены использованием своих внутренних ресурсов и внешней поддержкой в среднем общеобразовательном учреждении (особенно учителя средних общеобразовательных учреждений №91 г. Душанбе и РТГ в р. Рудаки соответственно 28,0% и 27,7%). При этом, полученное различие не является статистически достоверным: $\chi^2_{Эмп} = 0.028$, $p > 0,05$. Среднее соотношение отрицательного – положительного в ответах учителей составляет 0,87:0,83. Результаты опросника показывают, что в указанных средних общеобразовательных учреждениях все еще недостаточно используют внутренние ресурсы и не оказывают внешнюю поддержку. Это очень сильно влияет на методы работы, доступ к знаниям, общение, коммуникацию, сотрудничество и достижение успеха на области профессиональной, социальной и личной жизни учителей и учеников.

Наконец, последняя шкала «*Оценка условий работы в СОУ*», которая также с точки зрения логики тесно связана с предыдущей шкалой. Эта шкала включает в себя 14 пунктов, вычисленных из трех указанных Приложений, в которых зафиксированы больше всех – 1528 (753 отрицательных и 775 положительных) ответов. В них отражены мнения учителей об условиях работы в средних общеобразовательных учреждениях, о возможностях урегулирования конфликтов разного характера, о важности работы, о мерах для улучшения психического здоровья и др. В итоге опроса были зафиксировано среднее соотношение отрицательного–положительного в ответах учителей, которое составляет 2,44:2,99, и означающее, что учителей данных учебных заведений (50,7%) (различие не достоверно: $\chi^2_{Эмп} = 0$, $p > 0,05$) в принципе удовлетворяют условия работы в средних общеобразовательных учреждениях. Большая часть учителей сообщила, что они в значительной степени контролируют то, как они преподают и оценивают учеников. При этом они лишены возможности выбора того, какие материалы и тексты они могут использовать.

Исходя из всего вышеизложенного, можно сделать вывод о том, что обеспечение психологического здоровья педагога в средних общеобразовательных учреждениях является одним из важнейших условий, способствующих психологическому

благополучию педагогов, преподающих в средних классах. Психологическое благополучие (как психическое состояние и как характеристика личности) обеспечивает эффективность образовательного процесса. В свою очередь, средние общеобразовательные учреждения также должны нести более строгую ответственность за качество и адекватность предоставляемых ими услуг. Для этого она должна обладать достаточными ресурсами, которые можно было бы использовать, помимо всего прочего, в профилактике и развитии здоровья учителей во всех его аспектах.

В заключении диссертационной работы представлены выводы, подтверждающие гипотезы и состоятельность положений, выносимых на защиту.

Основные результаты и выводы:

1) В диссертационной работе было доказано, что хотя исторически психологическое здоровье рассматривалось сквозь призму психических заболеваний (например, депрессии, тревоги и т.д.), научное общество пришло к пониманию того, что хорошее психическое здоровье – это не просто отсутствие болезни, но и обладание навыками, необходимыми для того, чтобы справляться с жизненными проблемами;

2) Учащиеся проводят значительное количество времени в среднем общеобразовательном учреждении, а педагоги могут наблюдать и удовлетворять их потребности. Для этого необходимо развивать способность как укреплять естественное психическое здоровье учащихся, так и реагировать на учащихся, страдающие от более острых психических расстройств, которые сегодня находятся на подъеме. Однако, как показали результаты выборки, проведенной среди средних общеобразовательных учреждений (г. Душанбе, г. Гиссар и р. Рудаки), что руководители средних общеобразовательных учреждений часто не располагают информацией, необходимой для оказания эффективных комплексных услуг по охране психического здоровья в масштабах всего среднего общеобразовательного учреждения;

3) Настоящее исследование вносит существенный вклад в понимание сохранения здоровья учителей и преодолении негативных психологических нагрузок, как стресс, испытываемый учителями в условиях средних общеобразовательных учреждений страны. При этом выводы этого исследования показывают, что преподавание остается требовательной профессией и что определенная степень стресса, испытываемого учителем, является частью повседневной практики в средних общеобразовательных учреждениях;

4) Результаты показали, что возросшая тенденция к пассивным формам выживания завершает картину: пассивные формы выживания предпочтительно выбирать в тех случаях, когда собственных компетенций недостаточно для активного решения проблемы или когда не видна возможность повлиять на ситуацию.

5) Климат образовательного учреждения не сводится только к благополучию в среднем общеобразовательном учреждении. Хотя это понятие «климата» основано на субъективном опыте, оно учитывает не столько личность, сколько среднее общеобразовательное учреждения как большую группу, то есть различные социальные группы, которые участвуют в деятельности среднего общеобразовательного учреждения, как внутри, так и, в некоторой степени, за ее пределами: т.е. родители и постоянные партнеры.

б) В работе были использованы опросники, с большим разнообразием вопросов для оценки интересующих аспектов, связанных со здоровьем учителя в средних общеобразовательных учреждениях (г. Душанбе, г. Гиссар и р. Рудаки). Они включали вопросы для измерения синдрома эмоционального выгорания, наиболее распространенной профессиональной психопатологии в профессии учителя, а также вопросы по симптоматике стресса и общему состоянию здоровья учителей. При разработке анкеты были учтены все аспекты, связанные с рисками преподавания, что соответствует инструменту наблюдения за здоровьем, и, взяв за основу широкую концепцию здоровья, были включены показатели уровня благополучия в преподавательской деятельности.

7) Вместе с тем, они теоретически были ассоциированы с государственными законодательными актами Таджикистана, где здоровье понимается как динамическое равновесие, при котором отдельные люди или группы имеют оптимальную способность противостоять условиям жизни. В них выделяются следующие различные и взаимодополняющие направления в изучении процедур идентификации, измерения и мониторинга рисков учителей на рабочем месте: оценка факторов профессионального риска, которая анализирует те условия задачи, организации и рабочего места, которые могут оказать негативное влияние на здоровье работника.

Рекомендации по практическому использованию результатов

На основе полученных результатов были сформулированы рекомендации по улучшению психологического здоровья в следующих установках: целесообразно разработать стратегии, поощряющие участие учителей в управлении охраной труда; необходимо расширить возможности учителей районных учебных заведений в управлении безопасными рабочими процессами и здоровым образом жизни; необходимо продолжать работу в этой области для укрепления стратегии вмешательства и улучшения условий труда и здоровья учителей, рассматриваемых как возможность постоянного улучшения рабочего процесса и как дополнительную ценность для создания благополучного климата в среднем общеобразовательном учреждении. Что касается организации труда, необходимо переосмыслить новые административные схемы, в которых создаются пространства для отдыха и восполнения работоспособности учителей.

СОДЕРЖАНИЕ ДИССЕРТАЦИИ ОТРАЖЕНО В СЛЕДУЮЩИХ ПУБЛИКАЦИЯХ АВТОРА

Статьи, опубликованные в изданиях из перечня рецензируемых журналов, рекомендованных ВАК при Президенте Республики Таджикистан и ВАК при Министерстве образования и науки Российской Федерации

[1–А]. Юнусова Н.М., Курбонов Н.Х. К вопросу психологического благосостояния и здоровья учителей средних общеобразовательных учреждений Таджикистана [Текст] / Курбонов Н.Х. // Вестник Таджикского национального университета, 2023. № 8. – С. 243–249.

[2–А]. Курбонов Н.Х. Психофизиологическое здоровье педагога как фактор развития его профессиональной деятельности [Текст] / Курбонов Н.Х. // Вестник Таджикского национального университета, 2023. №9. – С. 251–258.

- [3–А]. Курбонов Н.Х. Проблема психологического здоровья педагога средних общеобразовательных учреждений в образовательном пространстве Таджикистана [Текст] / Курбонов Н.Х. // Вестник Института развития образования, 2023. №3(43). – С. 88–98.
- [4–А]. Курбонов Н.Х. Вопрос психологического здоровья педагогов средних общеобразовательных учреждений Таджикистана [Текст] / Курбонов Н.Х. // Вестник Академии образования Таджикистана 2024. №2(51). – С.76–82.

Другие публикации по теме диссертационного исследования

- [5–А] Курбонов Н.Х. К вопросу об определении психологического здоровья/нездоровья педагога: основные факторы и критерии [Текст] / Н.Х. Курбонов // Паёми донишгоҳи омӯзгорӣ. №3–4 (7–8), 2021. – С. 172–177.
- [6–А] Курбонов Н.Х. Образовательное пространство как фактор, определяющий уровень психологического здоровья педагогов [Текст] / Н.Х. Курбонов // Паёми донишгоҳи омӯзгорӣ. №4 (14), 2022. – С. 158–164.
- [7–А] Солимии равонии омӯзгор ва аҳамияти он дар ташаккули чомаи муосир Маводи конференсияи ҷумхуриявӣ илмӣ–амалии «Нақши донишҳои психологӣ дар пойдории муносибатҳои оилавӣ». Душанбе–2022 сах. 45–50.
- [8–М] Факторы психологического выгорания педагога. Маводи конференсияи ҷумхуриявӣ илмӣ–амалии дар мавзуи «Асосҳои илмӣ–амалии фаъолияти психолог дар Ҷумҳурии Тоҷикистон». Душанбе–2023 сах. 3–5.
- [9–А] Семья, семейные отношения и их роль в психологическом выгорании педагогов. Маводи конференсияи илмӣ–амалии ҷумхуриявӣ дар мавзуи «Масъалаҳои иҷтимоӣ–психологии ОИЛАИ МУОСИР ва роҳҳои таъмини устувории он» Душанбе–2023 сах. 77–81.
- [10–А] Психологический климат как основной фактор в сохранения психологического здоровья педагогов Конференсияи илмӣ–амалии ҷумхуриявӣ дар мавзуи «Нақш ва аҳамияти хадамоти психологӣ дар муассисаҳои таълимӣ дар пешбурд ва рушди раванди таълиму тарбия» Душанбе–2024 сах.122–126.
- [11–А] Солимии равонии омӯзгор ҳамчун шарти фаъолияти самаранок Конференсияи байналмиллалӣ дар мавзуи «Рушди забони ишора ва таҳсилоти фарогир, мушкилот ва роҳҳои ҳалли он дар ҷаҳони мулсир» Душанбе–2024 сах.355–363.

ВАЗОРАТИ МАОРИФ ВА ИЛМИ ҶУМҲУРИИ ТОҶИКИСТОН
ДОНИШГОҶИ ДАВЛАТИИ ОМУЗГОРИИ ТОҶИКИСТОН
БА НОМИ С. АЙНӢ

ТДУ: 151.8+159.9

ТКБ: 88+88.5

К-93

Ба ҳуқуқи дастнавис

ҚУРБОНОВ НУЪМОН ХОЛМАТОВИЧ

ШАРОИТҶОИ ИҶТИМОӢ-ПСИХОЛОГИИ
НИГОҶДОРИИ СОЛИМИИ ПСИХОЛОГИИ
ОМУЗГОРОНИ МУАССИСАҶОИ ТАҶСИЛОТИ
МИЁНАИ УМУМИИ ТОҶИКИСТОН

А В Т О Р Е Ф Е Р А Т И

диссертатсия барои дарёфти дараҷаи илмии номзади илмҳои психологӣ
аз рӯи ихтисоси 19.00.05 – психологияи иҷтимоӣ
(илмҳои психологӣ)

Душанбе – 2024

Рисола дар кафедраи умумидонишгоҳии психологияи факултети психологияи Донишгоҳи давлатии омӯзгории Тоҷикистон ба номи С. Айни омода гардидааст.

Роҳбари илмӣ: **Юнусова Нафисахон Муродовна**—доктори илмҳои педагогӣ, профессори кафедраи умумидонишгоҳии педагогикаи Донишгоҳи Миллии Тоҷикистон

Муқарризони расмӣ: Каримова Ирина Холовна—доктори илмҳои педагогӣ, профессор, академики Академияи таҳсилоти Тоҷикистон

Рахимова Индира Игорьевна—доктори илмҳои фалсафа аз рӯйи ихтисоси психология Phd, дотсенти кафедраи забон ва илмҳои гуманитарии Донишгоҳи «University of Business and Science» дар шаҳри Тошкенти Ҷумҳурии Ўзбекистон

Муассисаи пешбар: **Донишгоҳи байналмилалӣ забонҳои хориҷии Тоҷикистон ба номи Сотим Улуғзода**

Ҳимояи диссертатсия «28» декабри соли 2024, соати «11:00» дар ҷаласаи шурои диссертатсионӣ 6D.KOA–066 назди Донишгоҳи миллии Тоҷикистон (734025, ш. Душанбе, хиёбони Рӯдакӣ 17) баргузор мегардад.

Бо диссертатсия дар сомонаи www.tnu.tj ва Китобхонаи илмӣ Донишгоҳи миллии Тоҷикистон бо суроғаи 734025, Душанбе, хиёбони Рӯдакӣ, 17 шинос шудан мумкин аст.

Автореферат фиристода шуд "___" _____ соли 2024

Котиби илмӣ
шурои диссертатсионӣ,
номзади илмҳои психологӣ, дотсент



Сафарова З.Р.

МУҚАДДИМА

Мубрамии мавзуи таҳқиқот. Дар шароити рушди босуръати технологияҳои муосири иттилоотӣ-коммуникатсионӣ дар тамоми соҳаҳои ҳаёти инсон ва ҷомеа, одамон имкониятҳои нав пайдо карда, қобилият ва имкониятҳоеро соҳиб шуданд, ки механизмҳои фаъолияти психологӣ онҳоро дигаргун сохтанд. Дар навбати худ, механизмҳои мазкур боиси пайдоиши шиддати ҷисмонӣ, эмотсионалӣ, психологӣ, зеҳнӣ ва ноустувории инсон ва ҷомеа гардиданд.

Дар натиҷаи инкишофи равандҳои дар болозикршуда проблемаҳои соҳаи маориф диққати аҳли ҷомеаро ба худ ҷалб намуд. Дар ин самт, чунон ки маълум аст, омӯзгор нақши асосӣ дорад ва табиист, ки татбиқи мақсадҳои тарбиявӣ дошта, дар оянда некуаҳволии ҷомеа ба солимии равонии ӯ вобастагии калон дорад. Аз ин рӯ, барои тавсеаи фаҳмиши проблемаҳои, ки некуаҳволии омӯзгоронро муайян мекунанд, зарур аст, ки мазмуни фаъолияти омӯзгорони муассисаҳои таҳсилоти миёнаи умумиро амиқ ҳамаҷаҳади таҳлил намоем. Аз ин ҷост, ки, таҳқиқи фазои иҷтимоӣ-психологӣ муассисаҳои таҳсилоти миёнаи умумӣ, ки дар ин ё он шакл ба ташаккули хусусиятҳои эмотсионалӣ, зеҳнӣ ва психофизиологӣ омӯзгорон таъсир мерасонад, мубрамияти бештаре касб мекунанд ва дар ин росто, аҳаммияти омӯзиши солимии равонии омӯзгорро таҳқиқи масъалаҳои марбут ба шахсияти ӯ (омӯзгор) низ собит менамояд. Ҳар ду ҷанбаҳои дар боло зикргардида барои назарияи психология ва фаъолияти амалии психолог ниҳоят арзишманданд.

Дар доираи таҳқиқи мо яке аз ҷанбаҳои муҳим ҷойивазкунии кадрҳо мебошад. Барои он ки омӯзгорон касбро тарк накунад, дар низоми идоракунии маорифи даврони шуравӣ, шаклҳои гуногуни ҳавасмандгардонӣ истифода бурда мешуд ва ин раванд то ба имрӯз дар доираи имконоти мавҷуда ба назар мерасад. Аммо чунин далелҳоро зикр накардан номумкин аст, ки дар марҳалаи муосири инкишофи маълумоти ибтидоӣ ва миёнаи мушкилоти шиддат рӯ ба беҳбудӣ гирифтааст. Ин раванд, махсусан, барои таъмини солимии равонӣ, вазъи иҷтимоӣ омӯзгор ва тарғиби он, ки касби омӯзгорӣ дар маҷмуъ ҳам аз ҷониби давлат ва ҳам аз ҷониби ҷомеа серталаб маҳсуб меёбад, нигаронида шудааст. Имрӯз муассисаҳои таҳсилоти миёнаи умумиро зарур аст, ки ба сиёсати ба шахсият нигаронидашудаи ташкили таълим гузаранд ва мо дар таҳқиқоти худ имкону шароити татбиқи ин равандро дар Тоҷикистони муосир баррасӣ хоҳем кард. Барои амалӣ кардани ин сиёсат ба таври амиқ таҳлил намудан аст, ки ба татбиқи он чӣ мусоидат карда метавонад ва бевосита кор карда баромадани тавсияҳои амалие, ки ба ниғаҳдории солимии равонии омӯзгороне, ки дар шароити сарбории эмотсионалӣ ва шахсӣ кор мекунанд, чӣ гуна аст? Мушкилоти масъалаҳои дар таҳқиқоти мо ба миён гузошташуда аз он иборат аст, ки то ҳол дар асарҳои олимони ватанӣ соҳаи психология оид ба солимии равонии рисолаи мо пешниҳод гардида, чандон эътибори ҷиддӣ дода нашудааст.

Дарачаи таҳқиқи мавзуи илмӣ. Илми муосир заминаҳои мураккаберо ба вучуд овардааст, ки барои ба даст овардани натиҷаи муайян оид ба масъалаҳои солимии равонии омӯзгор заруранд. Онҳоро метавон ба гурӯҳҳои зерин тақсим кард:

– асарҳои илмие, ки масъалаҳои саломатиро дар маҷмуъ ва солимии равонӣ ё некуаҳволии умумиро баррасӣ мекунанд. Дар онҳо ҷанбаҳои психологӣ проблемаи саломатӣ дар муқоиса бо ҷанбаҳои тиббӣ, сотсиологӣ, фалсафӣ ва ғайра муфассалтар мавриди баррасӣ қарор дода шудааст. Ин ҷанбаҳои масъала дар таҳқиқотҳои психологию педагогии Ф. Абуд, Н. М. Амосова, И.Баева, И.Брехман, А.В. Брушлинский, О. Васильева, В.В. Ветрова, И.Н. Гурвич, А. Маслоу, В. Медведев, К.

Роджерс, В. Росина, Г Селье, Н. Смирнова, О.В. Хухлаева ва дигарон инъикос гардидаанд¹:

– Осорхое ки, ки фаъолияти солимию солимгардонии хонандагонро дар мухити муассисаи таълимии тахсилоти миёнаи умумӣ таҳлилу асоснок менамояд ва ин бевосита ба проблемаи солимии равонии омӯзгорон иртибот дорад, дар асарҳои олимони соҳаи психология Л. Акимова, М. Безруких, Р. Бэрона, Д. Давиденко, Г. Демирчоглян, Е. Дмитриева, Е.М. Казина, Л.А. Китаев–Смик, В.В. Кудряшова, А.Г. Мажуги, Д.Матсумото, Ч. Маккалоу, И.П. Павлова, Е. Рутман, Э.Т. Соколова, А.В. Шувалов, В. Ясвин ва дигарон чой дода шудааст²;

– Асарҳои илмӣ, ки дар онҳо падидаи «саломатии равонӣ» яке аз арзишҳои асосии системаи маориф ба ҳисоб меравад, ки имкон медиҳад фазои хуби тарбиявӣ барои ташаккули шахсият фароҳам оварда шавад. Дар ин бора дар асарҳои илмӣ худ В. Ананьев, Л. Абилин, Р. Бернс, О.Ю. Елкин, Е. Климова, В.И.Лебедев, В.П. Петленко, А. Эллис³ ва дигарон ишора намудаанд;

¹ Aboud, F.E., & Prado, E.L. (2018). Measuring the implementation of early childhood development programs. *Annals of the New York Academy of Science*, 1419, 249–263; Амосов Н.М. Природа человека / Н.М. Амосов. Киев: Наукова Думка, 1983; Баева И.А. Психологическая безопасность в образовании / И.А. Баева. – СПб.: «Союз», 2002; Брехман, И.И. Валеология – наука о здоровье / И. И. Брехман. – М.: Физкультура и спорт, 1990; Брушлинский А.В. Проблемы психологии субъекта / А.В. Брушлинский. – М.: Институт психологии РАН, 1994; Васильева О.С. Психология здоровья человека: эталоны, представления, установки / О. С. Васильева, Ф.Р. Филатов.– М.: Академия, 2001; Ветрова, В.В. Уроки психологического здоровья / В.В. Ветрова. М.: Рос. пед. агенство, 2000; Гурвич, И.Н. Социальная психология здоровья: учебник / И.Н. Гурвич. – СПб.: Питер, 2002; Маслоу, А. Дальние пределы человеческой психики Текст. / А. Маслоу. – СПб.: Евразия, 1997; Он же: Психология бытия. Пер. с англ. / А. Маслоу. М.: «Рефл–бук», К.:»Ваклер», 1997; Медведев В.И. Адаптация человека / В. И. Медведев. – СПб.: Институт психологии РАН: Институт мозга человека РАН, 2003; Психология здоровья: Учебник для вузов / Под ред. Г С. Никифорова. – СПб.: Питер, 2006; Роджерс К.Р. Взгляд на психотерапию. Становление человека: Пер. с англ./Общ. ред. и предисл. Е.И. Исениной/ К.Р.Роджерс. – М.: Прогресс, 1994; Селье Г. Стресс без дистресса / Г. Селье. – М.: Прогресс, 1992; Смирнов, Н.К. Здоровьесберегающие образовательные технологии и психология здоровья в школе / Н.К. Смирнов. – М.: Аркти, 2006; Хухлаева, О.В. Коррекция нарушения психологического здоровья дошкольников и младших школьников Текст. / О.В. Хухлаева. – М.: Академия, 2003.

²Акимова, Л. А. Здоровьесберегающие технологии: учебное пособие / Л. А. Акимова. – Оренбург, 2017.; Безруких М.М. Здоровье–сберегающая школа / М.М. Безруких. – М. : Моск. психол.–соц. ин–т, 2004.; Бэрн Р., Ричардсон Д. Агрессия. – СПб: Питер, 2001; Давиденко Д.Н., Ю.Н. Щедрин, В.А. Щеголев. Здоровье и образ жизни студентов: учебное пособие / Под. общ. ред. проф. Д.Н. Давиденко. – СПб.: ГУИТМО, 2005.; Демирчоглян, Г.Г. Человек у компьютера: как сохранить здоровье / Г.Г. Демирчоглян. –М.: Терра–кн. клуб, 2001; Дмитриева, Е.Е. Психологические особенности детей и подростков с проблемами в развитии: Изучение и психокоррекция: учебное пособие для вузов / Е.Е. Дмитриева, Е.Н. Васильева, В.Г. Алямовская /Под ред. У.В. Ульенковой.– СПб.: Питер, 2007; Казин Э. М. Образование и здоровье: медико–биологические и психолого–педагогические аспекты. Кемерово, 2012; Китаев–Смык Л.А. Психология стресса. Психологическая антропология стресса. 2–е изд. / Л.А. Китаев–Смык. – М.: Академический Проект, 2009; Кудряшова, В.В. Обеспечение психологического здоровья студентов средствами психологической службы педагогического колледжа: дис. .канд. психол. наук / В.В. Кудряшова.– Ростов н/Д, 1999; Мажуга, А.Г. Педагогическая концепция здоровьесозидающей функции образования: дисс. д–ра пед. наук, 2011; Matsumoto, D. Culture and Psychology / D. Matsumoto. – Wadsworth Publishing; 4th edition, 2007; Мак–Каллоу Дж. Лечение хронической депрессии / Дж. Каллоу. – СПб.: Речь, 2003; Павлов И.П. О типах нервной деятельности и экспериментальных неврозах / И.П.Павлов. – М.: Медгиз, 1954; Рутман Э.М. Надо ли убегать от стресса / Э .М. Рутман. М.: Физкультура и спорт, 1990; Соколова, Е.Т. Влияние на самооценку нарушений эмоциональных контактов между родителем и ребенком и формирование аномалий личности Текст. / Е.Т. Соколова// Семья и формирование личности / под ред. В.В. Столина. – М.: МГУ, 1981; Шувалов, А.В. Интерсубъективные условия психологического здоровья детей: Дисс. .канд. психол. наук / А.В. Шувалов.– М., 2000; Ясвин В.А. Экспертиза школьной образовательной среды / В.А. Ясвин. – М.: Сентябрь, 2000; Он же: Школьная среда как предмет измерения: экспертиза, проектирование, управление / В.А. Ясвин. – М.: Народное образование, 2019.

³Ананьев, В.А. Введение в психологию здоровья / В.А. Ананьев. – СПб: Медицина, 1998; Абилин Л.М. Психологические механизмы эмоциональной устойчивости человека / Л.М. Абилин. – Казань: КГУ, 1987; Бернс, Р. Развитие Я–концепции и воспитание : пер. с англ. / Р. Бернс. – М. : Прогресс, 1986.; Елькина О. Ю. Путешествие в мир профессий: метод. пособие / О.Ю. Елькина. – М.: Академия: ОАО «Московские учебники», 2011; Климов Е. А. Психология профессионального самоопределения / Е.А. Климов. – М.:

–асарҳои илмие, ки ҷанбаҳои гуногуни солимии равониро дар муҳити таълим баррасӣ мекунад. Дар ин ҷо чунин муаллифони номбар кардан мумкин аст: О. Барская, Ф.П. Березин, Н. Водопьянова (хаммуаллиф), П.Гил, Е.П. Ильин, М.Л. Мельникова, В. Рудов, Е. Сорокумова, В.В. Столин, И.И. Чесноков ва дигарон.¹

Махсусан, асарҳои Н.П. Анисеева, А. Баранова, Р. Быков ва А. Печеркина бештар ба мавзӯи таҳқиқоти мо алоқамандӣ доранд.

Ҳамчунин, дар асари худ Н.П. Анисеева масъалаҳои ташаккули фазои психологӣ дар синф ва гурӯҳҳои педагогӣ, воситаҳои ташаккули ин фазо (чӣ гуна тағйир ёфтани мавқеи кӯдак дар гурӯҳ, худидоракунии дар гурӯҳи синфӣ чӣ тавр инкишоф меёбад, хонандагони муассиса ва хонандагони мактабҳои олии чӣ тавр ба назар гирифта, усулҳои муоширатро меомӯзанд ва ғайра), дар бораи мавқеҳои тез–тез дучор омадани омӯзгорон дар фаъолияти ҳаётии онҳо ва чӣ тавр ин ба муҳайё намудани фазои муътадили психологӣ дар гурӯҳ халал мерасонад, баён кардааст.

Дар навбати худ дар монографияи А. Баранов модели мушаххаси психологӣ – ба фишор тоб овардани омӯзгорро асоснок ва дар амалия тасдиқ мекунад. Исбот карда шудааст қолабҳои психологие, ки қобилияти тобоварии устодонро ба стресс таъмин мекунад, ки мавриди тавачҷуҳи хоса қарор доранд. Онҳо рушди шахсӣ ва касбиро ҳавасманд мекунад ва ҳамзамон ба ташаккули тобоварии омӯзгорон ба стресс мусоидат хоҳад намуд. Ин қолабҳо хусусияти аснӣ, хусусияти раванди мутобиқшавиро инъикос мекунад, ки метавонанд ба рушди касбӣ ва шахсии ин омӯзгорон монеъ шаванд.

Монографияи Р. Быкова аз рӯи эссеи худи омӯзгорон, ки дар хусуси мушкилоти гуногуни муҳити таълим сухан меронанд, навишта шудааст. Аз ҷумла, инҳо масъалаҳои муҳим, ба мисли вижагиҳои касбии омӯзгор, арзишҳо, афкор ва қолабҳои дар ҷомеа ҷойдошта мебошанд. Баҳси муаллиф дар бораи фарқи байни афсурдагии касбӣ, апатияи иҷтимоӣ ва шаклҳои мутобиқшавӣ ба ин шароит, ки доимо тағйир меёбад, дар бораи сабабҳои апатияи иҷтимоӣ ва таъсири он ба системаи маориф ҷолиби тавачҷуҳ аст.

Кори таҳқиқотии А. Печеркина ба таҳлили натиҷаҳои омӯзиши саломатии касбии омӯзгор аз нуқтаи назари фалсафӣ, тиббӣ ва педагогӣ, дар заминаи самтҳои психологияи муосир ва фаъолияти педагогии муосир бахшида шудааст. Тавачҷуҳи махсус ба омӯзиши шароити ташкилии фаъолияти омӯзгорӣ, омилҳои психологияи саломатии касбии омӯзгор, инчунин ба масъалаи дастгирии психологӣ ва технологияи худтаъминкунии саломатии касбии омӯзгор дода мешавад.

Ҳамчунин, бояд осори омӯзгорони ватаниро, аз қабилӣ: Ф.Шарифзода, М.Лутфуллоева, У.Зубайдов, И.Х. Каримова, Б.Мачидова, М.Иззатова, А.Нуров ва

Академия, 2010; Лебедев В.И. Личность в экстремальных условиях / В.И. Лебедев. – М.: Политиздат, – 1989; Петленко, В.П. Этюды валеологии: здоровье как человеческая ценность / В.П. Петленко, Д.Н. Давиденко. СПб.: Издат. дом «Здоровый мир», 1998; Ellis A. All Out!: An Autobiography (Psychology) / A. Ellis. Prometheus, 2009: 668.

¹Барская, О.Л. Социальное самочувствие: методологические и методические проблемы исследования : автореф. дис. канд. филос. наук / О.Л. Барская. – Москва, 1989; Березин Ф.Б. Психическая и психофизиологическая адаптация человека / Ф.Б. Березин. – Л.: ЛГУ, 1988; Водопьянова Н.Е., Старченкова Е.С. Синдром выгорания: диагностика и профилактика. 2–е изд. / Н.Е. Водопьянова – СПб.: Питер, 2008; *Gil P. Medicina preventiva y salud pública*. Elsevier España, S.L.U.; 11th ed., 2008; Ильин Е. П. Эмоции и чувства / Е.П. Ильин. – СПб: Питер, 2001; Мельникова, М. Л. Психология стресса: теория и практика: учебно–методическое пособие / М.Л. Мельникова. – Екатеринбург, 2018; Rudow, B. (1999). Stress and burnout in the teaching profession: European studies, issues and perspectives. In A. M. Huberman, (Ed.) Understanding and preventing teacher burnout. A sourcebook of international research and practice (pp. 38–58). New York: Cambridge University Press; Сорокумова, Е.А. Психология понимания в самопознании младших школьников / Е.А. Сорокумова. – Новгород: Гуманитарный центр, – 1999; Столин В.В. Самосознание личности / В.В. Столин. – М.: Издательство Московского Университета, 1983; Чеснокова, И. И. Проблема самосознания в психологии / И.И. Чеснокова. – М.: Наука, 1977.

дигарон, ки дар рушду такомули андешаҳои этнопедагогика ва методикаи таълим саҳми калон гузоштаанд, махсусан зикр кардан лозим аст¹.

Аммо сарфи назар аз мавҷудияти миқдори зиёди корҳои илмӣ оид ба мушкилоти солимии равонии омӯзгорон дар муҳити таълим, ин мавзӯ то ҳол аз нигоҳи иҷтимоӣ-психологӣ дар Тоҷикистон таҳқиқнашуда боқӣ мемонад. Ҳамзамон, таҳлил адабиётҳои илмӣ имкон дод, ки ихтилофҳои зерини байни:

- талаботи ҷомеа ба салоҳияти касбӣ ва шахсӣ, саломатии равонии омӯзгорони ҷумҳурӣ ва рушди нокифояи онҳо;

- талаботи муассисаҳои таълимии муосир ба омӯзгорони дорои руҳияи солим ва бо ин ки дар илми психологияи муосир роҳу усулҳое, ки нигоҳдории солимии равониро дар соҳаи фаъолияти педагогӣ таъмин менамоянд, дақиқ муайян карда нашудааст;

- падидаи «саломатии психологӣ» ва хусусияти дар амал татбиқ кардани он (хусусиятҳои муносибат ба худ, зухуроти изтироб ва хашмгинӣ, муқовимат ба стресс, ҳастагии эмотсионалӣ ва ғайра).

Дар таҳқиқот мо кӯшиш намудем, ки баъзе муқарраротро оид ба солимии психологияи омӯзгорони муассисаҳои таҳсилоти миёнаи умумӣ дар шароити Ҷумҳурии Тоҷикистон мушаххас намоем.

Мақсади таҳқиқот. таҳлили бонизомии шароитҳои иҷтимоӣ–психологӣ ва педагогии нигоҳдории солимии равонии омӯзгорони муассисаҳои таҳсилоти миёнаи умумии Ҷумҳурии Тоҷикистон.

Мубоқиқаи ҳадаф иҷрои вазифаҳои зерин гузошта шуданд:

1. Таҳлили назариявии сохторӣ–функционалӣ аҳаммияти солимии равонии омӯзгор дар муассисаҳои таҳсилоти миёна;
2. Муайян намудани принципҳои назариявии ташаккули фазои таълим ва муҳити равонӣ дар заминаи проблемаи ҳифзи солимии омӯзгорон;
3. Таҳқиқ ва асоснок намудани асосҳои иҷтимоию ҳуқуқии таъмини солимии равонӣ ва солимии омӯзгорони муассисаҳои таҳсилоти миёнаи умумии Тоҷикистон;
4. Мушаххасгардонии омилҳои асосии психофизиологияи инкишофи солимии омӯзгорони муассисаҳои таҳсилоти миёнаи умумии ҷумҳурӣ дар раванди фаъолияти касбӣ;
5. Асоснок кардани шароити таъмин ва рушди мақсадноки солимии равонии омӯзгорон дар фазои таълимии Тоҷикистон.

Объекти таҳқиқот: рушди шароити нигоҳдори солимии равонии омӯзгорон дар фазои таълим.

Предмети таҳқиқот: шароити иҷтимоӣ–психологияи нигоҳдории солимии равонии омӯзгорон дар фазои таълимии муассисаҳои таҳсилоти миёнаи умумии Тоҷикистон.

Фарзияҳои таҳқиқот ба таври зерин пешниҳод карда шудааст:

– солимии равонии омӯзгорони муассисаҳои таҳсилоти миёнаи умумӣ ҳолати мураккаби динамикӣ мебошад, ки бо хусусиятҳои равонӣ ва хусусиятҳои шахсият рафторӣ, ки метавонад устувор ё тағйирёбанда бошад алоқаманд аст;

¹ Шарифзода Ф. Педагогика: назарияи инсонфар ва ҷомеаи фарҳангӣ. – Душанбе, 2010; Лутфуллоев М. Дидактикаи муосир. – Душанбе, 2010; Зубайдов У. Теоретико–практические основы дифференцированного обучения в школах Республики Таджикистан. – Душанбе, 1999; Каримова И.Х. Гуманистические воззрения средневековых мыслителей таджикского народа: воспитательный потенциал и трансформация в современную жизнь. – Душанбе, 2000; Маджидова Б. Народные традиции и обычаи как средство формирования нравственных качеств детей в семье. – Душанбе, 2004; Иззатова М. Педагогические основы воспитания детей – Душанбе, 2013; Нуров А. «Национальные и общечеловеческие ценности и их роль в нравственном воспитании подрастающего поколения». – Душанбе, 2004.

– сатҳи пасти дониши омӯзгорони муассисаҳои таҳсилоти миёнаи умумӣ оид ба масъалаҳои солимии равонӣ барои баҳодиҳии дурусти ҳолати равонии онҳо монёв мешавад, ки дар натиҷа онҳо наметавонанд, вариантҳои муносиби амал ва рафторро интихоб намоянд, ки ба онҳо имконияти худшиносӣ ва имконияти фардӣ-психологӣ фароҳам оварда шавад.

Марҳила, макон ва давраи таҳқиқ. Таҳқиқ дар се марҳила гузаронида шуд:

Дар марҳилаи аввал (2019-2020) адабиётҳои илмӣ оид ба масоили солимии равонӣ омӯхта, принципҳои назариявӣ ва парадигмаи концептуалии солимии равонии омӯзгор таҳия карда шуданд.

Дар марҳилаи дуюм (нимаи дуюми соли 2020) мақсад, вазифаҳо ва фарзияҳои таҳқиқот мураттаб гардида, воситаҳои зарурии методӣ таҳия карда шуданд.

Дар марҳилаи сеюм (солҳои 2021-2022) таҳлили санҷишҳои тартибдода – саволномаҳо, пурсишномаҳо, мушоҳидаҳо ва дигар маълумотҳои эксперименталӣ гузаронида шуда, хулосаҳои бадастомада мушаххас карда шуданд.

Асоси назариявӣ ва методологии таҳқиқот аз инҳо иборат аст: муқаррароти умумии назариявӣ ва ақидаҳо дар бораи солимии равонӣ, ки аз ҷониби олимони ғарб, рус ва ватанӣ таҳия шудаанд. Дар ҷараёни ҳалли масъалаҳо усулҳои гуногуни иловагӣ: таҳлили назариявӣ ва назариявӣ методологӣ, ҷамъбаст ва тафсири маълумоти илмӣ, усулҳои таҷрибавӣ ва пурсишнома, усулҳои математикӣ ва омории коркарди натиҷаҳо дар шакли омӯрӣ тавсифӣ, таҳлили коррелятсионӣ, санҷиши фарзияҳои омӯрӣ ва ғайра истифода шудаанд.

Эътимоднокии натиҷаҳои таҳқиқ ва асоснокии хулосаҳо бо мувофиқати мафҳумҳои назариявии дар таҳқиқот баррасигардида бо истифода аз воситаҳои зарурии методологӣ таъмин карда шуданд.

Асоси таҷрибавии таҳқиқот натиҷаи пурсиши 185 омӯзгори муассисаҳои таҳсилоти миёнаи умумии шаҳрҳои Душанбе, Ҳисор ва ноҳияи Рӯдакӣ ташкил додаанд.

Натиҷаҳои асоси ва навгонии илмӣ таҳқиқ аз он иборат аст, ки ин аввалин таҳқиқоти илмӣ дар психологияи иҷтимоии ватанӣ оид ба солимии равонии омӯзгорони муассисаҳои таҳсилоти миёнаи умумии Ҷумҳурии Тоҷикистон буда, дар он усулҳои таҳқиқоти миқдорӣ ва сифатӣ истифода шудаанд. Диссертатсия бо натиҷаҳои нави зерин тавсиф карда мешавад:

–Мафҳуми «солимии равонии омӯзгор» ва ҷузъҳои таркибии онро аз нигоҳи назариявӣ равшан ва муайян намуда, равишҳои пешниҳодшударо ба таҳқиқоти назариявӣ ва таҷрибавӣ оид ба пуррагии муносибати бошууронаи омӯзгорон ба солимии равонӣ пешкаш шудаанд;

–Омил ва меъёрҳои асосии муайянкунии солимии равонии омӯзгор ошкор карда шуда, дараҷаи таъсири муносибатҳои иҷтимоӣ ба фаъолияти омӯзгорӣ ва ҳолати солимии равонӣ муқаррар карда шудаанд;

–Тафсир ва хусусиятҳои фазои таълимӣ, ки дар он фазои психологӣ ташаккул меёбад, механизмҳои психологии худтанзимкунӣ барои таҳким ва нигоҳ доштани саломатии омӯзгорон пешниҳод шудааст;

–Асосҳои иҷтимоӣ равонӣ ва ҳуқуқии таъмини солимии равонии омӯзгорони муассисаҳои таҳсилоти миёнаи умумии шаҳри Душанбе ва ноҳияҳои тобеи марказ (ш.Ҳисор ва н.Рӯдакӣ) бо тавачҷуҳ ба самтҳои арзишманди онҳо асоснок карда шудаанд;

–Дар асоси таҳлили маълумотҳои эмпирикӣ омилҳои психофизиологии инкишофи саломатии омӯзгорон дар шароити муассисаҳои таҳсилоти миёнаи умумии шаҳри Душанбе, ноҳияҳои тобеи ҷумҳурӣ (ш.Ҳисор ва н.Рӯдакӣ) ва динамикаи тағйирёбии хусусиятҳои равонии шахсии омӯзгорон муайян гардида, дар рафти фаъолияти касбии онҳо ба назар гирифта шуданд;

– собит гашт, ки шароити таъмини солимии равонии омӯзгорони муассисаҳои таҳсилоти миёнаи умумӣ дар фазои таълимии Тоҷикистон дорои хусусияти системавӣ ва мураккаб буда, дар бораи зарурати муносибати бошуурона ба ҳифзи солимии равонии омӯзгорон дар муассисаҳои таълимии миёна асоснок карда шудааст.

Нуқтаҳои ба ҳимоя пешниҳодшаванда:

1. Солимии равонӣ ҳолати мутобиқшавии нисбатан хуб, ҳисси некуаҳволӣ ва амалӣ гардонидани имконияту қобилиятҳои шахс барои ташаккули муносибатҳои ҳамоҳанг бо одамони дигар ва иштирок кардан ё гузоштани саҳми созанда дар тағйири муҳити иҷтимоӣ ва ҷисмонии шахс мебошад. Сухан дар хусуси салоҳиятҳои ҷисмонӣ, равонӣ, иҷтимоӣ ва эмотсионалӣ меравад, ки шахс бояд барои бартарарф кардани мушкилоте, ки дар ҳаёт дучор мешавад, дорои онҳо бошад. Қобилияти фикрронии оқилона ва тобоварӣ ба тағйирот, стресс, осеб ва талафоте дошта бошад, ки дар ҳаёт бо мақсади таъмини устувории эмотсионалӣ ва устуворӣ ба вучуд меоянд.

2. Аз нигоҳи асосҳои назариявии таҳлили проблемаи солимии равонии омӯзгорон, яке аз проблемаҳои муҳим таснифоти омилҳо мебошад. Дар маҷмӯъ, инҳо хусусиятҳои фардӣ, ташкилӣ ва касбӣ мебошанд. Сарбории қор як сохтори бисёрҷанба ва мураккабест, ки бо омилҳои ҷисмонӣ, равонӣ ва иҷтимоӣ ташаккул меёбад ва ҳар яке аз ин омилҳо ба ҳастагӣ мусоидат намуда, дар навбати худ метавонад ба некуаҳволии ҷисмонӣ ва руҳӣ таъсири номатлуб расонад.

3. Муҳити психологӣ натиҷаи фаъолияти муштаракӣ одамон ва муносибатҳои байнишахсии онҳо ба ҳисоб меравад. Ин ба муҳити муассисаҳои таҳсилоти миёна (бехатарӣ, муносибатҳо, омӯзиш, муҳити зист) ва ташкилоти нисбатан калонтар (аз нуқтаи назари ҷудогона то умумӣ, солим ё носолим, бошуурона ё эътирофнашуда) хос аст. Қор самти асосие вучуд доранд, ки фазои мактаби миёнаро ба таври возеҳ муайян мекунад: бехатарӣ, муносибатҳои мутақобила, таълим (омӯзиш) ва муҳит (берунӣ). Ҳамаи ин омилҳо фазои психологии муассисаҳои таълимии миёнаро муайян мекунад.

4. Таҳсилоти давлатӣ дар Тоҷикистон аслан масъалаи сиёсӣ аст. Дар баробари ин, ҷунун ки маълум аст, тибқи асноди ҳуқуқӣ ва иҷтимоӣ муассисаҳои таҳсилоти миёнаи давлатӣ муассисаҳои мебошанд, ки ба ҳар як шаҳрванд тааллуқ доранд. Ҳадаф аз қабули қонуни маориф ин баланд бардоштани дастрасӣ ба таҳсилот аст, ки дар ин раванд масъулият аз ҳукумат ба волидайн мегузарад. Татбиқи ин муқаррарот дар сатҳи кишвар хеле душвор аст. Гап дар сари он аст, ки дар роҳи ба вучуд овардани фазои муътадили психологӣ дар муассисаҳои таълимии таҳсилоти миёнаи умумӣ, махсусан дар робита ба қисмҳои асосии ин раванд – давлат – падару модар – омӯзгорон мушкилоте монеаҳои зиёд мавҷуданд.

5. Фаъолияти меҳнатӣ омилҳои имтиёзноки солимии равонии субъект мебошад. Қор, ки дар шароити номувофиқӣ иҷтимоӣ иҷро карда мешавад, метавонад ягонагии ҷисмонӣ ва равонии одамонро зеро хатар гузорад. Дар ин ҷо, аз ҷумла, ҳодисаҳои нохуш, вайроншавиҳо, аз қабилӣ стресс, изтироб ва осеб дидани узвҳои дастгоҳи ҳаракат ва хароҷоти иҷтимоӣ ба миён омада метавонанд. Оқибатҳои равонии онҳо боиси афзоиши асабоният, изтироб ё ҳастагии равонӣ, фишори баланди хун, контракураҳо, бехобӣ, мушкилоте меъдаю рӯда ё дил гардида, бо ин хатарҳо алоқаманд шуда метавонанд.

6. Таҳлили шароити қор ва саломатии ҳайати омӯзгорон дар ҷунун муҳит ба мисли муассисаҳои таълимӣ дорои хусусиятҳои хосест, ки дар он ҷанбаҳои гуногуни иҷтимоӣ, фардӣ ва биологӣ якҷоя мешаванд. Тибқи пурсишномаи омӯзгорони муассисаҳои таҳсилоти миёнаи умумии шаҳри Душанбе ва ноҳияҳои тобеи марказ (ш.Ҳисор ва н.Рӯдакӣ) маълум гардид, ки шароити қори онҳо ҳеч гоҳ мусоид набуд ва аҳёнан мувофиқ аст; ба фаъолияти омӯзгорӣ на ҳама машғул мешавад; ки он дар давоми рӯз ба муассиса мувофиқат мекунад ва аз ҳашт соати қори синфӣ дар як рӯз иборат аст, ки ин, бешубҳа, омилҳои муҳофизатии омӯзгор аст, зеро тақсими вақт дар

давоми рӯзи корӣ мушаххас аст. Хастагии руҳӣ ва заифии омӯзгорони муассисаҳои таҳсилоти миёнаи умумии дар боло зикргардида на танҳо дар фишори корӣ аз сарбории зиёдатӣ ва изтиробии эмотсионӣ, бепарасторӣ ва ғайра, балки дар хавфи корношоямии ҷисмонӣ ва равонии вобаста ба кор ифода меёбад.

Аҳаммияти назариявии натиҷаҳои таҳқиқ дар густариш ва амиқ гардонидани андешаҳои илмӣ дар бораи солимии равонии омӯзгор ҳамчун намояндаи касбии гурӯҳе, ки барои тарбияи насли навраси солим масъул аст, вобаста мебошад. Дар асоси таҳлили маълумотҳои эмпирикӣ дар ҳолати равонии шахсии омӯзгор динамикаи тағйирот муайян карда шуда, имкони заминаҳое, ки боиси инкишофи синдроми афсурдашавӣ, депрессия, ноустувории эмотсионалӣ, асабоният, изтироб ва ғайра дар ин ҳолат мегарданд, тасдиқ карда шудааст.

Аҳаммияти амалии натиҷаҳои таҳқиқот аз он иборат аст, ки аз хулоса ва натиҷаҳои кори мо метавонад барои тайёр кардани мутахассисон дар зинаҳои миёна ва олии педагогӣ, инчунин, дар раванди таҳсилоти баъдидипломӣ ва тайёр намудани мутахассисони баландхаттисос истифода кунанд. Мураббӣён бо мақсади баланд бардоштани тайёрии психологӣ худ натиҷаҳои диссертатсияро барои ташхиси объективона ва саривақтии вазъи солимии равонӣ дар шароити мониторинги саломатии омӯзгорон ва баланд бардоштани самаранокии ислоҳи он, ташаққули муносибати муносиб ба тарзи ҳаёти метавонад солим ҳамчун намуна баранд.

Дарачаи эътимоднокии натиҷаҳои таҳқиқоти диссертатсионӣ бо истифодаи усулҳои таҳқиқотӣ, ки барои таҳлили объективӣ ва ҳамачонибаи ҷанбаҳои назариявӣ ва методологии мавзӯи диссертатсия, омӯзиши адабиёти васеи илмӣ, низомнок ва ҷамъбасти натиҷаҳои илмӣ, инчунин, таърифҳои пешниҳодкардаи муаллиф, андешаҳо ва тавсияҳои илмию амалӣ, муқаррароти илмӣ таҳқиқот ва навоариҳои онҳо дар муқоиса бо дастовардҳои илмӣ олимони варзидаи хориҷӣ ва ватанӣ тасдиқ мегардад. Эътимоднокии кор инчунин бо таҳлили миқдори ва сифатии натиҷаҳо, истифода бурдани усулҳои омили математикӣ таъмин карда мешавад.

Мутобиқати диссертатсия ба шиносномаи ихтисоси илмӣ. Мухтавои таҳқиқоти диссертатсионӣ ба шиносномаи ихтисоси 19.00.05 – Психологияи иҷтимоӣ (илмҳои психологӣ) мувофиқат мекунад.

Саҳми шахсии муаллиф дар таҳияи принципҳои назариявӣ ва татбиқи қисми таҷрибавии таҳқиқ, муайян кардани марҳилаҳо, асосҳо ва усулҳои таҳлили эмпирикӣ–психологӣ, риояи пайдарпайии равандҳои таҳқиқотӣ, ҷамъбаст ва шарҳи он таҳияи тарҳи ташаққули омодагии психологӣ омӯзгорони оянда барои ба вучуд овардани муҳити психологӣ мусоид дар фазои таълимӣ ифода меёбад.

Тасвиб ва амалисозии натиҷаҳои таҳқиқот. Муқаррарот ва натиҷаҳои асосии таҳқиқот дар семинару конференсияҳои илмию амалии ҳарсола дар ДДОТ ба номи С.Айнӣ (2019-2023), ҷаласаҳои кафедраи психологияи донишгоҳи зикршуда инъикос ёфтаанд. Аз рӯи мавзӯи таҳқиқ 4 мақола бо ҳаҷми умумии 6 ҷ.ҷ. дар маҷаллаҳои тақризшавандаи Комиссияи олии аттестатсионӣ ба таъб расонида шудааст.

Соҳтори рисола. Диссертатсия аз муқаддима, ду боб, шаш зербоб, хулоса, рӯйхати адабиёт бо 210 сарчашма ва 7 замима иборат аст. Матни асосии диссертатсия 174 саҳифаро дар бар мегирад.

ТАВСИФИ МУХТАСАРИ ТАҲҚИҚОТ

Дар муқаддима мубрами мавзӯ, дарачаи таҳқиқи мавзӯи илмӣ, робитаи таҳқиқот бо барномаҳои илмӣ, мақсад ва вазифаҳои таҳқиқот, объект ва предмети таҳқиқот, фарзияи таҳқиқот, асосҳои назариявӣ ва методологии таҳқиқот, навгонии илмӣ таҳқиқот, нуктаҳои асосии ба ҳимоя пешниҳодшаванда, аҳаммияти назариявӣ ва амалии таҳқиқот, дарачаи эътимоднокии натиҷаҳои таҳқиқот, мутобиқати диссертатсия ба шиносномаи ихтисоси илмӣ, саҳми шахсии довталаб, тасвиб ва амалисозии натиҷаҳои диссертатсия, интишорот аз рӯи мавзӯи диссертатсия ва соҳтор ва ҳаҷми диссертатсия оварда шуданд.

Дар боби якум «**Муносибати назариявию методологӣ ба таҳлили шароити ниғаҳдории фазои иҷтимоию психологӣ ва солимии психологии омӯзгорон**» дастовардҳои асосӣ ва мушкилоти бо таҳқиқи шароити ниғаҳдошти муҳити иҷтимоию равонӣ ва солимии равонӣ алоқамандбуда инъикос шудаанд.

Дар зербоби якум «**Таҳлили назариявии мафҳуми солимии психологии омӯзгор ва чузъҳои таркибии он**» қайд карда мешавад, ки фазои психологию педагогӣ натиҷаи ғайрифаъолияти муштараки одамон, муносибатҳои байнишахсии онҳо ба ҳисоб меравад. Ин ба муҳити муассисаҳои таҳсилоти миёна (бехатарӣ, муносибатҳо, омӯзиш, муҳити зист) ва сохторҳои калони ташкилӣ (аз нуқтаи назари ҷудогона то умумӣ, солим ё носолим, бошуурона ё эътирофнашуда) хос аст.

Солимии равонӣ ин ҳолати аз набудани ихтилоли равонӣ бештар аст. Мафҳумҳои солимии равонӣ некуаҳволии субъективӣ, худидоракунии даркшуда, мустақилият, салоҳият, вобастагии омилҳои гуногун ва эътирофи қобилияти амалисозии нерӯи зеҳнӣ ва эмотсионалии шахсро дар бар мегиранд. Ҳамин тариқ, аз нигоҳи равонӣ шахс аслан, бояд хушбахт бошад ва қобилияти бо одамони дигар барқарор кардани муносибатҳои ҷамоатӣ дошта бошад.

Психологӣ америкӣ А. Маслоу дар доираи «аҳромии Маслоу»–и маъруфи худ қайд намудааст, ки «худи инъикоси эҳтиёт қариб ҳамеша ба ҳолати қаноатмандӣ ё норозигӣ аз ҳама ангезаҳои дигаре, ки дар маҷмӯъ дар бадан вучуд доранд, вобаста аст, яъне ки баъзе хоҳишҳои басо тезу тунд ба ҳолати қаноатмандии нисбӣ расидаанд».¹

Саломатии психологии омӯзгорон ҳамчун як гурӯҳи махсуси иҷтимоии касбӣ ба таҳдидҳои муайян дучор мешавад, ки метавонад мувозинати равонии онҳоро вайрон кунад, яъне аз даст додани эътибори иҷтимоӣ, сарбории аз ҳад зиёди қорӣ, зуд–зуд иваз кардани мавзӯҳо, эродҳои танқидии хонандагон ва волидон, муноқишаҳои байнишахсӣ ва ғайра шуда метавонад. Дар чунин шароит дар омӯзгорон аксар вақт синдроми стресс, депрессия, изтироб, ихтилоли психосоматикӣ ва аломатҳои параноиди мушоҳида мешаванд. Дар педагогика ин ҳолатро «афсурдагии (эмотсионалии) касбӣ–омӯзгорӣ» меноманд. Ин мафҳум ба як қатор аломатҳои номатлуб, аз қабилҳои ҳастагии ҷисмонӣ, паст шудани қоршоямӣ, аз даст додани шавқу рағбат, набудани ҳавас ва бепарвоӣ нисбат ба одамони дигар, шахспарастӣ, ҳисси ноқаноатмандӣ ва ҳастагии эмотсионалӣ алоқаманд аст.²

Депрессия, инчунин як хусусияти муайянқунандаи солимии равонии омӯзгорон аст. Хусусияти асосии ин раванд дар он аст, ки омӯзгорон ҳангоми бад шудани некуаҳволии равонӣ худро чӣ тавр дарк мекунанд ва ин ба қорӣ онҳо то қадом дараҷа таъсир мерасонад. Аксари омӯзгорон дар ин ҳолат худро хеле ҳаста, бемадор, ғамгин, нигарон, танҳо ва ғайра тавсиф мекунанд. Ғайр аз ин дар Тоҷикистон бештари омӯзгорон бинобар сабаби эҳтиётоти зиндагии ҳеш дар ду баст қор мекунанд. Он ташвишҳое, ки дар омӯзгорон ба вучуд меояд, инчунин ба он қизе, ки дар речаи қорӣ омӯзгор руҳ медахад, алоқаманд аст, ки афсурдагии эмотсионалӣ ҳамин тавр дар омӯзгор тадриҷан ба амал меояд.

Дар мавриди аксуламалҳои изтироби омӯзгор ба вазъият ва ҳолатҳое, ки дар атрофи ӯ ба вучуд меоянд, бояд қайд кард, ки изтироби омӯзгор як соҳаи хеле маҳрамонаи зуҳури ҳиссиёт мебошад. Ташвиши одамро на ҳама вақт осон мушоҳида кардан аст, он метавонад хеле равиши пинҳонӣ дошта бошад. Масалан, изтиробрӯ намудҳои гуногуни тарс ба вучуд оварда метавонад. Тарс аз қорӣ хонандагони душвортарбия, аз синфе, ки онро идора карда наметавонанд, аз волидайн дар маҷлис, ки принципҳои педагогӣ ё таълими онҳоро танқид мекунанд, тарс аз қорӣ марбут

¹ Маслоу А.Х. Мотивация и личность / А.Х. Маслоу. – «Питер», 2014. С. 38.

² Тулегенова А.Г. К вопросу исследования феномена эмоционального выгорания как проблемы профессиональной деятельности педагога. С. 96.

ба сифати баланди зарурии таълими худ, тарс дар назди ҳамкорон, пеш аз гум кардани эътибори педагогӣ ва ғайра дар назар дошта мешавад¹.

Ду ҷузъи дигари асосии таълим ин маош ва эътирофи иҷтимоӣ мебошанд. Дар Тоҷикистон ин нишондиҳандаҳо то андазае беҳбудиро мецоҳад. Музди меҳнати омӯзгорон новобаста ба дараҷаашон ҳамеша паст буд. Гузашта аз ин, дар сатҳи давлатӣ зарурати бо назардошти талаботи рӯз зиёд кардани он пайваста қайд карда мешуд. Дар мавриди нуфузи иҷтимоии омӯзгорон бошад, дар вақтҳои охир дар сатҳи ниҳоят паст қарор дорад, сарфи назар аз он, ки ӯ дар муассисаи давлатӣ ё хусусӣ кор мекунад.

Дар зербоби дуюм – «**Омил ва меъёрҳои асосии муайянкунии солимии равонии омӯзгор**» қайд карда мешавад, ки дар доираи таҳқиқоти мо таваҷҷуҳи бештар ба масъалаи амалӣ намудани қобилиятҳои функционалӣ, бо назардошти вазъи психологию иҷтимоии омӯзгорон дар ҳолати стресс равона карда шудааст, ки бо омилҳои махсуси хатари саломатии худ дар доираи касбияташон алоқаманд аст.

Дар яке аз ҳуҷҷатҳои СҶТ қайд карда мешавад, ки "ҷой қори солим ҷоест, ки коргарон ва роҳбарон барои беҳтар кардани саломатӣ, амният ва некуаҳволии ҳама коргарон пайваста ҳамкорӣ мекунанд ва дар ҳалли мушкилоти асосӣ ба беҳтар кардани ҷой қор саҳм мегузоранд."² Талабот ба қор ва захираҳои қори таълимӣ бо ду раванди ҷудогона муайян карда мешавад: раванди фаъол вақте, ки механизми сатҳи баланд, ки рафторро ҳангоми иҷрои вазифае дар натиҷаи кӯшишҳои пешакии равонӣ ва ё ҷисмонӣ ба вуҷуд меояд, танзим мекунад, ва инсон наметавонад талаботҳоро ба таври қофӣ қонеъ кунад ё шахс ин талаботҳоро танҳо бо роҳи зиёд кардани ҷидду ҷаҳди фикрӣ ва муқобилати равонӣ қонеъ гардонда метавонад.

Баррасии таҳқиқоти олимони ғарб нишон дод, ки омилҳои асосии ба некуаҳволӣ ва саломатии омӯзгор таъсиркунанда инҳоянд: хусусиятҳои фардӣ (ҷинс, синну сол, сатҳи маълумот ва таҷриба), касбӣ (этикод, таҷрибаи омӯзгорӣ, фаъолияти тақмили ихтисос); ташкилӣ (фазаи мактаби миёна, захираҳо, услуби идоракунии мактаб, муҳити синф, сарбории қор ва ҳамкориҳои байни қормандон).

Ҷанбаҳои сифатии муассисаи таҳсилоти миёнаи умумӣ асосан бо сифати соҳаи фаъолият, сифати раванди таълим ва сифати хизматрасонии тиббӣ дар якҷанд ҷиҳат муайян карда мешавад:

- Ҷенаки якуми сифати муассисаи таълимӣ, ҳамчун фазаи зиндаги ва таҷрибавӣ ба он ҷо равона шудааст, ки омӯзгорон ва хонандагон бештари вақти худро мегузаронанд.

- Ҷенаки дуюм ба он ҷизе, ки маъмулан ҳамчун фаъолияти асосии муассисаи таҳсилоти миёна номида мешавад, синфхона ва унсурҳои тарроҳии он таъя мекунад; механизмҳои таълим ва таҳсилот, шаклҳои арзёбӣ, идоракунии синф ва дастгирии омӯзиш.

- Дар ҷенаки сеюм раванди таълиму тарбияи хонандагон ҳамчун категорияи мустақил муайян карда мешавад: агар таълиму тарбия вазифаи асосии омӯзгор бошад, пас, таҳсилро метавон вазифаи асосии хонандагон донист.

- Ҷенаки чаҳорум фарҳанг ва фазаи муассисаи таҳсилоти миёнаро тавсиф мекунад, яъне қор ҷӣ тавр тақсим мешавад, одамон ба якдигар ҷӣ тавр муносибат мекунанд ва онҳо барои иштирок қардан дар меҳнат ва омӯзиши ҷамъият ҷӣ гуна имқониятҳо доранд.

¹ Gudjons, H. (1993). Umgang mit Angst: Erfahrungen einer Lehrergruppe. In: H. Gudjons, (Hrsg.). Entlastung im Lehrerberuf (S. 191–198). Hamburg: Bergmann & Helbig, s. 193.

²Всемирная организация здравоохранения. Здоровые рабочие места: пример к действию. Для работодателей, работников, руководителей и специалистов–практиков. https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/44307/9789244599310_rus.pdf;jsessionid=51DD671DBC4EE6946B24A1AC7E649AFA?sequence=11 Дата обращения 12.09.2020.

- Ченаки панчуми идоракунии муассисаҳои таҳсилоти миёнаи умумӣ сифатҳои муҳиммеро муайян мекунад, ки барои танзими фаъолияти муассисаи таҳсилоти миёна барои ноил шудан ба сатҳи баланди таълим, нигоҳдорӣ ва баланд бардоштани сифати саломатии коллективӣ муассисаи таҳсилоти миёна заруранд.

- Ченаки шашум, маҳорати касбият ва такмили ихтисоси кормандон – равандҳо ва сохторҳои мебошанд, ки метавонанд қобилият ва омодагии омӯзгоронро барои иштирок дар омӯзиши якумрӣ тақвият диҳанд.

Аз ин рӯ, ҳангоми интиҳоби омӯзгорон ва ба вазифаҳои роҳбарӣ таъин кардан бояд ба назар гирифта шавад, ки оё номзад барои фароҳам овардани фазои мусбат дар муассиса маҳорати ба вучуд овардани фазои мусоидро дорад ё не ва агар ин тавр бошад, ўро ҳавасманд кардан лозим аст. Омӯзгорон интизоранд, ки кӯшишҳои онҳо барои таълим додани хонандагон аз ҷониби мақомоти роҳбарикунанда мавриди тавачҷуҳ ва кадрдонӣ қарор хоҳад гирифт. Дар ин ҷо мо дар бораи ҳавасмандкунӣ сухан меронем. Ба гуфтаи Н.К. Масуда ва дигарон, «ҳавасмандии омӯзгор аз рӯйи се қисмат баҳо дода мешавад: шавқмандӣ, худтаъсирбахшӣ ва тавачҷуҳ ба такмили маҳорат... Мақсади омӯзгор омили муҳими фаъолияти касбӣ мебошад, ки на танҳо омӯзгорро ба таълим ҳавасманд карда метавонад, балки метавонад ба ӯ барои ҳавасманд кардани хонандагон кӯмак кунад». ¹

Дар зербоби сеюм «**Макони таълим ва фазои иҷтимоӣ раванӣ дар заминаи проблемаи ҳифзи саломатии омӯзгорон**» проблемаҳои марбут ба хусусиятҳои фазои таълим ва арзёбии фазо дар муассисаи таҳсилоти миёна таҳлил шудаанд. Дар ин ҳолат, чунин, нишондиҳандаҳо аз қабili хониши хубу аъло муносибати байни хонандагон ва омӯзгорон, эҳтиром ба ҳамаи аъзоёни муассиса ва ҷомеа, сиёсати одилона ва интизоми мунтазам, тавачҷуҳ ба бехатарӣ, ҷалби оила ва ҷомеаистифода мегардад.

Фазои омӯзиш ё ҷойи баргузории он, як ҷузъи ба назар намоёни раванд аст – интиҳоби макон барои ҳама гуна лексияи омӯзгор, ки барои таҳияи як модули дарс ба нақша гирифта шудааст. Тахмин карда мешавад, ки маҳз раванди ба вучуд овардани муносибатҳо (яъне сохтани мафҳум ва дониш) дар фазои воқеии додаси ба макон табдил медиҳад. Аз ин рӯ, мафҳуми "пайдо кардани моҳият, ё ҳис кардани макон" ба вучуд меояд.

Ҳамаи ин мушкилот, фазои иҷтимоӣ-психологӣ муассисаи таҳсилоти миёнаро муайян мекунад, аз ҷониби мо тавассути пурсишнома дар муассисаҳои таҳсилоти миёнаи умумии №35, 88, 40, 92-и шаҳри Душанбе ва шаҳри Ҳисор таҳқиқ карда шуд. Гурӯҳи барои озмоиш интиҳобшуда аз 76 нафар (омӯзгорони муассисаҳои таҳсилоти миёна) иборат буда пурсишнома аз рӯйи Таснифи Байналмилалии Стандарти Таҳсилот (ISCED) таҳия шуда аз 76 савол иборат буд, ки ба 11 нишондиҳанда муттаҳид карда шудаанд. Ҳамин тариқ, ҷадвал миқдори ҷавобҳои омӯзгоронро ба саволҳои дахлдор ҷамъбаст намуда, баҳои миёнаро аз рӯйи ҷамъи ҳолҳо ба шумораи нишондиҳандаҳои сатҳӣ (4) тақсим мекунад, ки инҳоянд:

Миқёси 1 = 1,80; 2 = 0,49; 3 = 1,27; 4 = 5,86; 5 = 1,37; 6 = 2,98; 7 = 2,24; 8 = 3,33; 9; = 0,90; 10 = 0,14; 11 = 2,34

Ин натиҷаҳо дар навбати худ сатҳҳои зеринро тавсиф мекунад: то 1 балл – хеле паст; 1–1,5 балл – паст; 2–2,5 балл–миёна; 2,5–3 балл–оптималӣ; боло аз 3 ҳол–идеалӣ. Ҳангоми таҳлили маълумоти гирифташуда намунаҳои муайян гардиданд, ки дар ҷадвали 2 оварда шудаанд:

Ҷадвали 2. Натиҷаҳо дар асоси методологияи муайян кардани фазои психологӣ дар муассисаҳои таълимӣ

¹ Масуд Н.К., Башир А. и Хадика К. Влияет ли мотивация учителя на мотивацию учащегося / Вопросы образования/Educational Studies Moscow. 2018. № 3. С. 96–97.

№	Омил	Холи миёна	Сатҳ
1	Хоҳиши пешрафт дар кор	1,80	паст
2	Кӯшиши бо ҳамкорон ва хонандагон муносибатҳои хуб барқарор кардан	0,49	хеле паст
3	Зарурати расидан ба мансабҳои баланд, эътибори иҷтимоӣ ва эҳтироми ҳамкорон	1.27	паст
4	Қаноатмандӣ аз раванд ва натиҷаи кор	5.86	комил
5	Имконият ва боварӣ ба пурра муаррифи кардани худ дар ин фаъолият	1.37	паст
6	Дар тақмил додани таълим, таълим ва муносибат ба хонандагон	2,98	оптималӣ
7	Кӯшиш ба дониш ва дарки фан ва тақмили усулҳои таълим, малакаи истифодаи ТИК	2.24	миёна
8	Хоҳиши ҳамкорӣ дар қорҳои мактаб бо ҳамкорон ва роҳбарияти он	3.33	комил
9	Таъминоти моддӣ (маош, муқофотпулӣ)	0,90	хеле паст
10	Дар тақмили ихтисос иштирок накардан	0,14	хеле паст
11	Баҳодихии муносибати омӯзгорон ба назорати фаъолияти онҳо аз ҷониби роҳбари муассисаи таълимӣ	2.34	миёна

Натиҷаҳои аввалини пурсиш, ки пас аз ҳисоб кардани посухҳои пурсидашудагон ба даст омадаанд, бо истифода аз санҷиши ғайрипараметрии мувофиқати Пирсон (χ^2) қорқарди математикӣ қарда шуданд. Ин усул ба мо имкон медиҳад, ки аҳамияти фарқияти байни тақсимои ҷавобҳои дар натиҷаи омӯзиш муайяншуда ва тақсимои назариявии ҷавобҳоро арзёбӣ кунем.

Ҳамин тариқ, ҳангоми таҳлили маълумотҳои дар рафти пурсиш ба даст овардашуда қолабҳои зерин муайян қарда шуданд: аз рӯи миқёси *майл ба пешравии қор*, ки аз 13 савол барои омӯзгорони 5 муассисаи таҳсилоти миёнаи умумӣ иборат аст, сатҳи идеалӣ 13,95 % (119 ҷавоб) ифода ёфтааст; 36,22% (309 посух) бо сатҳи оптималӣ тавсиф қарда шудаанд; 20,87% (178 посух) дарачаи миёна доранд; 28,96% (247 посух) – сатҳи паст. Аммо таҳлили омории маълумот нишон дод, ки фарқиятҳо назаррас нестанд: $\chi^2_{Emp} = 5.852$, $p > 0.05$. Аз маълумоти пешниҳодшуда бармеояд, ки 50,17% омӯзгорони муассисаҳои таҳсилоти миёна, фазои созмонро мусоид ва 17,8%–и дигар субъектҳо онро муқаррарӣ ва ҳамагӣ 29,64%–и интихобқунандагон номусоид арзёбӣ қардаанд. Ин фарқият назаррас аст: $\chi^2_{Emp} = 8.296$, $sa\chi < 0,05$.

Дар миқёси *хоҳиши муносибатҳои хубро бо ҳамкорон ва хонандагон фароҳам овардан*, дар натиҷа маълумоти зерин ба даст оварда шуданд: сатҳи идеалӣ барои 7,23% (11 ҷавоб); оптималӣ – барои 78,99% (120 ҷавоб); миёна – 10,53% (16 ҷавоб); сатҳи паст – 3,29% (5 ҷавоб). Ин фарқият аз ҷиҳати омӯрӣ муҳим аст: $\chi^2_{Emp} = 60.387$, $p < 0,05$. Омӯзгороне, ки дар ин миқёс сатҳи хеле паст доранд, муайян қарда нашудааст. Таҳлили натиҷаҳо нишон медиҳад, ки қариб 90% омӯзгорон ба коллектив арҷ мегузоранд ва эҳтиром менамоянд ва бо хоҳиши ба вучуд овардани муносибатҳои муътадил ва фазои хуби равонӣ дар муассисае, ки дар он қор меқунанд, фарқ қарда меистанд.

Дар миқёси *зарурати ноил шудан ба болоравии мансаб, эътибори иҷтимоӣ ва эҳтиром аз ҷониби ҳамкорон* натиҷаҳои зерин ба қайд гирифта шуданд: сатҳи идеалӣ барои 19,89% (77 ҷавоб); сатҳи оптималӣ - 37,98% (147 ҷавоб); миёна - 19,38% (75 посух); сатҳи паст - 22,75% (88 посух). Аммо аз нуқтаи назари омӯри математикӣ ин тафовут қандон назаррас нест: $\chi^2_{Emp} = 4.076$, $p > 0.05$. Дар раванди таҳқиқот муайян қарда шуд, ки дарачаи пастии маромноқӣ дар масъала мушоҳида нашуд. Аз қор се ҳиссаи омӯзгороне, қидар панҷ муассисаи таҳсилоти миёнаи умумии таҳқиқотӣ фаъолият доранд, дорои дарачаҳои гуногуни эҳтиёт қор барои рушди қасб, эътибор ва эҳтиром дар қормеа (аз сатҳи идеалӣ то миёна) мебошанд.

Аз рӯи миқёси қаноатмандӣ аз раванд ва натиҷаи кор 25,12% (211 ҷавоб) сатҳи идеалӣ, 58,21% - сатҳи миёна (489 ҷавоб) - дараҷаи оптималӣ, 7,02% - сатҳи миёна (59) тавсиф карда шудаанд, барои 9,64% – сатҳи паст (81 ҷавоб). Ин фарқият боэтимод аст: $\chi^2_{Emr} = 30.168$, $сах < 0,05$. Тибқи натиҷаҳои пурсиш, 83,33% - и субъектҳо дар миқёси қаноатмандии кор (бо дараҷаҳои гуногуни зоҳиршавӣ) сатҳи мувофиқ доштанд.

Аз рӯи миқёси имконот ва боварӣ ба худшиносии мукаммали омӯзгор дар фаъолияти худ сатҳи идеалӣ дар 35,17% - и омӯзгорон ба қайд гирифта шудааст (73 ҷавоб); оптималӣ - барои 44,26% (185 ҷавоб); сатҳи миёна - 21,77% (91 ҷавоб); сатҳи паст – 16,50% (69 посух). Аммо, аз нуктаи назари математикӣ, ин фарқият эътимоднок нест: $\chi^2_{Emr} = 7.652$, $p > 0,05$. Барои 79,43% - и омӯзгорони панҷ муассисаи таҳсилоти миёнаи умумӣ дар нишон додани қобилият ва эътиқоди худ барои худшиносии комил дар соҳаи худ бо сатҳи оптималии ошкорбаёнӣ хосанд. Бо вучуди ин, дар намунаи омӯхташуда, зиёда аз 15% - и омӯзгороне муайян карда шуданд, ки дар ин миқёс ҳолҳои паст доранд (Фарқиятҳо назаррасанд: $\chi^2_{Emr} = 17.696$, $сах < 0,05$).

Дар миқёси зуҳуроти фаългардонии омӯзиш, таълимдиҳӣ ва муносибат ба хонандагон 16,15% (147 посух) бо сатҳи идеалӣ тавсиф карда шудааст; 52,31% (476 ҷавоб) оптималӣ, 17,36% (158 ҷавоб) миёна ва танҳо 14,17% (129 ҷавоб) сатҳи паст (Фарқиятҳо назаррасанд: $\chi^2_{Emr} = 15,921$, $сах < 0,05$). Барои 30 %-и омӯзгорони номбурдаи ин муассисаҳои таълимии миёна масъалаи ташкили фаъолияти касбии онҳо бо назардошти хусусиятҳои он эътибори хоса дорад. Набудани шароити мувофиқ дар ин ҷо, метавонад барои кори тарбиявӣ оқибатҳои манфӣ дошта бошад. Дар байни таҳқиқшавандагон ягон субъекти сатҳи пасти ин миқёс вучуд надошт.

Аз рӯи миқёси талош барои дониш, дарки мавзӯ, такмили усулҳои таълимдиҳӣ ва маҳорати истифодаи ТИК барои 16,82% омӯзгорони панҷ муассисаи таълимӣ дар сатҳи идеалӣ қарор дорад (115 посух); оптималӣ - барои 40,78% (279 ҷавоб); миёна - барои 16,67% (114 ҷавоб) ва барои 25,73% (176 ҷавоб) сатҳи паст хос аст. Аммо аз нуктаи назари математикӣ, ин фарқият эътимоднок нест: $\chi^2_{Emr} = 7.062$, $p > 0,05$. Дар байни таҳқиқшавандагон онҳое вучуд надоштанд, ки майл ба дониш, фаҳмиши мавзӯ, такмили усулҳои таълим ва малакаи истифодаи ТИК дар сатҳи хеле паст бошад. Умуман, ҳамаи кормандон дар ин самт сатҳи оптималӣ ё саъю кӯшиши хуб доштанд.

Аз рӯи миқёси хоҳиши ҳамкорӣ дар фаъолияти муассисаи таҳсилоти миёна бо ҳамкорон ва роҳбарияти ӯ натиҷаҳои зерин ба қайд гирифта шуданд: сатҳи идеалӣ барои 19,27% (201 ҷавоб); оптималӣ – барои 43,43% (453 ҷавоб); миёна – 18,98% (198 посух); сатҳи паст – 18,31% (191 ҷавоб). Фарқият назаррас нест: $\chi^2_{Emr} = 7.562$, $p > 0,05$. Дар байни таҳқиқшавандагон нафароне вучуд надоштанд, ки дараҷаи пастро доир ба ин масъала нишон додаанд. Бояд қайд кард, ки 62,70% омӯзгорони таҳқиқшуда дараҷаи идеалӣ–оптималии хоҳиши ҳамкорӣ дар фаъолияти муассисаи таҳсилоти миёна доранд. Аммо ин тафовут аз нуктаи назари омори математики чандон назаррас нест: $\chi^2_{Emr} = 2,782$, $p > 0,05$.

Аз рӯи миқёси таъминоти моддӣ (маош, мукофотпулӣ) ба 25,98% (79 ҷавоб) сатҳи идеалӣ хос аст; барои 1,64% (5 ҷавоб) оптималӣ; барои 9,86% (30 ҷавоб) - миёна; танҳо барои 62,5% (190 ҷавоб) сатҳи паст ба қайд гирифта шуд (Фарқият назаррас аст: $\chi^2_{Emr} = 43,148$, $сах < 0,05$). Ба ин савол посухҳои идеалӣ–оптималӣ 27,63% буда, маоши пасти омӯзгорони панҷ муассисаи таҳсилоти миёнаи умумии шаҳрҳои Душанбе ва Ҳисор ба эҳтимоли зиёд, яке аз сабабҳои мавқеъи бетарафӣ ё худдорӣ омӯзгорон аз иштирок дар фаъолияти дастаҷамъона оид ба беҳтар намудани таълиму тарбияи хонандагон мебошад.

Миқёси майл надоштан ва иштирок накардан дар такмили ихтисос идомаи мантиқии ду масъалаи қаблӣ мебошад. Ҳамин тариқ, миқёси хоҳиши пешрафт дар

кор танҳо 5 саволро дар бар мегирад, дар ин ҷо 100% (44 ҷавоб) сатҳи паст ба назар мерасанд. Аз маълумоти пешниҳодшуда бармеояд, ки баъзе омӯзгорони муассисаҳои таҳсилоти миёнаи умумӣ фазаи онҳоро номусоид арзёбӣ мекунад.

Аз рӯйи миқёси баҳодиҳии муносибати омӯзгорон ба назорати фаъолияти онҳо аз ҷониби роҳбарони муассисаи таҳсилоти миёнаи умумӣ натиҷаҳои зерин ба қайд гирифта шудаанд: сатҳи идеалӣ барои 78,05% (594 ҷавоб); оптималӣ - барои 18,27% (139 ҷавоб); миёна - 3,68% (28 ҷавоб). Дар байни таҳқиқшавандагон ягон субъекти сатҳи паст ва хеле паст муайян карда нашудааст. Бояд қайд кард, ки ин фарқият аз ҷиҳати оморӣ муҳим буд: $\chi^2_{Emp} = 69,205$, $p < 0,05$. Қобили зикр аст, ки посухҳои омӯзгорон дар сатҳи идеалӣ ва оптималӣ 96,3 %-ро ташкил медиҳад, ки ин боварии онҳо ба рушди хуби касбии онҳо ва баҳои мусбат ба фаъолияти хеш аз ҷониби роҳбарони панҷ муассисаи таҳсилоти миёнаи умумии шаҳри Душанбе ва шаҳри Ҳисор мебошад. Ин фарқиятҳо аз ҷиҳати омор муҳиманд: $\chi^2_{Emp} = 52,24$, $p < 0,05$.

Аз натиҷаҳои пурсишнома ба чунин хулоса омадан мумкин аст, ки умуман, ба аксари пурсидашудагон фаъолияти фаъолона, пуршиддат ва майлу хоҳиши расидан ба мақсад мушоҳида кардан мумкин аст. Дар баробари ин, аз натиҷаи пурсишнома чунин мушкилот муайян шудааст: ҳамкорӣ, маоши паст ва ғайра. Аксарияти иштирокчиёни пурсиш бо шухратпарастӣ (ҳангоми баҳодиҳии фаъолияти худ, онҳо худро мутахассис меҳисобанд) ва вобастагӣ ба баҳоҳои дигарон (волидон ва хонандагон) тавсиф дода мешаванд, ки он сатҳи баланди қаноатмандиро инъикос мекунад.

Боби дуюм «**Муносибати таҳлилӣ ва эмпирикӣ ба омӯзиши шароити нигоҳдории солимии равонии омӯзгорон**» унвон гирифта, ба таҳлили мушкилоти равонии соҳаи маориф дар заминаи таҳқиқоти эмпирикӣ бахшида шудааст.

Зербоби якуми қори таҳқиқоти «**Асосҳои педагогӣ ва ҳуқуқии таъмини некуаҳволии равонӣ ва солимии омӯзгорони муассисаҳои таҳсилоти миёнаи умумии Тоҷикистон**» ном гирифта, аз ҷумла, баён мегардад, ки сиёсати соҳаи маориф аз тарафи давлат роҳандози гардида, ба навсозии тамоми раванд ва сифати таълиму тарбия нигаронида мешавад. Муассисаҳои таълимӣ, ки дар асоси сиёсати миллии давлат хидмати худро ба аҳоли пешкаш намоянд, сайъ мекунад, ки барои омӯзгорон шароити қорӣ фароҳам оварда, ба ҳифзи саломатии омӯзгорон мусоидат намояд. Ин масоил вазифаи аввалиндараҷа ба шумор рафта, дар навбати худ боиси паст шудани некуаҳволии ҷисмонӣ ва равонӣ мегардад. Дар соҳаи маориф тавсияҳо оид ба навсозии сиёсати маориф дар сатҳи ҷаҳонӣ мавҷуданд. Зарурати ҳифзи саломатии омӯзгорону хонандагони муассисаҳои таҳсилоти умумии Тоҷикистон дар муқаррароти Қонуни Ҷумҳурии Тоҷикистон «**Дар бораи маориф**»¹ ва дигар санадҳо таъкид шудааст. Ҳам дар сатҳи қонунгузорӣ ва дар сатҳи педагогӣ қафолат дода шудааст, ки ҳамаи кӯдакон дар Тоҷикистон ҳаққи таҳсилро дар муассисаи давлатии таълимӣ доранд. Муассисаи таълимии миёнаро аҳоли ҳамчун моликияти коллективии маорифи халқ қабул кард. Ин маънои онро дорад, ки ҳар як шаҳрванд ҳуқуқ дорад ғояҳо, арзишҳо ва барномаҳои худро барои татбиқи муассисаҳои таҳсилоти миёнаи умумӣ ва синфҳо пешниҳод намояд. Чунин ҳуқуқи пешниҳод кардан ё ин ки баъзан талаб кардан номуносиб ва ё бемаврид аст.

Ҳукумати Тоҷикистон дар таҳияи сиёсат ва стратегияҳои, ки ба рафъи монеаҳои таълимӣ ва фарҳангӣ дар роҳи таҳсилоти миёна равона шудаанд, ба пешрафт ноил шудааст. «Қонун дар бораи масъулияти падару модар дар тарбия ва таълими фарзандон», ки дар ҷумҳурӣ қабул шудааст, бисёр проблемаҳои педагогӣ ва фарҳангиро бартараф мекунад. Татбиқи ин қонун дар сатҳи миллии хеле душвор аст. Гап дар сари он аст, ки дар таълиму тарбияи насли наврас мушкилоту монеаҳои

¹Закон Республики Таджикистан. Об образовании. <https://medt.tj/documents/main/normativno-pravovie-akti/zakonodatelnie-akti/ru/02520-ru.pdf> Дата обращения 22.06.2019.

зиёде мавчуданд ва ҳамаи онҳо муносибати махсусро тақозо мекунад. Ин ба муҳайё кардани муҳити хуби психологӣ омӯзгорон низ дахл дорад.

Дар аксари ҳолатҳо омӯзгор қабулкунандаи талабу интизориҳои бо ҳам зидди волидайн/парасторони хонандагон, инчунин маъмурияти муассисаи таҳсилоти миёнаи умумӣ мебошад. Дар байни инҳо нафарон ба истилоҳ хидматрасонандагон зарурати ҷалби омӯзгорон ба шарикӣ муштарак барои пешбурди солимӣ равонӣ ва муваффақияти кӯдакону наврасон дар таҳсилоти миёна эътирофи густурда вучуд дорад. Мутаассифона, омӯзгорони муассисаҳои таҳсилоти миёнаи умумӣ дар ҷараёни омӯзиши касбу кори худ донишу малақаҳои заруриро барои ҳамкориҳои байнисоҳавӣ намегиранд, бояд қайд кард, ки дар фаъолияти худ шояд ба кумаки равоншиносони мутахассис низ эҳтиёҷ дошта бошанд. Дар замимаи 3–7 намунаи ҷавобҳои омӯзгорони муассисаҳои таҳсилоти миёнаи умумӣ № 28, 32, 91, 102–и ш. Душанбе ва мактаби ба номи А.С. Пушкини ноҳияи Рӯдакӣ дар бораи дараҷаи иштироки омӯзгорон чунин ҳамкориро мушоҳида кардан мумкин аст (ниг. Ҷадвали 3).

Ҷадвали 3. Дар бораи ҷалби тарафҳо ба ҳамкорӣ ва шарикӣ

№	саволҳо	мактабҳо	манфӣ		мусбат	
			шумораи ҷавобҳо	бо %	шумораи ҷавобҳо	бо %
1	Чӣ қадар вақт муҳити зист тағйиротро дар кори шумо талаб мекунад?	н. Рӯдакӣ	10	50%	10	50%
		№ 28	15	75%	5	25%
		№ 32	5	46,4 %	6	54,6%
		№ 91	22	78,57%	6	22,43%
		№ 102	6	27,27%	14	72,73%
2	Мавҷудияти алоқаҳои иҷтимоӣ	н. Рӯдакӣ	10	50%	10	50%
		№ 28	4	20%	16	80%
		№ 32	3	27,27%	8	72,73%
		№ 91	9	33,30%	18	66,70%
		№ 102	1	4,54%	21	95,46%
3	Оё Шуморо дар қоратон дигар омӯзгорон дастгирӣ мекунад?	н. Рӯдакӣ	9	45%	ёздаҳ	55%
		№ 28	4	20%	16	80%
		№ 32	3	27,27%	8	72,73%
		№ 91	8	29,62%	19	70,38%
		№ 102	5	22,73%	17	77,27%
4	Оё Шуморо дар қоратон роҳбарон дастгирӣ мекунад?	н. Рӯдакӣ	ёздаҳ	55%	9	45%
		№ 28	8	40%	12	60%
		№ 32	3	27,27%	8	72,73%
		№ 91	ёздаҳ	40,74%	16	59,26%
		№ 102	3	13,63%	19	86,37%
5	Оё ҳамкориҳои омӯзгорон ва қоратон соҳаи тандурустӣ самаранок аст?	н. Рӯдакӣ	10	50%	10	50%
		№ 28	14	70%	6	30%
		№ 32	4	27,37%	8	72,73%
		№ 91	25	92,60%	2	7,40%
		№ 102	13	72,73%	9	27,27%
6	Оё ҳамкорӣ бо волидон самаранок аст?	н. Рӯдакӣ	12	60%	8	40%
		№ 28	15	75%	5	25%
		№ 32	2	18,18%	9	81,82%
		№ 91	23	85,19%	4	14,81%
		№ 102	20	90,91%	2	9,09%
7	Дар муассисаи таълимӣ равоншиносӣ махсус вучуд надорад.	н. Рӯдакӣ	16	80%	4	20%
		№ 28	17	85%	3	15%
		№ 32	7	63,63%	4	36,36%
		№ 91	21	77,73%	6	22,23%
		№ 102	20	90,91%	2	9,09%

Дар байни омӯзгорони ихтисосҳои гуногуни 5 муассисаи таҳсилоти миёнаи дар боло зикргардидаи шаҳри Душанбе ва ноҳияи Рӯдакӣ шахсонро интихоб шуданд, ки аз синни 22 то 70 - сола (синни миёна – 46 сол, миёна – 47 сол, **инхирофи** стандартӣ –

3,70), аз ҷумла, 31 мард (29,9%) ва 73 зан (70,1%), ки ба ҳайати гендерӣ номувофик аст, дохил шудаанд.

Аксарияти омӯзгорон муошират ва ҳамкориҳои бесамари байни онҳо ва кормандони тибро қайд мекунанд, ки бо фисади миёна 62,5%–ро ташкил медиҳад. Дар минтақаи хатари бештар аз нигоҳи некуахлоқии начандон хуби равонӣ муассисаи таҳсилоти миёнаи умумии №102 (91%) қарор дорад. Ҳамкориҳои омӯзгорон ва падару модарон ба ҳисоби миёна 65,8% арзёбӣ шудааст. Аз ҷама бештар кормандони муассисаи таҳсилоти миёнаи умумии №102 бо нишондиҳандаи 90,91 %, омӯзгорони муассисаи таҳсилоти миёнаи умумии №32 бо нишондиҳандаи 81,8 % қаноатманданд. Дастгирии ҳамкорон ва ҳамкориҳои байниҳамдигарӣ ба ҳисоби миёна 71% қайд шудааст. Омӯзгорони муассисаи миёнаи № 28 – 80 %–ро ташкил медиҳанд. Нишондиҳандаи 64,7% ҳамкориро бо роҳбарони зинаҳои гуногуни низомии маориф нишон медиҳад. Дар ин ҷо шароити муассисаи таҳсилоти миёнаи умумии №102 қонекунанда ба шумор мерафт, ки дар он 86,37%–и омӯзгорон аз дастгирӣ ва ҳамкорӣ бо роҳбарон изҳори қаноатмандӣ мекунанд. Омӯзгорон инчунин мавқеи осебпазири худро дар масъалаи кӯмаки равоншинос дар муассисаҳои таҳсилоти миёнаи умумӣ қайд карданд: 79,4% изҳор доштанд, ки дар муассисаҳои таҳсилоти миёнаи умумии онҳо мутахассиси соҳаи равоншиносӣ вучуд надорад.

Баъдан, мо аҳамияти омории маълумоти ибтидоии бадастомадаро бо усули меъери ғайрипараметрии Пирсон χ^2 санҷидем. Аз рӯи натиҷаҳои санҷиши математикӣ фарқияти ҷавобҳои пурсидашудагон аз рӯи саволҳои зерин аз ҷиҳати омории аҳамиятнок ё боэътимод баромад: Саволи 2: Фарқияти ҷавобҳои байни н. Рӯдакӣ ва мактаби №102: $\chi^2_{Эмп} = 8,963$, $s < 0,05$; саволи 4: Тафовути назаррас дар ҷавобҳои байни н. Рӯдакӣ ва муассисаи №102: $\chi^2_{Эмп} = 6,301$, $s < 0,05$; саволи 5: Тафовути назаррас дар ҷавобҳои байни н. Рӯдакӣ ва мактаби № 91: $\chi^2_{Эмп} = 8,82$, $s < 0,05$ гузаронида шуд.

Дар ҷадвали 4 танҳо баъзе нишондиҳандаҳои нишон дода шудаанд, ки маҳдудияти равиши гедоникӣ ба омӯзиши падидаи солимии равониро нишон медиҳанд. Таваҷҷуҳ ба фаъолияти шахсе равона мегардад, ки олами атрофро дар асоси тағйир додани худ ба вучуд оварда ба ҳамоҳангӣ ноил мешавад. Дар ин ҷадвал шаш ҷузъи асосии назарияи некуахлоқии равониро метавон муайян кард: худфаъолият, муносибатҳои мусбат бо дигарон, мустақилият, назорати муҳити зист, ҳадаф дар зиндагӣ ва рушди шахсӣ. Дар айни замон категорияи «муносибат» барои аксари омӯзгорон бо мафҳуми «беҳбудии равонӣ» хеле зич алоқаманд аст. Таҳқиқоте, ки мо дар муассисаҳои таълимии миёнаи номбурдаи шаҳри Душанбе ва н. Рӯдакӣ бо интиҳоби 182 омӯзгор гузарондем, нишон дод, ки омӯзгорон бештар аз вазъи саломатӣ бо зӯхуроти дарди сар, дарди меъда, дарди пушт, шамолкашӣ, мушкilotи биной ва ихтилоли равонӣ шикоят мекунанд. Аз ин рӯ, муносибатро ба саломатӣ бояд ҳамчун як ҳолате қабул кард, ки ҳамеша метавонад беҳтар ё бадтар шавад ва он дар маҷмӯъ баррасӣ кардани онро бо одамони ба ҳамдигар ва муҳити зист, ки дар он қору зиндагӣ мекунанд, алоқамандро дар назар дорад.

Омӯзгорон аҳамияти мустақилиятро дар фаъолияти касбии худ эътироф мекунанд. Таҳқиқот дар байни дусад омӯзгорони бахши давлатӣ нишон дод, ки онҳо мустақилияти касбиро ҳамчун ҷанбаи мусбати муҳити қори худ, дар ҷои дуҷум пас аз суботи ҷойи қор қарор додаанд. Аз ин рӯ, мушоҳида қардан мумкин аст, ки вобаста ба воҳиди маъмурии муассиса дар ин муассисаҳо идоракунии гуногуни захираҳои инсонӣ мавҷуд хоҳад буд. Ин дар сатҳи назариявӣ пешниҳод қарда мешавад, зеро дар таҳқиқоти дар Тоҷикистон гузаронидашуда ягон далели таҷрибавӣ мавҷуд нест.

Умуман, фазои солим дар муассисаи таҳсилоти миёнаи умумӣ вақте ташаккул меёбад, ки омӯзгорону маъмурият ва хонандагон ва волидонии онҳо ҳамкориҳои судманд дошта бошанд. Ба шарофати ин дар муассисаи таълимии миёна шароити мусоид барои қор фароҳам оварда мешавад. Дар ҷунин муҳит ҳамаи аъзоёни он

хамдигарро дастгирӣ мекунад. Дар натиҷа, ҳолатҳои стресс амалан рӯҳ намедиханд. Барои ин кормандони муассисаҳои таҳсилоти миёнаи умумӣ бояд муассисаи таълимиро ҳамчун системаи ба шахс нигаронидашуда қабул намуда, аз маълумоти муфид оид ба муайян намудани мушкilot ва тартиби баргараф кардани онҳо истифода баранд. Муассисаҳои таҳсилоти миёна низомҳои динамикии инсонӣ мебошанд ва субъектҳои ин системаҳо бояд ба рушди ҳамдигар мусоидат кунанд. Чунин муҳит робитаи иҷтимоӣ, рафтори муштарак, эҷодкорӣ ва мустақилиятро дар доираи масъулият ва масъулиятшиносии шахсӣ мусоидат мекунад.

Дар зербоби дуюм «**Омилҳои психофизиологии инкишофи солимии омӯзгор дар фаъолияти касбии ӯ**» таъкид шудааст, ки дар асоси идеяи кор ҳамчун унсури таъвиби субъекте, ки онро иҷро мекунад, натиҷаҳои шахсӣ ва касбии ӯро, тавсиф кардан мумкин аст, ки фаъолияти меҳнати онҳоро раванди худшиносии касбӣ шомил месозад. Дар ин маврид мо салоҳияти касбиро дар назар дорем, ки қобилият, дониш, маҳорат, стратегия ва услубҳои касбиро дар бар мегирад. Ҳамин тариқ, дар касби омӯзгорӣ намудҳои зерини салоҳиятҳо ҷудо кардан мумкин аст: салоҳияти педагогӣ, салоҳияти омӯзгор, салоҳияти коммуникатсионӣ, салоҳияти эмотсионалӣ, малақаҳои идоракунии фаъолияти гурӯҳӣ, ҳалли низоъҳо, қобилияти ҳавасмандкунии омӯзиш, қобилияти ба дӯш гирифтани масъулият ва қабули қарор.

Аммо қоре, ки дар шароити бад иҷро карда мешавад, метавонад сихати ҷисмонӣ ва равонии одамонро зерин ҳатар гузорад. Аз ҷумла, метавонад садамаҳо, бемориҳои касбӣ, патологияҳо, аз қабилӣ стресс, изтироб ва осеби узвҳои мушакӣ ва хароҷоти иҷтимоӣ ба вучуд ояд. Ин ҳатарҳо ҳатарҳои касбӣ меноманд ва пешгирии онҳо бо қонун танзим карда мешавад. Ҳамин тавр, дар Қонуни Ҷумҳурии Тоҷикистон «Дар бораи ҳифзи меҳнат» (моддаи 26) омадааст: «Бо мақсади назорати шароити меҳнат ва ҳифзи меҳнат, сифати аттестатсияи ҷойҳои корӣ аз рӯи шароити меҳнат, дурустии пардохти ҷуброн барои меҳнати вазнин ва кор дар шароити меҳнат хавфнок ё зарарнок ... экспертизаи давлатии шароити меҳнат бо тартиби муқаррарнамудаи санадҳои меъёрии ҳуқуқии Ҷумҳурии Тоҷикистон»¹ муайян карда мешавад.

Омилҳои ҳатари равонӣ-иҷтимоӣ сазовори тавачҷуҳи махсус мебошанд. Ин ҳамон ҷанбаҳои консепсия, ташкилу идоракунии кор, заминаи иҷтимоӣ-экологии он мебошанд, ки метавонанд боиси фишор оваранд ба коргарон, зарари ҷисмонӣ, иҷтимоӣ ё равонӣ расонанд, онҳо ҳатар дошта бошанд. Онҳо воқунишҳои физиологиро дар асоси реаксияҳои нейроэндокринӣ, аксуламалҳои эмотсионалӣ (зудранҷӣ, изтироб, афсурдагӣ, хурӯҷӣ, бепарвоӣ ва ғ.), аксуламалҳои маърифатӣ (душвории тавачҷуҳ, тамарқуз ё қабули қарор, хотира ва ғ.) ва аксуламалҳои рафторӣ (сӯйистифода аз мақом, машрубот, тамоқу, маводи муҳаддир, ҳатари беасос ва ғайра) ба вучуд меоранд. Оқибатҳои манфии омилҳои хавф ба коргарон, инчунин, ба раванд ва натиҷаҳои меҳнат таъсир мерасонанд².

Барои арзёбии саломатии омӯзгорон ва ҳатарҳо, ки ба онҳо таъсир мерасонанд, инчунин зухуроти неқуаҳволий дар фаъолияти омӯзгорӣ воситаҳои махсус мавҷуданд. Тавачҷуҳ дар ин ҷо на ба муаррифии мукамал, балки дар ҷаҳорҷубаи тавачҷуҳи таҳқиқоти мо оид ба таҳияи низоми ҳамаҷонибаи арзёбии саломатии омӯзгор дар раванди фаъолияти касбии ӯ мебошад. Сухан пеш аз ҳама дар бораи арзёбии саломатии омӯзгорон бо истифода аз саволномаҳои меравад, ки аломатҳои соматикӣ, изтироби равонии марбут ба депрессия ё изтироб ва сатҳи стрессро ҳамчун омил дар бар мегиранд. Пурсишнома (тест) ҳамчун марҳилаи

¹Закон Республики Таджикистан. Об охране труда (в редакции Закона РТ от 01.08.2012г. №882). https://andoz.tj/docs/zakoni/1_%E2%84%9615_labor-protect-RT_ru.pdf Дата обращения 24.06.2019.

²Родионов, В.А. Учителский стресс // Школьный психолог. – 2006. – № 4. – С. 24; Ронгинская Т.И. Синдром выгорания в социальных профессиях // Психологический журнал. – 2002. – Т. 23, № 3. – С. 85–95.

навбатии омӯзиши омилҳои психофизиологии рушди солимии омӯзгор дар фаъолияти касбии ӯ дар байни омӯзгорони муассисаҳои таҳсилоти миёнаи умумии №35, 88, 40, 92–и шаҳри Душанбе ва ноҳияи Рӯдакӣ гузаронида шуд. Пурсишнома аз 27 банд иборат буда, вазъи равонии омӯзгоронро дар муҳити таълим бо истифода аз ҷаҳор ҷавоб – «не», «баъзан» (нишондиҳандаи манфӣ), «тез–тез» ва «ҳамеша» (нишондиҳандаи мусбат) муайян мекунад. Аз рӯи хусусиятҳои психологи ҳамаи ин ҳолҳо бо калиди дорои ҷавобҳо аз рӯи миқёсҳои зерин муайян карда мешаванд, ки дар он шумораи ҷавобҳои омӯзгорон ба саволҳои дахлдор ҷамъбаст карда шуда, ба ҳисоби миёна аз ҳисоби ҷамъии ҳолҳо ба шумораи умумӣ тақсим карда мешавад, ки шумораи омӯзгорони пурсишшуда (95 нафар) ташкил медиҳанд. Ҷадвал дар асоси маълумоти замимаи 2 тартиб дода шудааст.

Ҷадвали 4. Омилҳои равонии иҷтимоӣ, ки шароити кори омӯзгорро дар муассисаи таълимӣ муайян мекунанд.

№	Омилҳо	Ҷавобҳо	Миёна	
			Манфӣ	Мусбат
1	Аломатҳои соматикӣ (стресс, ҳастагӣ, шиддат, депрессия)	11, 12, 17, 23, 24, 27	19+45+25+42+19+45+46+29+38+39+38+29 = 414:95 = 4,35	13+18+16+12+23+7+9+11+12+6+21+7 = 155:95 = 1,63
2	Ташвиш (дард, нооромӣ, асабоният)	2, 5, 7, 8, 14, 16, 21, 25	30+45+34+48+13+42+51+32+39+32+26+38+43+33+21+49 = 576:95 = 6,06	18+2+8+5+25+15+10+2+18+6+24+7+14+5+20+5 = 184:95 = 1,93
3	Ихтилоли иҷтимоӣ	9, 20	22+51+11+52 = 136:95 = 1,43	19+3+30+2 = 54:95 = 0,56
4	Қаноатмандӣ аз кор	4, 13, 15, 18, 26	2+30+5+21+2+21+18+20+5+22 = 146:95 = 1,53	31+32+17+52+27+45+21+36+12+56 = 329:95 = 3,46
5	Эътимод ба худшиносии комилтарин дар ин фаъолият	1, 6, 10, 19	1+28+36+6+10+22+6+11 = 120:95 = 1,26	30+36+5+48+20+43+11+67 = 260:95 = 2,73
6	Фаъолияти омӯзгор барои тақмил додани таълим ва таълим	3, 22	13+42+10+27 = 92:95 = 0,96	25+15+23+35 = 98:95 = 1,03

Аз рӯи нишондиҳандаҳои ҷадвали 4 ва замимаи 2 ҳолати равонии омӯзгоронро дар муҳити муассисаҳои таҳсилоти миёнаи умумии дарболозикргардидаи шаҳри Душанбе ва ноҳияи Рӯдакӣ баҳо додан мумкин аст: аз рӯи миқёси «Аломатҳои соматикӣ (стресс, ҳастагӣ, ташвиш, афсурдагӣ)», ки аз 6 банди пурсишнома тартиб дода шудааст, ин нишонаҳо аз рӯи 414 ҷавоб баҳои минималӣ (нишондиҳандаи манфӣ «не» ва «баъзан» – 4,35) дода шудаанд. Аз рӯи муқоиса бо ҷавобҳои мусбати «тез–тез» ва «ҳамеша» – 1,63, ё мутаносибан 27,25 % ва дар муқоисаи 72,75 % дар байни омӯзгорони муассисаҳои таҳсилоти миёнаи умумӣ аломатҳои соматикӣ мушоҳида карда шуд. Натиҷаи бадастомада аз ҷиҳати омӯри муҳим аст: $\chi^2_{Emr} = 9,976$, $p < 0,05$. Ин нишондодро метавон ба сатҳи оптималӣ ва регрессивӣ нисбат ба ангезаи прогрессивии омилҳои равонӣ, шароити кори омӯзгорони муассисаҳои таҳсилоти миёнаи умумии шаҳри Душанбе нисбат дод; аз рӯи миқёси «Ташвиш (дард, нооромӣ ва асабоният)» 75,78% (75 посух) ҷавоби манфӣ доданд ё аз ҳисоби миёна 1,43 маротиба зиёдтар, дар ҳоле ки сатҳи мусбат 24,22% (20 ҷавоб) ё ба ҳисоби миёна 0,56 буд. Натиҷаи бадастомада аз ҷиҳати омӯри боэътимод аст: $\chi^2_{Emr} = 13,156$, $p < 0,05$. Ин чунин маъно дорад, ки аксарияти омӯзгорон, аз як тараф, дар сарбории худ дар кори таълиму тарбия ва, аз тарафи дигар, мушкилоти ҳаёти шахсӣ ва оилавӣ, ки ба фаъолияти ҷисмонӣ ва педагогӣ таъсир мерасонанд, шаклҳои гуногуни норухати равониро ҳис мекунанд. Аз рӯи миқёси «Қатъшавии фаъолият» пурсишнома натиҷаҳои зеринро нишон дод: нишондиҳандаи миёнаи манфӣ 1,53 ва нишондиҳандаи мусбат 3,46 воҳиди нишондиҳандаи миёнаро ташкил дод (яъне,

мутаносибан 71,58% ва 28,42%). (Фарқиятҳо назаррасанд: $\chi^2_{Empr} = 8.884$, $p < 0.05$). Натиҷаҳо нишон медиҳад, ки дар муассисаҳои таълимии миёнаи зикргардидаи шаҳри Душанбе ва ноҳияи Рӯдакӣ сатҳи норасоии иҷтимоии паст аст; аз рӯи *миқёси «Қонёқунанда будани»* натиҷаҳои зерин ба қайд гирифта шуданд: нишондиҳандаи манфӣ 30,74% ва нишондиҳандаи мусбат 69,26% (мутаносибан 1,53 дар ченаки манфӣ ва 3,46 дар ченаки мусбат). Фарқиятҳои бадастомада аз ҷиҳати омор муҳимманд: $\chi^2_{Empr} = 7,01$, $p < 0,05$. Нишондиҳандаҳои қонёқунанда будани кори ин омӯзгорон аз сатҳи хуби саломатии онҳо, ҳиссиёти шодӣ, ифтихор ва хушнудӣ, яъне ҳиссиёти мусбат, ки онҳо аз кори худ пайдо мекунанд, шаҳодат медиҳад; аз рӯи *миқёси «Боварӣ ба қобили кор будани худ дар ин фаъолият»* дар 31,58% (сатҳи миёна – 1,26) нишондиҳандаи манфӣ ва дар 68,42% (сатҳи миёна – 2,73) нишондиҳандаи мусбӣ ба қайд гирифта шудааст. фарқиятҳо назаррасанд: $\chi^2_{Empr} = 6.282$, $p < 0.05$). Касбият ҳамчун нишонаи самаранокии шахс бо таъкид ба эътимоднокии доштани қобилиятҳои зарурӣ барои ташкил ва иҷрои кор ва ноил шудан ба ҳадафҳо баррасӣ мешавад. Ин омилро, аз рӯи маълумоти дар боло овардашуда, бештар аз чоряки омӯзгорони пурсидашуда дарк намекунанд; *Миқёси «Фаъолияти омӯзгор дар тақмили таълиму омӯзиши»* натиҷаҳои зеринро нишон медиҳад: нишондиҳандаи манфӣ 0,96 ва нишондиҳандаи мусбат - 1,03 дараҷаи миёна, ки мутаносибан 48,42 ва 51,58 %ро ташкил медиҳад. Бо вучуди ин , бояд қайд кард, ки аз нуқтаи назари омили математикӣ ин фарқиятҳо назаррас нестанд: $\chi^2_{Empr} = 0,008$, $p > 0,05$. Дар ин ҷо сухан асосан дар бораи эҷоди стратегияҳои фаъол, ҳамачониба ва муштараки омӯзгорон барои ҳалли масъалаҳои таълимӣ, ки дар фаъолияти ҳаррӯзаи онҳо ба миён меоянд, аниқтараш, «дар бораи чизҳое меравад, ки омӯзгорон бе мушкilot ҳал карда метавонанд» (банди 3) ва «қобилияти муносибати эҷодкорона ва созгор кардан ба омӯзиш ва таълим доранд» (банди 22). Паст шудани салоҳияти касбӣ ва рушди синдроми афсурдагӣ дар худ ё дигар мутахассисон на ҳамчун мушкilotи фардӣ, балки ҳамчун як мушкilotи иҷтимоӣ, коллективӣ, ки бо муҳити таълимӣ алоқаманд аст, фаҳмида мешавад.

Ҳамин тариқ, пурсиши гузаронидашуда аҳаммияти муҳити зистро барои фаъолияти омӯзгор, инчунин ҳислатҳои тағйирёбандаи равонии фардӣ, аз қабилӣ некбинӣ, идоракунии синф, омӯзиши мутамаркази хонандагон ва ҳисси шаҳрвандӣ инъикос мекунад. Аз ин бармеояд, ки барои фаъолияти дурусти муассисаи таълимӣ танзими захираҳои, ки ба эҷоди некуахлоқии педагогӣ дар ҷомеаи таълимӣ мусоидат мекунанд, аҳаммияти калон дорад.

Дар зербоби сеюм, ки «**Шароитҳои таъмини солимии равонии омӯзгори муассисаи таҳсилоти миёнаи умумӣ дар фазои таълимии Тоҷикистон**» унвон дорад ва дар он қайд карда мешавад, ки принципҳои умумии фароҳам овардани шароити мусоид барои меҳнати омӯзгор санадҳои меъёрии ҳуқуқии сатҳи давлатӣ кафолат медиҳанд, аз ҷумла, Қонуни Ҷумҳурии Тоҷикистон дар бораи маориф аз 4–уми июли соли 2013, № 537. Дар он баён карда шудааст, ки сиёсати давлатии дар соҳаи маориф буда ба принципҳои зерин асос ёфтааст:

– Баробарҳуқуқии шаҳрвандон дар гирифтани таҳсилоти босифат; афзалияти соҳаи маориф дар тамоми сатҳи ҳокимияти давлатӣ; таҳсилоти ҳатмии умумии асосӣ; мавҷудияти таҳсилоти миёнаи умумӣ ва таҳсилоти давомдор дар зинаҳои минбаъдаи таҳсилот дар асоси озмун; ҳосиятҳои илмӣ, дунявӣ ва инсонпарварии таълиму тарбия дар муассисаҳои таълимӣ ва ғайра.

Дар таҳқиқоте, ки дар муассисаҳои таълимии миёнаи №№ 28, 32, 91,102–и шаҳри Душанбе ва ноҳияи Рӯдакӣ гузаронида шудаанд, зиёда аз 100 нафар омӯзгорони иштироккунанда иброз медоранд, ки шароити кор ҳеҷ гоҳ мувофиқ нест ва хеле кам мувофиқат мекунад. Ҳамин тариқ, омӯзгорони муассисаҳои таҳсилоти миёнаи умумии дар боло зикршуда низ дар бораи ҳастагӣ ва афсурдагии равонӣ ҳарф заданд. Ба андешаи онҳо, на танҳо натиҷаи сарбории изофии кор, фишори эмотсионалӣ ва

мавқуф гузоштани ҳадафҳо, балки натиҷаи тафъсири муҳити объективии омӯзгор низ таъсири хосса дорад. Дар назарсанҷӣ 35 савол мувофиқи замимаи 3; 24 саволро замимаи 4; 21 саволро замимаи 5; 14 саволро замимаи 6 ва 15 саволро дар замимаи 7 дар бар мегирад. Калидҳои ин саволҳо аз рӯи принципи яқоя кардани саволҳои дорои мазмуни яхела дар се чадвал тартиб дода шудаанд, ки дар онҳо ҷавобҳои «не», «то андозае» ва «не, наметодам» – ро манфӣ ва «ҳа», «бешубҳа» мусбат арзёбӣ карданд. Ҳамаи ин нишондодҳо аз рӯи *миқёсҳо* тақсим карда мешаванд, ки дар он шумораи ҷавобҳои омӯзгорон ба саволҳои дахлдор ҷамбааст карда шуда, ҳисоби миёна аз рӯи ҷамъи ҳолҳо ба шумораи умумии омӯзгорони пурсишшуда (100 нафар) тақсим карда мешавад.

Мувофиқи нишондодҳои замимаи 3 («фазои ташкилӣ») калиди он ҷавобҳо дар 7 миқёс муттаҳид карда шуда, тасвири зеринро ба вучуд меоранд:

«*Кӯшиш барои расидан ба ҳадаф*» аз 7 банд иборат аст, ки ҳолҳои ҷавобҳои интиҳобӣ (ҳамагӣ 708 (271 + 437) ҷавоб), ин хоҳиши омӯзгорон дар сатҳҳои гуногун манфӣ ба қайд гирифта шудааст. Холи умумии мусбат 4,46 бо инҳирофи стандартии 1,07 мебошад. Маъноӣ онро дорад, ки омӯзгорон хоҳиши расиданро ба ҳадафҳои таълимро дар сатҳи мувофиқати оптималӣ арзёбӣ мекунанд. Қимматҳои инҳирофоти стандартии 1,07 диапазони посухҳои омӯзгорро аз ҳисоби миёна нишон медиҳанд. Ин гувоҳӣ медиҳад, ки дар маҷмӯъ (ба истиснои мактаби ба номи А.С. Пушкини ноҳияи Рӯдакӣ, ки таносуби нишондиҳандаҳои манфӣ ва мусбат қариб баробар аст – 3,45: 3,55) сатҳи дастовардҳои омӯзгорон дар маҳалли таҳсил онҳоро қаноатманд месозад.

Миқёси «*Хоҳиши кор кардан «ба таври дигар»*» дар асоси 7 банди интиҳоб ва 701 (358+343) ҷавоб тартиб дода шудааст. Аллақай аз таносуби нишондиҳандаҳои маълум мешавад, ки ҷавобҳои манфӣ нисбат ба ҷавобҳои мусбат бартарӣ доранд. Сатҳи миёнаи посухи мусбат 3,56 аст, ки ин ҳам тақрибан ба сатҳи миёнаи посухи манфии 3,54 баробар аст. Чаро нисфи омӯзгорон «ба таври дигар» кор кардан намехоҳанд? Сабаб дар он аст, ки онҳо вазифаҳои худро ба нақша мегиранд ва дар сатҳи хеле паст иҷро мекунанд. Ин вазъ чанд сабаб дорад: ташаббуси онҳо на аз ҷониби маъмурияти муассисаи таҳсилоти миёна, аз ҷониби мутахассисони соҳаи маориф ва аз ҷиҳати молиявӣ дастгирӣ намешавад. Ба ин нишондиҳандаҳои пасти талабагон, нарасидани маводҳои замонавии мавзӯ ва таҷҳизот ва ғайраро илова кардан мумкин аст.

Миқёси «*Инъикоси мустақилият дар ҳалли мушкилот новобаста ба иродаи роҳбарон*» хоҳиш ва қобилияти ба даст овардани салоҳияти омӯзгоронро инъикос менамоянд, ки салоҳияти онҳоро тасдиқ мекунад. Дар баробари ин, онҳо инчунин нишон медиҳанд, ки онҳо қодиранд барои рушди худ ва ҳалли мушкилоти худ масъул бошанд. Ба ин мазмун вобаста ба ин миқёс чаҳор банди интиҳобӣ дохил карда шудаанд, ки 415 (146 + 269) ҷавобро дар бар мегиранд. Қиммати миёнаи умумии таносуби «манфии мусбӣ» 1,45:2,66 мебошад. Ин маъноӣ онро дорад, ки омӯзгорони ин муассисаҳои таҳсилоти миёнаи умумӣ новобаста аз ирода ва хоҳиши роҳбаронашон дар ҳалли вазифаҳои ба зиммашон гузошташуда мустақилият нишон дода метавонанд. Ин натиҷаро метавон ба сатҳи оптималӣ нисбат дод: вачҳҳои прогрессивӣ нисбат ба регрессивӣ бартарӣ доранд (пеш аз ҳама, ин ба мактаби №102 дахл дорад).

Ҷузъи муҳимми устувории психологӣ омӯзгор дар миқёси «*Ҳисси эҳтиҷ ба кӯмаки ҳамкорон дар ҳалли масъалаҳо*» мавҷуд аст. Сухан дар бораи он меравад, ки муносибати иҷтимоии омӯзгорон аксар вақт вайрон карда мешаванд. Омӯзгорон ба якдигар ёрӣ намерасонанд, ба ҳамкорон ба ёрӣ муроҷиат намекунанд ва ғайра. Дар ин вазъият чунин муносибатҳо метавонанд, ба эътирофи ҷиҳатҳои тавоноии ҳар як омӯзгор мусоидат кунанд. Дар баробари ин, омӯзгор худро аз ҳамкасбонаш ҷудо карда, ба меъёру анъанаҳои дар муассисаи таълимӣ муқарраргардида содиқ будани

худро нишон медиҳад. Ҳама чизи нав чунин омӯзгорро метарсонад. Чунин мешавад, ки омӯзгор маҷбур аст, эътироф кунад, ки ҳузури ӯ дар ҷойи кор чандон муҳим нест. Дар ин маврид неруи эҷодии омӯзгор ва садоқати ӯ ба таълим тадриҷан аз байн меравад. Дар натиҷаи пурсиш нишондиҳандаи миёна дар таносуби манфӣ–мусбат 2,27:2,65 муайян карда шуд. Мутаносибан, баҳои мусбати омӯзгорон ба кумак ба ҳамкасбон дар ҳалли мушкилоти мубрами онҳо нисбат ба онҳое, ки дар хусуси ин кумак нигоҳи хуб доранд, як андоза баландтар аст. Бо вучуди ин, як қисми дигари маълумот нишон медиҳад, ки алоқаи байни ҳамкорон аҳёнан мушоҳида мешавад ё тамоман нест, зеро омӯзгорон дар ҳучраҳои алоҳида машғули кори худ ҳастанд.

Нишондиҳандаҳои миқёси «*Вобастагӣ ба қарорҳои маъмурият*» нишон медиҳанд, ки дар муассисаи таълимӣ чи гуна фазои психологӣ ба вучуд омадааст ва он ба иштироки омӯзгорон дар қабули қарорҳо чи гуна мусоидат мекунад. Агар ин фазои ошкорбаёнӣ ва таваккал ба ҳуди омӯзгорон хос бошад, он гоҳ онҳоро водор мекунад, ки андешаҳо ва равишҳои навро баён кунанд ва сипас онҳоро дар кори худ истифода баранд. Аммо бояд гуфт, ки омӯзгорон барои иштирок дар қабули қарор камтар майл доранд, хусусан агар онҳо боварӣ дошта бошанд, ки роҳбари онҳо ба ақидаи онҳо тавачҷуҳ дорад, аммо ниҳойро ҳудаш қабул мекунад. Ин бурҳонро натиҷаҳои пурсишнома нишон медиҳанд, ки таносуби миёнаи он ба 2,01:2,88 баробар аст. Ин чунин маъно дорад, ки аксарияти омӯзгорон аз вобастагии қору нақшаҳояшон ба қарорҳои маъмурияти муассисаҳои таълимӣ сухан меронанд. Ин ҳолат дар байни омӯзгорон ҳисси ноумедиро ба вучуд меорад, ки онҳо ба раванди қабули қарорҳо таъсир расонида наметавонанд.

Миқёси шашум – «*Зарурати роҳнамоии касбӣ ва баҳодиҳии фаъолияти омӯзгор*» аз 4 банд ва 381 (137+244) ҷавоб иборат аст. Дар ин ҷавобҳо мусоҳибон кӯшиш карданд, ки андешаи худро баён кунанд ва роҳнамоии касбии худро ҳамчун як ҷанбаи тавонбахш инъикос намоянд, ки ин ба онҳо барои такмили ихтисос, такмили пайвастаи донишу малака дар муассисаи таҳсилоти миёнаи умумӣ, ки дар он кор мекунанд, имконият фароҳам меорад. Баланд бардоштани маҳорати касбии омӯзгорон (салоҳиятноки) дар ҷараёни фаъолияти онҳо амалӣ мегардад. Ин ниҳоят садоқати омӯзгорро ба кори худ мустаҳкам мекунад. Ҳамин тавр, азназаргузаронии таносуби миёнаи омӯзгорони панҷ муассисаи таълимии миёнаи шаҳри Душанбе ва ноҳияи Рӯдакӣ 1,34: 2,49 – ро ташкил медиҳад ва ин маънои онро дорад, ки аксарияти омӯзгорон зарурати роҳнамоии касбӣ ва баҳодиҳии фаъолияти онҳоро ҷонибдорӣ мекунанд.

Замимаи 4 «*Тамоюли равонӣ ва касбии омӯзгорон*» арзишҳои миёна ва инҳирофи стандартиро аз рӯйи 24 савол, ки сифатҳои шахсии омӯзгорро муайян мекунанд ва ба самти касбии онҳо мусоидат менамоянд, оварда шудааст. Ин саволҳо то андозае хусусияти иғвоангез дошта, мусоҳибонро ба ошкорбаёнӣ ташвиқ мекарданд. Чанде аз ин саволҳо: «Оё шумо худро ба қадри кофӣ одами хуб меҳисобед?»; «Оё шумо худро аз ҳамкасбони худ дар муассисаи таҳсилоти миёна бадтар мешуморед?»; "То чӣ андоза дар шумо ҳисси гунаҳкорӣ инкишоф ёфтааст?" ва ғайра. Маълум аст, ки дар ин ҷо (дар зерматн) ба мавзӯи некуаҳволии психологии шахсӣ алоқаманд карда мешавад, ки бо субъективии оид ба хушбахтӣ вобаста аст. Дар ин маврид барои ченаки андозагирии самти равонӣ ва касбии омӯзгорон муносибати гуногунандеши ба кор бурда шуд.

Миқёси «*Барои худ, барои лаззат ва некуаҳволии худ кор кардан*» 617 ҷавобро инъикос мекунад. Аз ин шумора дар 178 посух нишондиҳандаи манфӣ ва дар 439 посухи мусбат ба қайд гирифта шудааст. Таносуби миёнаи “манфӣ-мусбат” дар ин ҷо ба 2,85:4,36 баробар аст. Мувофиқи ин таносуб аксарият ба хоҳири манфиату беҳбудии худ ба кор омодаанд. Дар мавриди шароити кор омӯзгорони ин муассисаҳои таҳсилоти миёнаи умумӣ (хусусан, муассисаҳои таҳсилоти миёнаи умумии №32 ва 102), ки онҳо хуб ё қаноатбахш буда, барои фаъолияти омӯзгорӣ

комилан қобили қабуланд. Ин тадқиқот дар мисоли ду муассисаи таҳсилоти миёнаи умумии шаҳри Душанбе – № 32 ва 102 таърифи устувори некуаҳволиро дар чойи кор пешкаш мекунад.

«*Ба дигарон ғоидабахш будан*» нишондиҳандаҳои марбут ба дурнамои мувофиқат ба меъёрҳои иҷтимоиро инъикос мекунад. Махсусан, мукофотҳои беруна дар шакли тасдиқ ва эътирофи иҷтимоӣ метавонанд, муҳим ҳисобида шаванд. Мо таъсири рафтори ғайрирасмии ғоидабахш"-ро ба некуаҳволии дигарон ҳамчун функцияи фарқиятҳои байнишахсӣ дар меъёрҳои иҷтимоӣ оид ба кумак таҳлил кардем. Ҳамчун як нуқтаи ибтидоӣ, мо коэффисиенти коррелятсияи дохилишахсиро пешниҳод намудем, ки он ченакӣ чӣ қадар фарқияти қаноатмандии ҳаёт ва таъсири мусбат бо фарқиятҳо дар сатҳи ин муносибат (яъне, кластер) шарҳ дода мешавад. Моҳияти ин масъала дар ҳамин аст, ки 515 посух коркард шуд (нишондиҳандаи манфӣ 76 адад, нишондиҳандаи мусбӣ – 439). Таносуби миёнаи манфии мусбат дар ин ҷо 0,88:1,98 –ро ташкил медиҳад. Маълум мешавад, ки таъсири кумаки ғайрирасмӣ ба қонеъ будан аз зиндагӣ ва таъсири мусбат ҳангоми эътимод ба муносибатҳои муштараки байниҳамдигарӣ бо дигарон коҳиш меёбад. Аз ин нишондодҳо бармеояд, ки натиҷаҳои МТМУ № 102 боз ба сатҳи оптималӣ наздик буда, аз таносуби миёнаи таносуби мусбат (2,63 нисбат ба 1,98) хеле зиёданд.

Хусусиятҳои шахсии тамоюли касбии омӯзгор инчунин дар мундариҷаи микёси «*Ҳоҳиши шахси эҷодкор ва таъсирбахш будан*», ки аз ҷаҳор посухи шабеҳи замимаи 4 оид ба дараҷаи мустақилияти шахсӣ, вазъи қаноатбахш, дараҷаи мустақилияти омӯзгор ва ҷустуҷӯи қори устувору боэътимоди ӯ ташкил карда шудааст. Намунаи ҷавобҳо бо 390 ҷавоб коркард карда шуданд (нишондиҳандаи манфӣ – 159 адад, мусбат – 231). Таносуби миёнаи " манфӣ–мусбат " дар ин ҷо 1,12:2,63 баробар аст. Аз ин ба хулосае омадан мумкин аст, ки майлу хоҳиши омӯзгорон барои эҷодкорона меҳнат кардан ва дар баробари ин шахси мустақил будан хеле калон аст. Ба истиснои муассисаи таҳсилоти миёнаи умумии №91, дар дигар муассисаҳои таҳсилоти миёнаи умумӣ таносуби нишондиҳандаҳои мусбат нисбат ба нишондиҳандаҳои манфӣ хеле бартарӣ доранд. Мундариҷаи ҷаҳор саволи намунавӣ муайян мекунад, ки эҷодкорӣ таъсири мутақобилаи қобилиятҳо, равандҳо ва муҳитест, ки тавассути он фард (ё гурӯҳ) натиҷаи дилхоҳро ба вуҷуд меорад, ки ҳам нав ва ҳам муфид аст. Ин хоҳишро махсусан омӯзгорони муассисаи таҳсилоти миёнаи умумии рақамҳои 32 ва 102 ғайрибаён карданд. Дар ин маврид сухан дар бораи чен кардани нерӯи эҷодӣ ҳамчун ифодаи амалӣ меравад. Ҳамаи саволҳо дар бораи эҷодкорӣ ва самаранокии омӯзгор ба вазифаҳои абстрактӣ ва намоиши маҳорат марбутанд.

Микёси навбатии «*Омӯзгор ҳамчун шахси масъул*» то андозае идомаи мантиқии микёси қаблӣ мебошад. Он дар ақида чойгир шудааст, ки масъулияти иҷтимоӣ як сохтори муҳим барои солимии равонӣ ва некуаҳволия буда, ба одамон дар интиҳоби дуруст ва қабули қарорҳо ёрӣ мерасонад, барои баъзеҳо натиҷаҳои қаноатбахш ва муваффақ меорад ва ба некуаҳволии дигарон мусоидат мекунад. Ин микёс ба шаш банди намунаи замимаи 4 ва ба 556 ҷавоб (153+403) асос ёфтааст. Худи далели бартари нишондиҳандаҳои мусбат бар манфӣ аз он шаҳодат медиҳад, ки қариб 73% пурсидашудагон худро ҳамчун омӯзгор – шахси масъул меҳисобанд. Ин таносуби дар шакли χ^2 (фоиз) дар ҷавобҳо аз ҷиҳати оморӣ муҳим буд: $\chi^2_{Emp} = 10,22$, $p < 0,05$. Сатҳи миёнаи посухи мусбат 1,62 аст, ки аз сатҳи миёнаи посухи манфии 4,18 хеле пасттар аст. Дар ин масоил ГРТ ба номи А.С Пушкини н. Рӯдакӣ, МТМУ № 32 ва 102 - и, шаҳри Душанбе пешсаф мебошад. Омӯзгорони ин муассисаҳои таҳсилоти ҳамагонӣ мутмаинанд, ки онҳо танҳо дар сурати риояи принципҳои демократии рушд, дар сурати амн ва аз хатарҳои мухталиф эмин шудани ҷомеаи мо, бештар худро ҳамчун шахсият баён карда метавонанд.

Ин тезисро натиҷаҳои тадқиқот оид ба микёси «*Тайёр будан ба хатарҳо ва мушкилот*» тасдиқ мекунад. Ин микёс бо роҳи таҳлил ва омезиши мундариҷаи панҷ

банди намунаи Замимаи 4 сохта шудааст ва аз 489 (140+349) ҷавоб иборат аст. Дар ин ҷо низ бартарияти нишондиҳандаи мусбат аз нишондиҳандаи манфӣ дида мешавад: 71,3% - и пурсидашудагон омодагии худро ба хатару мушкилотҳои гуногуне, ки дар ҷараёни фаъолияти омӯзгорӣ ба вучуд меоянд, ибраз доштанд. Фарқияти натиҷавӣ аз ҷиҳати омӯри муҳим аст: $\chi^2_{Emr} = 10,518$, $p < 0,05$. Таносуби натиҷаҳои миёнаи манфӣ ва мусбат 1,36:3,51 аст. Натиҷаи оптималии мактабҳои миёнаи рақамҳои 102, 32 – и шаҳри Душанбе ва ГРТ ба номи А.С Пушкини н. Рӯдакӣ. Дар асоси маълумоти миқёс, рафтори таваккалӣ аз рӯйи тамоюли тамаркуз ба натиҷаҳои мусоид ё номусоиди интихоби хатарноки шахс муайян карда мешавад. Ин майл, ки мо онро мафҳуми таваккал меномем, ба хислати омӯзгорон монанд аст. Он бо оптимизм — хислати устувори шахсияти омӯзгорон алоқаи зич дорад, гарчанде ки дар баъзеи онҳо бо мурури замон дараҷаи некбинӣ паст мешавад. Аз ин ҷост, ки масъалаи вазъи саломатии равонии омӯзгорон савол ба миён омад.

Ниҳоят, маълумоте, ки дар замимаҳои 5, 6 ва 7 коркард шудаанд, ба ҳафт миқёси як асос муттаҳид карда мешаванд. Дар онҳо хусусиятҳои психологӣи шахсӣ ва омилҳои, ки ба ин ё он роҳ ба ташаккули фазои муассисаи таълимии миёна таъсир мерасонанд, инъикос меёбанд. Ин боз ҳам муҳимтар аст, зеро проблемаҳои, ки мо дар ин ҷо меомӯзем, гуногунҷабҳа буда, ҷиҳатҳои гуногуни психологӣи рафтори омӯзгорро инъикос мекунанд. Дар ин маврид таҳлили ҳамачонибаи мазмуни ҳамаи ҷавобҳо, мақсад ва вазифаҳои таҳқиқот, инчунин, хусусиятҳои мусоҳибон зарур аст.

Ҳамин тарик, миқёси якум бо номи рамзии «*Боварӣ ба худ ва худкифоягии омӯзгорон*» аз рӯйи натиҷаҳои ҳашт саволи дархостҳои зикршуда тартиб дода шуда, дар посухҳои омӯзгорони пурсишшуда ҳафт бандро дар бар мегирад. Моҳияти масъала дар ин аст: эътимод ба худ ва ҳисси худкифоягӣ дар ҷорҷубаи соҳаи муайян (МТМУ) ва шахси (омӯзгор) мушаххас баррасӣ мешавад. Ин миқёс 777 (356+421) ҷавобҳоро дар бар гирифт ва муттаҳид кард, ки аз ҷиҳати мундариҷа яхела буданд. Ҷавобҳои мусбат (54,1%) нисбат ба ҷавобҳои манфӣ зиёдтар буданд. Таносуби нишондиҳандаҳои миёнаи натиҷаҳои манфӣ ва мусбӣ – 1,15: 1,39, нишон медиҳад, ки баъзе омӯзгорон (45,8%) худро боваринок ҳис намеkunанд ва худро шахси боэътимод ва комил намешуморанд. Дар айни замон, ин фарқият дар ҷавобҳо аз нуқтаи назари омӯри математикӣ ночиз шуд: $\chi^2_{Emr} = 0,2$, $p > 0,05$. Чунин худбаҳодиҳӣ эҳтимолан натиҷаи нобоварии онҳо ба қобилияти амалӣ кардани қобилият ва ҳадафҳои худ дар ҳаёти воқеӣ аст. Дар баробари ин, арзёбии ошкорои боэътимодӣ нисбат ба худ ва набудани худкифоягии шахс нишон медиҳад, ки ҳар дуи ин сохтор ҷузъҳои муҳимми равонӣ дар саволномаи маърифатии мо мебошанд.

Миқёси наватӣ – «*Ҳисси бемории «касбӣ*»» аз рӯйи ҳафт савол тартиб дода шудааст, ки маънои онҳо муайян кардани ҳолати равонии омӯзгорон мебошад: зуд-зуд ба духтур муроҷиат кардан, дарди сар, дарди меъда, дарди пушт, хунукназарӣ, чашми норавшан ва тарс аз фарбеҳӣ, ки онро "бемориҳои касбӣ" меноманд. Шумораи умумии посухҳои омӯзгорони тамоми муассисаҳои таҳсилоти миёнаи умумӣ 686 нафарро (453+233) ташкил дода, дар онҳо нишондиҳандаҳои манфӣ (66,03%) нисбат ба ҷавобҳои мусбат (33,97%) бартарӣ доранд. Қайд кардан муҳим аст, ки ин фарқият дар ҷавобҳо аз ҷиҳати омӯри муҳим буд: $\chi^2_{Emr} = 4,637$, $p < 0,05$. Ин вазъият, албатта, ташвишвар аст, зеро он гувоҳӣ медиҳад, ки омӯзгорон ба сарбории (фишорӣ) равонӣ дучор мешаванд.

Дар саволнома миқёси «*Ҳисси бемории касбӣ*» аз ҷадвали навбатии «*Синдромҳои стресс*» ба таври миқдорӣ ҷудо карда шудааст, аз рӯйи хусусиятҳои сифатӣ ҳар дуи ин миқёсҳо яхелаанд ва аз ин рӯ, дар поён ҳулосаи умумӣ оид ба ҳар дуи онҳо оварда шудааст.

Миқёси "*Синдромҳои стресс*" дар асоси ҷавобҳои 402 (291 + 111) ба ҷаҳор саволи замимаҳои 5, 6 ва 7 тартиб дода шудааст. Ҷавобҳо дар шакли «не», «то андозае», «ҳа», «бечуну чаро» ё «албатта» пешниҳод шудаанд. Тавре дар рафти пурсиш маълум

гардид, танҳо 27,61% омӯзгорони панҷ муассисаи таҳсилоти миёнаи умумӣ синдроми стрессро дар худ қайд кардаанд (Фарқият назаррас аст: $\chi^2_{Empr} = 9,633$, $p < 0,05$).

Нишондиҳандаҳои ҳарду *микёс* гувоҳӣ медиҳанд, ки “синдроми афсурдагӣ” дар омӯзгорони муассисаҳои таҳсилоти миёнаи умумӣ, ки мо омӯхта будем, дар ҳоли рушд аст. Он дар натиҷаи таъсири омилҳои стресс дар ҷойи кор ба амал меояд ва дар ҳастагии эмотсионалӣ зоҳир мешавад. Дар ин ҷо фишори корӣ ва муҳити ҷисмонии омӯзгор нақш доранд, аз ин рӯ, ин синдромро метавон ҳамчун стресси дарозмуддати ҳалнашудаи меҳнатӣ тавсиф кард, ки аз ҷиҳати тиббӣ, психологӣ ва ташкилӣ диққати махсусро тақозо мекунад.

Микёси ҷорум «*Фаъолияти руҳӣ-психологӣ*» ҳамчун омили махсуси таъсиррасонӣ ба фаъолияти омӯзгор, дар ҷен кардани ҳислатҳо ё тамоюлҳо, ки нисбатан ба тағйирот тобоваранд, баррасӣ шудааст. Ҳамин тариқ, ин микёс ҷавобхоро муттаҳид мекунад, ки диапазонро аз омилҳои устувор то омилҳои тағйирпазири иҷтимоӣ ва равонӣ “нишон медиҳанд”. Саволҳои ба мусоҳибон додашуда дар ин маврид ба ҳисси масъулият, гунаҳкорӣ, ғамгинӣ, ки онҳо аз сар гузаронидаанд (ё надида буданд), инчунин фаъолияти ҷисмонӣ ва дастгирии ҳамкорон дар ҳолатҳои стресс алоқаманд буданд. Ҳамагӣ 502 (269+233) ҷавоб коркард карда шуд. Тавре маълум гардид, 46,4% омӯзгорон дар бораи ин омилҳо мусбат ибрози назар кардаанд (фарқиятҳо назаррас нестанд: $\chi^2_{Empr} = 0,136$, $p > 0,05$). Дар ин ҷо бояд қайд кард, ки саволнома махсусан дар шакли омехта ҷанбаи манфӣи ҳолати шахс (гуноҳ – саволи 11, ғамгинӣ, андӯх – саволҳои 12 ва 18) ва мусбат (масъулият – саволи 10, фаъолияти ҷисмонӣ – савол 14) дохил карда шудааст. Агар ин саволҳо алоҳида дода мешуданд, натиҷа дигар мешуд.

Микёси навбатӣ ба таҳлили «*Самаранокӣ нисбат ба кор, маъмурият, ҳамкорон ва волидон*» бахшида шудааст. 662 (295+367) ҷавоб коркард карда шуд; 65,4% пурсидашудагон самаранок будани муносибати худро ба кор, маъмурият, ҳамкорон ва волидон тасдиқ мекунанд, ки ин яке аз нишондиҳандаҳои фазои хуби равонӣ дар муассисаҳои таҳсилоти миёнаи умумӣ мебошад. Бартариин ин ҷавобҳои мусбат аз нуқтаи назари омори математикӣ боэътимод аст: $\chi^2_{Empr} = 4,248$, $p < 0,05$. Таносуби миёнаи манфӣ ба мусбат дар посухҳои омӯзгорон 0,97:1,25 аст. Дар ин нишондиҳанда вазъияти бадтарин дар ГРТ ба номи А.С. Пушкини ноҳияи Рӯдакӣ ҷой дорад. Мактаби н. Рӯдакӣ ва мактаби № 28–и шаҳри Душанбе мутаносибан ба 19,66 % ва 23,7 % баробар аст, яъне муносибати бесамаронаи омӯзгорон ба қори маъмурият, ҳамкорон ва падару модарон. Аммо аксарияти омӯзгорони панҷ муассисаи миёнаи дар боло зикршуда дар Душанбе ва н. Рӯдакӣ тарафдори дастгирии маҳорати иҷтимоӣ ва эмотсионалии худӣ омӯзгорон мебошанд. Бо вучуди ин, онҳо қайд мекунанд, ки некуаҳволии эмотсионалии омӯзгорон (масалан, танзими ҳиссиёт, қобилияти қабули фикр ва ҳамдардӣ ба одамони дигар аз табақаҳои гуногуни ҷомеа) ва малақаҳои иҷтимоӣ/инсонии онҳо (масалан, муносибатҳои мусбат бо хонандагон, волидон ва ҳамкорон) эҳтимолан ба некуаҳволии иҷтимоӣ, эмотсионалӣ ва академии хонандагони онҳо таъсир расонад.

Ба ин микёс аз нуқтаи назари мавзӯи таҳқиқот микёси зерини «*Истифодаи захираҳо ва дастгирии беруна*» наздик аст, ки дар асоси панҷ саволи замимаҳои 5, 6 ва 7 тартиб дода шудааст. Ҷавобҳо ба ин саволҳо бо калимаҳои «не», “то андозае”, “ҳа”, “бешубҳа” ё “бешубҳа”. Ҳамагӣ 511 (267+244) посух гирифта шуд. Маълум аст, ки бештар аз нисфи омӯзгорон (52,2%) аз истифодаи захираҳои дохилӣ ва дастгирии берунии худ дар муассисаи таҳсилоти миёнаи умумӣ (хусусан, омӯзгорони муассисаҳои таҳсилоти миёнаи умумии №91 ш. Душанбе ва ГРТ дар ноҳияи Рӯдакӣ мутаносибан 28,0% ва 27,7% қаноатманд нестанд. Дар айни замон фарқияти натиҷавӣ аз ҷиҳати омӯри муҳим нест: $\chi^2_{Empr} = 0,028$, $p > 0,05$. Таносуби миёнаи ҷавобҳои манфӣ ва мусбат дар посухҳои омӯзгорон 0,87:0,83 аст. Натиҷаи анкета нишон медиҳад, ки муассисаҳои таълимии миёнаи номбурда ҳанӯз аз захираҳои дохилӣ ба

кадри кифоя истифода намебаранд, аз берун ёрӣ намерасонанд. Ин ба усулҳои кор, дастрасӣ ба дониш, муошират, муошират, ҳамкорӣ ва муваффақият дар соҳаҳои ҳаёти касбӣ, иҷтимоӣ ва шахсии омӯзгорон ва хонандагон таъсири калон мерасонад.

Ниҳоят, миқёси охирини «*Арзёбии шароити меҳнат дар муассисаи таълимӣ*» низ аз ҷиҳати мантиқӣ бо *миқёси* қаблӣ алоқаманд аст. Ин *миқёс* 14 бандро дар бар мегирад, ки аз рӯйи се замимаи зикршуда ҳисоб карда шудааст, ки бештари онҳо – 1528 (753 манфӣ ва 775 мусбат) ҷавобро қайд кардаанд. Дар онҳо фикру мулоҳизаҳои омӯзгорон дар бораи шароити меҳнат дар муассисаҳои таълимии миёна, дар бораи имкониятҳои ҳалли ихтилофҳои гуногун, аҳаммияти меҳнат, дар бораи тадбирҳои беҳтар намудани солимии равонӣ ва ғайра инъикос ёфтаанд. Дар натиҷаи пуршиш таносуби миёна дар ҷавобҳои омӯзгорон манфӣ ба мусбат ба қайд гирифта шудааст, ки 2,44:2,99 аст ва маънои онро дорад, ки омӯзгорони ин муассисаҳои таълимӣ (50,7%) (фарқият назаррас нест: $\chi^2_{Emr} = 0$, $p > 0,05$) дар шароити кори муассисаҳои таълимии миёнаро асосан қонеъ гардонанд. Қисми зиёди омӯзгорон гузориш доданд, ки онҳо аз болои ҷӣ гуна таълим додан ва баҳо додан ба хонандагон назорати зиёддоранд. Дар баробари ин аз имкони интиҳоби кадом мавод ва матнҳо маҳруманд.

Дар асоси ҳамаи гуфтаҳои боло ба хулосае омадан мумкин аст, ки таъмини солимии равонии омӯзгорони муассисаҳои таҳсилоти миёнаи умумӣ яке аз шартҳои муҳиммест, ки ба солимии равонии омӯзгороне, ки дар синфҳои миёна дарс мегуянд, мусоидат мекунад. Некуаҳволии равонӣ (ҳамчун ҳолати руҳӣ ва ҳамчун хусусияти шахсият) самаранокии раванди таълимро таъмин мекунад. Дар навбати худ муассисаҳои таҳсилоти миёнаи умумӣ низ бояд барои сифат ва мувофиқати хизматрасоние, ки ба онҳо расонида мешаванд, масъулияти ҷиддӣ ба дӯш гиранд. Барои ин он бояд захираҳои кофӣ дошта бошад, ки аз ҷумла, дар пешгирии ва рушди саломатии омӯзгорон дар ҳама ҷанбаҳои истифода шаванд.

ХУЛОСА

Натиҷаҳо асосии илмӣ таҳқиқот

Нуқтаҳои асосии илмӣ натиҷаҳои таҳқиқот чунин ишора мекунем:

1. Кори диссертатсионӣ исбот кард, ки гарчанде солимии равонӣ таърихан ҳамчун аз як ҷанбаи бемориҳои рӯҳӣ (масалан, депрессия, изтироб ва ғ.) баррасӣ мешуд, ҷомеаи илмӣ дарк кардааст, ки солимии равонӣ на танҳо мавҷуд набудани беморӣ, балки доштани малакаҳои заруриро барои мубориза бо мушкилоти зиндагиро инъикос менамояд;
2. Хонандагон вақти зиёдеро дар муассисаҳои таҳсилоти миёна мегузaronанд ва омӯзгорон метавонанд талаботҳои онҳоро қонеъ созанд. Барои ин қобилиятро ба мисли мусоидат кардан ба саломатии табиӣ равонии хонандагон ва воқуниш ба хонандагоне, ки аз мушкилоти шадидтари солимии равонӣ азоб мекашанд, инкишоф додан лозим аст. Аммо ҷунонки натиҷаҳои намунае, ки дар байни муассисаҳои таҳсилоти миёнаи умумӣ (Душанбе, Ҳисор ва Рӯдакӣ) гузаронида шуд, нишон медиҳад, ки роҳбарони муассисаҳои таҳсилоти миёнаи умумӣ аксаран иттилооти заруриро барои расонидани хизматрасониҳои мукаммали солимии равонӣ дар тамоми муассисаи таҳсилоти миёнаи умумӣ надоранд.
3. Таҳқиқоти мазкур барои дарки ҳифзи саломатии омӯзгорон ва рафъи фишори манфии равонӣ, аз қабилӣ стресс, ки омӯзгорони муассисаҳои таҳсилоти миёнаи умумии кишвар аз сар гузаронидаанд, саҳми арзанда мегузорад. Аммо натиҷаи ин

пажуҳиш нишон медиҳад, ки омӯзгорӣ як пешаи серталаб боқӣ мемонад ва дараҷаи муайяни фишори омӯзгорон бахше аз таҷрибаи ҳамарӯзаи мактабҳои миёна аст;

4. Натиҷаҳо нишон доданд, ки тамоюли афзоиш ба вучуднома ба шаклҳои пасивии зиндамонӣ манзараро пурра мекунад: шаклҳои пасивии зиндамониро дар ҳолатҳои интиҳоб бояд кард, ки салоҳиятҳои ҳуди шахс барои ҳалли ҷабҳаҳои масъала нокифоянд ё имконияти таъсиррасонӣ ба вазъият ба назар намерасанд.

5. Фазаи муассисаи таълимӣ бо ободонии муассисаи таҳсилоти миёна маҳдуд намешавад. Ҳарчанд ин мафҳуми «фазо» ба таҷрибаи субъективӣ асос ёфта бошад ҳам, дар он бештар на шахсият, балки муассисаи таҳсилоти миёнаро ҳамчун як гурӯҳи калон, яъне гурӯҳҳои гуногуни иҷтимоие, ки дар ҷабҳаҳои муассисаҳои таълимии таҳсилоти миёнаи умумӣ иштирок мекунанд, ба назар гирифта мешавад. Ҳам дар дохил ва ҳам то андозае берун аз он, яъне волидон ва шарикони доимӣ мебошад.

6. Дар кор барои арзёбии ҷанбаҳои таваҷҷуҳи марбут ба саломатии омӯзгорони муассисаҳои таҳсилоти миёнаи умумӣ (Душанбе, Ҳисор ва Рӯдакӣ) аз пурсишномаҳои дорои саволҳои гуногун истифода шудааст. Ба онҳо саволҳо оид ба ҷен кардани ҳастагӣ, маъмултарин психопатологияи касбӣ дар касби омӯзгорӣ, инчунин, саволҳо оид ба нишонаҳои стресс ва саломатии умумии омӯзгорон дохил карда шуданд. Ҳангоми таҳияи саволнома тамоми ҷанбаҳои марбут ба ҳатарҳои таълим ба назар гирифта шуданд, ки ба афзори мушоҳидаи саломатӣ мувофиқанд ва дар асоси мафҳуми васеи саломатӣ нишондиҳандаҳои сатҳи некуаҳволӣ дар таълим дохил карда шуданд.

7. Ҳамзамон, онҳо аз ҷиҳати назариявӣ бо санадҳои қонунгузориҳои давлатии Тоҷикистон алоқаманд буданд, ки дар онҳо саломатӣ ҳамчун мувозинати динамикӣ фаҳмида мешавад, ки дар он шахсон ё гурӯҳҳо қобилияти оптималии тобоварӣ ба шароити зиндагӣ доранд. Дар онҳо самтҳои зерини гуногун ва иловагиро дар омӯзиши расмиёти муайян, андозагирӣ ва мониторинги ҳатарҳо барои омӯзгорон дар ҷойи кор таъкид мекунанд: баҳодиҳии омилҳои ҳавфи касбӣ, ки он шароити вазифа, ташкилот ва ҷойи корро таҳлил мекунад, ки метавонанд ба онҳо таъсири манфӣ расонанд.

Хулосаи рисола натиҷаҳоеро дар бар мегирад, ки фарзияҳо ва дурустии муқаррароти барои дифоъ пешниҳодшударо тасдиқ мекунанд.

Тавсияҳо барои истифодаи амалии натиҷаҳо

Дар асоси натиҷаҳои бадастомада мо метавонем тавсияҳои худро оид ба бештар намудани солимии равонӣ дар шароитҳои зерин мурағаб созем: стратегияҳоеро таҳия намоем, ки иштироки ҳадафноки омӯзгоронро дар идоракунии беҳатарӣ ва ҳифзи меҳнат ҳавасманд менамуданд; имконоти омӯзгорони муассисаҳои таълимии ноҳияро дар идоракунии раванҷҳои беҳатари меҳнат ва тарзи ҳаёти солим васеъ кардан зарур аст. Корхоро дар ин самт ҷиҳати таҳкими стратегияи даҳолат ва беҳбудии шароити кор ва саломатии омӯзгорон идома додан лозим аст, ки имкони тақмили пайвасти раванҷи кор ва арзиши изофӣ барои фароҳам овардани фазаи мусбат дар муассисаҳои таҳсилоти ҳамагонӣ мебошад. Дар бобати ташкили кор низомии нави маъмуриро аз нав дида баромадан лозим аст, ки дар онҳо барои истироҳат ва пурра кардани қобилияти меҳнатии муаллимон ҷойҳо фароҳам оварда шаванд.

ФЕҲРИСТИ ИНТИШОРОТИ ДОВТАЛАБИ ДАРЁФТИ

ДАРАЧАИ ИЛМӢ

I. Мақолаҳои илмие, ки дар маҷаллаҳои тақризшавандаи Комиссияи олии аттестатсионии назди Президенти Ҷумҳурии Тоҷикистон ҷоп шудаанд:

- [1–М]. Юнусова Н.М., Курбонов Н.Х. К вопросу психологического благосостояния и здоровья учителей средних общеобразовательных учреждений Таджикистана [Текст] / Курбонов Н.Х. // Паёми донишгоҳи миллии Тоҷикистон, 2023. № 8. – С. 243–249.
- [2–М]. Курбонов Н.Х. Психологическое здоровье педагога как фактор развития его профессиональной деятельности [Текст] / Курбонов Н.Х. // Паёми донишгоҳи миллии Тоҷикистон, 2023. №9. – С. 251–258.
- [3–М]. Курбонов Н.Х. Проблема психологического здоровья педагога средних общеобразовательных учреждений в образовательном пространстве Таджикистана [Текст] / Курбонов Н.Х. // Паёми Паҷуҳишгоҳи рушди маориф, 2023. №3 (43). С. 88–98.
- [4–М]. Курбонов Н.Х. Вопрос психологического здоровья педагогов средних общеобразовательных учреждений Таджикистана [Текст] / Курбонов Н.Х. // Вестник Академии образования Таджикистана 2024. №2(51). С.76–82.

II. Маърузаҳо дар конференсияи илмӣ байналмилалӣ, ҷумҳуриявӣ ва минтақавӣ:

- [5–М]. Курбонов Н.Х. К вопросу об определении психологического здоровья/нездоровья педагога: основные факторы и критерии [Текст] / Н.Х. Курбонов // Паёми донишгоҳи омӯзгорӣ. №3-4 (7–8), 2021. – С. 172–177.
- [6–М]. Курбонов Н.Х. Образовательное пространство как фактор, определяющий уровень психологического здоровья педагогов [Текст] / Н.Х. Курбонов // Паёми донишгоҳи омӯзгорӣ. №4 (14), 2022. – С. 158–164
- [7–М]. Солимии равонии омӯзгор ва аҳамияти он дар ташаккули ҷомеаи муосир Конференсияи ҷумҳуриявӣ илмӣ-амалии дар мавзӯи «Нақши донишҳои психологӣ дар пойдории муносибатҳои оилавӣ». Душанбе-2022 саҳ. 45-50
- [8–М] Факторы психологического выгорания педагога. Конференсияи ҷумҳуриявӣ илмӣ-амалии дар мавзӯи «Асосҳои илмӣ-амалии фаъолияти психолог дар Ҷумҳурии Тоҷикистон». Душанбе-2023 саҳ. 3–5.
- [9–М] Семья, семейные отношения и их роль в психологическом выгорание педагогов. Маводи конференсияи илмӣ-амалии ҷумҳуриявӣ дар мавзӯи «Масъалаҳои иҷтимоӣ-психологӣ ОИЛАИ МУОСИР ва роҳҳои таъмини устувории он» Душанбе-2023 саҳ. 152-159.
- [10–М] Психологический климат как основной фактор в сохранения психологического здоровья педагогов Конференсияи илмӣ-амалии ҷумҳуриявӣ дар мавзӯи «Нақш ва аҳамияти ҳадамоти психологӣ дар муассисаҳои таълимӣ дар пешбурд ва рушди раванди таълиму тарбия» Душанбе-2024 саҳ.122–126.
- [11–М] Солимии равонии омӯзгор ҳамчун шарти фаъолияти самаранок Конференсияи байналмилалӣ дар мавзӯи «Рушди забони ишора ва таҳсилоти фарогир, мушқилот ва роҳҳои ҳалли он дар ҷаҳони муосир» Душанбе-2024 саҳ.355–363.

АННОТАЦИЯ

на автореферат диссертации Курбонова Н.Х. «Социально–психологические условия сохранения психологического здоровья педагогов средних общеобразовательных учреждений Таджикистана» на соискание ученой степени кандидата психологических наук по специальности 19.00.05. – Социальная психология (психологические науки)

Исследование посвящено изучению проблемы психологического здоровья педагога и его составляющих компонентов через определения степени влияния социальных установок на педагогическую деятельность, на состояние психического здоровья. Даны трактовка и характеристика образовательного пространства, в котором формируется психологический климат, определены механизмы психологической саморегуляции по укреплению и сохранению здоровья педагогов и обоснованы социально–психологические и правовые основы обеспечения психологического благосостояния и здоровья учителей в средних общеобразовательных учреждениях г. Душанбе и районов республиканского подчинения (г.Гиссар и р.Рудаки).

Диссертационное исследование содержит введение, две главы, заключение и 7 приложений. Список использованной литературы включает 210 источника, в том числе 25 на иностранных языках. В работе содержится 4 таблиц, объем работы составляет 174 страницы.

Во *введении* обоснована актуальность темы диссертации, раскрыта проблема исследования, теоретико–методологические основания исследования и методы решения проблемы, указаны объект, предмет, цель, задачи и гипотезы исследования, определены научная новизна теоретическая и практическая значимость работы, приведены сведения об апробации результатов исследования, сформулированы положения, выносимые на защиту.

В первой главе – «Теоретико–методологический подход к анализу условий сохранения психолого–педагогический климата и психологического здоровья педагогов (учителей)» проанализированы основные теоретические подходы к определению понятия «психологическое здоровье педагога» и его составляющих компонентов, основных факторов и критерий определения психологического здоровья педагога, образовательного пространства и психологического климата в контексте проблемы сохранения здоровья педагогов.

Во второй главе – «Аналитико–эмпирический подход к исследованию условий сохранения психологического здоровья педагогов» научно обоснованы социально–психологические и правовые основы обеспечения психологического благосостояния и здоровья педагогов общеобразовательных учреждений Таджикистана, психофизиологические факторы развития здоровья педагога в его профессиональной деятельности, социально–психологические условия обеспечения психологического здоровья педагога в образовательном пространстве Таджикистана.

В *заключении* диссертации подводятся краткие итоги проделанной работы в соответствии с целью, гипотезой и задачами исследования; в обобщенном виде изложены основные научные результаты, подтверждающие правомерность выдвинутой гипотезы.

В *приложениях* представлены материалы диагностического инструментария, эмпирические результаты анкеты, а также материалы, сопровождающие обучающий процесс предложенной в диссертации программы.

Ключевые слова: психологическое здоровье, психолого–педагогический климат, психологическое благосостояние, образовательные учреждения, психофизиологические факторы, образовательное пространство, здравоохранение, психологическое состояние, эмоциональное состояние, интеллектуальное состояние, физиологическое состояние

АННОТАЦИЯ

ба автореферати рисолаи номзоди Қурбонов Н.Х. дар мавзуи «Шароитҳои иҷтимоӣ–психологӣ ҳифзи солимии равонии омӯзгорони муассисаҳои таҳсилоти миёнаи умумии Тоҷикистон» барои дарёфти дараҷаи илмӣ номзоди илмҳои психология аз рӯи ихтисоси 19.00.05. – Психологияи иҷтимоӣ (илмҳои психологӣ)

Таҳқиқот ба омӯзиши мушкилоти солимии психологӣ омӯзгор ва чузӯҳои он тавассути муайян кардани дараҷаи таъсири муносибатҳои иҷтимоӣ ба фаъолияти омӯзгорӣ ва вазъи солимии равонӣ бахшида шудааст. Тавсиф ва хусусиятҳои фазои таълимӣ, ки дар он фазои психологӣ ташаккул меёбад, механизмҳои худтанзимкунии психологӣ таҳким ва ҳифзи саломатии омӯзгорон, асосҳои иҷтимоӣ–психологӣ ва ҳуқуқии таъмини некуаҳволии равонии омӯзгорон муайян карда шудаанд. Саломатии омӯзгорони муассисаҳои таълимӣ миёнаи шаҳри Душанбе ва ноҳияҳои тобеи марказ (ш.Ҳисор ва н.Рӯдакӣ) асоснок карда шудаанд.

Таҳқиқоти диссертатсияонӣ аз муқаддима, ду боб, хулоса ва 7 замима иборат аст. Рӯйхати адабиёти истифодашуда 210 сарчашмаро фаро мегирад, ки аз ҷумла, 25 адади он ба забонҳои хориҷӣ мебошад. Қори иҷрошуда аз 4 ҷадвал иборат буда, ҳаҷми қор 174 саҳифаи чопи компютери ро ташкил медиҳад.

Муқаддима аҳамияти мавзуи рисола ро асоснок мекунад ва проблемаи таҳқиқот, асосҳои назариявӣ ва методологияи таҳқиқот ва усулҳои ҳалли масъаларо ошқор мекунад, инчунин объект, мавзӯ, мақсад, вазифаҳо ва фарзияҳои таҳқиқотро нишон медиҳад ва навоарии илми ро муайян мекунад. Аҳамияти назариявӣ ва амалии қор, дар бораи санҷиши натиҷаҳои таҳқиқот маълумот медиҳад ва нуктаҳои барои дифоъ пешниҳодшударо таҳия мекунад.

Дар боби якум — «Муносибати назариявӣ ва методологӣ ба таҳлили шароити нигоҳдории муҳити психологӣ педагогӣ ва солимии равонии омӯзгорон (педагогҳо) бахшида шуда, равишҳои фазои таълимӣ ва фазои психологиро дар мазмуни проблемаи нигоҳдории тандурустии омӯзгорон нишон медиҳад.

Дар боби дуюм – «Муносибати таҳлилӣ ва эмпирикӣ ба омӯзиши шароити нигоҳдории солимии равонии омӯзгорон», асосҳои иҷтимоӣ–психологӣ ва ҳуқуқии таъмини солимии равонӣ ва солимии омӯзгорони муассисаҳои таълимӣ Тоҷикистон, омилҳои психофизиологияи рушди саломатии омӯзгор дар фаъолияти касбии ӯ ва шароити иҷтимоӣ ро равонӣ аз ҷиҳати илмӣ асоснок карда шудаанд, ки солимии равонии омӯзгорон ро дар фазои таълимӣ Тоҷикистон таъмин менамояд.

Дар хулосаи рисола натиҷагирии мухтасари қорҳо ро, ки мувофиқи мақсад, фарзия ва вазифаҳои таҳқиқот анҷом дода шудаанд, ҷамъбаст карда шуда, натиҷаҳои асосии илмие, ки дурустии фарзияи ба миён гузошташударо тасдиқ мекунанд, инъикос гаштаанд.

Дар *замимаҳо* маводҳои афзори ташхисӣ, натиҷаҳои таҷрибавии анкета, инчунин, маводҳои, ки раванди таълими барномаи дар рисола пешниҳодшуда оварда шудаанд.

Калидвожаҳо: солимии психологӣ, фазои психологӣ педагогӣ, некуаҳволии равонӣ, муассисаҳои таълимӣ, омилҳои психофизиологӣ, фазои тарбия, тандурустӣ, ҳолати равонӣ, ҳолати эмотсионалӣ, ҳолати зехнӣ, ҳолати физиологӣ.

ANNOTATION

on the abstract of the dissertation of Kurbonova N.H. “ Socio–psychological conditions for preserving the psychological health of teachers of secondary educational institutions in Tajikistan ” for the degree of candidate of psychological sciences in specialty 19.00.05. – Social psychology (psychological sciences)

The study is devoted to studying the problem of a teacher’s psychological health and its components by determining the degree of influence of social attitudes on teaching activities and on the state of mental health. The interpretation and characteristics of the educational space in which the psychological climate is formed are given, the mechanisms of psychological self–regulation to strengthen and preserve the health of teachers are determined, and the socio–psychological and legal foundations for ensuring the psychological well–being and health of teachers in secondary educational institutions of Dushanbe and regions of republican subordination (Gissar c. and Rudaki d.) are substantiated.

The dissertation research contains an introduction, two chapters, a conclusion and 7 appendices. The list of used literature includes 210 sources, including 25 in foreign languages. The work contains 42 tables, the volume of work is 174 pages.

The *introduction* substantiates the relevance of the dissertation topic, reveals the research problem, the theoretical and methodological foundations of the research and methods for solving the problem, indicates the object, subject, purpose, objectives and hypotheses of the research, determines the scientific novelty, theoretical and practical significance of the work, provides information about the testing of the research results, formulates provisions submitted for defense.

In the first chapter – “ Theoretical and methodological approach to the analysis of conditions protecting the psychological and pedagogical climate and psychological health of teachers (teachers) ” analyzes the main theoretical approaches to defining the concept of "psychological health of a teacher" and its components, the main factors and criteria for determining the psychological health of a teacher, educational space and psychological climate in the context of the problem of preserving the health of teachers.

In the second chapter – “ An analytical and empirical approach to the study of the conditions for preserving the psychological health of teachers ” , the socio–psychological and legal foundations for ensuring the psychological well–being and health of teachers in educational institutions in Tajikistan, psychophysiological factors in the development of teacher health in his professional activities, and socio–psychological conditions are scientifically substantiated ensuring the psychological health of teachers in the educational space of Tajikistan.

In *custody* _ the dissertation provides a brief summary of the work done in accordance with the purpose, hypothesis and objectives of the study; the main scientific results confirming the validity of the hypothesis put forward are summarized.

The *appendices* present materials from diagnostic tools, empirical results of the questionnaire, as well as materials accompanying the learning process of the program proposed in the dissertation.

Key words : psychological health, psychological and pedagogical climate, psychological well–being, educational institutions, psychophysiological factors, educational space, healthcare, psychological state, emotional state, intellectual state, physiological state

Ба чопаш __.11.2024 имзо шуд.
Андозаи коғаз 60x84 ¹/₁₆. Коғаз офсетӣ.
Ўзъи чопӣ 3,8. Адади нашр 100 нусха.
Супориши № __.

Матбааи ДДОТ ба номи С.Айни,
хиёбони Рӯдакӣ, 121.