

**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**

Специальности 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:

- 1. Каримова Ирина Холовна** - доктор педагогических наук, профессор, академик Академия образования Таджикистана
- 2. Рахимова Индира Игорьевна** - доктор философии по психологическим наукам Phd доцент кафедры социальной психологии Национального университета Узбекистана

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.: 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; 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 убеждать 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. - Н.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; Нуоров 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, так и российскими, 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 (Гиссар и 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 (Гиссар и Рудаки) и рассмотрена динамика изменений в лично-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 выводы автора 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 5 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 уверенность 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 РТГ им. А.С. Пушкина в р. Рудаки 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?	р. Рудаки	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	р. Рудаки	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?	р. Рудаки	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.

Продолжение таблицы 3

4	Получаете ли вы поддержку в своей работе от руководителей?	р. Рудаки	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?	р. Рудаки	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?	р. Рудаки	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	р. Рудаки	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 (№ 104) и р. Рудаки 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 р. Рудаки и школой № 102: $\chi^2_{Эмп} = 8.963$, $p < 0.05$; вопрос 4: Значимы различия в ответах между р. Рудаки и школой № 102: $\chi^2_{Эмп} = 6.301$, $p < 0.05$; вопрос 5: Значимы различия в ответах между р. Рудаки 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 р. Рудаки, 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.

5) 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.

6) 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. [1-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. ISSN 2074-1847.
2. [2-М]. 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. [3-М]. 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. [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.

Другие публикации по теме диссертационного исследования

5. [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. [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. [7-М] Солимии равонии омӯзгор ва аҳамияти он дар ташаккули чомеаи муосир Маводи конференсияи ҷумҳуриявӣ илмӣ-амалии «Нақши донишҳои психологӣ дар пойдории муносибатҳои оилавӣ». Душанбе-2022 сах. 45-50
8. [8-М] Факторы психологического выгорания педагога. Маводи конференсияи ҷумҳуриявӣ илмӣ-амалии дар мавзӯи «Асосҳои илмӣ-амалии фаъолияти психолог дар Ҷумҳурии Тоҷикистон». Душанбе-2023 сах. 3-5
9. [9-М] Семья, семейные отношения и их роль в психологическом выгорание педагогов. Маводи конференсияи илмӣ-амалии ҷумҳуриявӣ дар мавзӯи «Масъалаҳои иҷтимоӣ-психологии ОИЛАИ МУОСИР ва роҳҳои таъмини устувории он» Душанбе-2023 сах. 77-81
10. [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 сах.122-126
11. [11-М] Солимии равонии омӯзгор ҳамчун шартҳои фаъолияти самаранок Конференсияи байналмиллалӣ дар мавзӯи «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

**ДОНИШГОҲИ ДАВЛАТИИ ОМУЗГОРИИ ТОҶИКИСТОН
БА НОМИ С. АЙНӢ**

ТДУ: 151.8+159.9

ТКБ: 88+88.5

К-93

Бо ҳуқуқи дастнавис

ҚУРБОНОВ НУЪМОН ХОЛМАТОВИЧ

**ШАРОИТИ ИҶТИМОӢ-ПСИХОЛОГИИ НИГОҲДОРИИ СОЛИМИ
ПСИХОЛОГИИ ОМУЗГОРОНИ МУАССИСАҲОИ ТАҲСИЛОТИ
МИЁНАИ УМУМИИ ТОҶИКИСТОН**

А В Т О Р Е Ф Е Р А Т И

**диссертатсия барои дарёфти дараҷаи илмии номзади илмҳои психологӣ аз
рӯйи ихтисоси 19.00.05 – психологияи иҷтимоӣ**

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 фалсафа аз рӯи ихтисоси психология Phd, дотсенти кафедраи психологияи иҷтимоии Донишгоҳи миллии Ўзбекистон

Муассисаи пешбар:

Донишгоҳи байналмилалӣ забонҳои хориҷии Тоҷикистон ба номи Сотим Улуғзода

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

Бо диссертатсия дар вебсайти www.tnu.tj ва Китобхонаи илмии Донишгоҳи миллии Тоҷикистон бо суроғи 734025, Душанбе, хиёбони Рӯдакӣ, 17 шинос шудан мумкин аст.

Автореферат фиристода шуд "___" _____ 2024 с.

Котиби илмӣ
Шурои диссертатсионӣ,
номзоди илмҳои психологӣ, дотсент



Сафарова З.

МУҚАДДИМА

Мубрамии мавзӯи таҳқиқот. Дар шароити рушди босуръати технологияҳои муосири иттилоотӣ - коммуникатсионӣ дар тамоми соҳаҳои ҳаёти инсон ва ҷомеа, одамон имкониятҳои нав пайдо карда, қобилият ва мавқеоро 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 боло зикршуда 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 некӯахлоқии ҷомеа аз солимии равонии ӯ вобастагӣ калон дорад. Аз ин рӯ барои васеъ намудани фаҳмиш оид ба проблемаҳое, ки некӯахлоқии омӯзгоронро муайян мекунанд, зарур аст, ки мазмуни фаъолияти омӯзгорони муассисаҳои таҳсилоти миёнаи умумиро амиқ ҳамаҷаҳатан таҳлил намоем. Инчунин, дар мавриди дигар таҳқиқи фазои иҷтимоӣ-психологӣ муассисаҳои таҳсилоти миёнаи умумӣ, ки дар ин ҷо он шакл ба ташаккули хусусиятҳои эмотсионалӣ, зеҳнӣ ва психофизиологӣ омӯзгорон таъсир мерасонад, мавзӯи таҳқиқотии мо ба шумор меравад ва дар ин рост, аҳамияти омӯзиши солимии равонии омӯзгорро таҳқиқи масъалаҳои марбут ба шахсияти ӯ (омӯзгор) дар бар мегирад. Табиист, ки мавридҳои якуму дууми дар боло зикргардида, меҳвари таҳқиқи рисолаи илмӣ моро ташкил медиҳад.

Дар робита ба ин, масъалаи муҳими дигари самти мазкур проблемаи ҷойивазкунии кадрҳо мебошад. Барои он ки омӯзгорон касбро тарк наkunанд, дар низомии идоракунии маорифи даврони шуравӣ шаклҳои гуногуни хавасмандгардонӣ истифода бурда мешуд ва ин раванд то ба имрӯз дар доираи имконоти мавҷуда ба назар мерасад. Аммо чунин фактор кайд накардан номумкин аст, ки дар марҳалаи ҳозиравӣ таракқиёти маълумоти ибтидоӣ ва миёнаи ин проблема рӯ ба беҳбудӣ овардааст. Ин раванд махсусан барои таъмини солимии равонӣ, вазъи иҷтимоӣ омӯзгор ва пешбурди он, ки касби омӯзгорӣ дар маҷмӯъ ҳам аз ҷониби давлат ва ҳам аз ҷониби ҷомеа серталаб маҳсуб меравад. Имрӯз барои муассисаҳои таҳсилоти миёнаи умумӣ зарур аст, ки ба сиёсати шахс нигаронидашудаи ташкили таълим гузаранд ва мо дар таҳқиқоти худ имкону шароити татбиқи ин равандро дар Тоҷикистони муосир ба назар гирифтаем. Барои ба амал баровардани ин сиёсат таҳлилҳои амиқ дақиқ лозим меоянд, ки ба татбиқи он чӣ мусоидат карда метавонад ва бевосита қор карда баромадани тавсияҳои амалие, ки ба ниғаҳдории солимии равонии омӯзгороне, ки дар шароити изофаворӣ эмотсионалӣ ва шахсӣ қор мекунанд, чӣ гуна аст. Мубрам будани проблемаҳои дар таҳқиқоти мо ба миён гузошташуда аз он иборат аст, ки то ҳол дар асарҳои олимони ватании соҳаи психология оид ба солимии психология, ки дар рисолаи пешниҳод намудаем, наҷандон эътибори ҷиддӣ дода нашудааст. Интишороти олимони соҳа албатта, ба проблемаи **“Шароити иҷтимоӣ-психологӣ ниғаҳдории солимии психологияи омӯзгорони муассисаҳои таҳсилоти миёнаи умумии Тоҷикистон”** равона нагардидааст.

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

– қорҳое, ки масъалаҳои саломатӣ дар маҷмӯъ ва солимии равонӣ ӯ некӯахлоқии умумиро баррасӣ мекунанд. Дар онҳо ҷанбаҳои психологияи проблемаи саломатӣ дар муқоиса бо ҷанбаҳои тиббӣ, сотсиологӣ, фалсафӣ ва гайра муфассалтар мавриди баррасӣ қарор дода шудааст. Ин ҷанбаҳои масъала дар таҳқиқотҳои психологияи педагогӣ Ф.Абӯд, Н.М. Амосова, И. Баева, И. Брехман, А.В. Брушлинский, О.

Васильева, В.В. Ветровой, И.Н. Гурвич, А. Маслоу, В. Медведев, К. Роджерс, В. Росина, Г Селье, Н. Смирнова, О.В. Хухлаева ва дигарон дарҷ гардидаанд¹;

- масъалаҳои ки фаъолияти солимро солимгардонии хонандагонро дар муҳити муассисаи таълимии таҳсилоти миёнаи умумӣ таҳлилу асоснок менамояд ва ин бевосита ба проблемаи солимии равонии омӯзгорон иртибот дорад, дар асарҳои олимони соҳаи психологияи педагогӣ Л. Акимов, М. Безруких, Р Барона, Д. Давиденко, Г. Демирчоглян, Е. Дмитриева, Е.М. Казина, Л.А. Китаев-Смика, В.В. Кудряшова, А.Г. Мажуги, Д.Мацумото, Ч. Маккалоу, И.П. Павлова, Е. Рутман, Э.Т. Соколова, А.В. Шувалова, В. Ясвина ва дигарон ҷой 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. Елкина, 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.

²Акимов, Л. А. Здоровьесберегающие технологии: учебное пособие / Л. А. Акимов. - 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; 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 убежать 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.; Елкина О. Ю. Путешествие в мир профессий: метод. пособие / О.Ю. Елкина. - М.: Академия: ОАО «Московские

- асарҳои илмие, ки ҷанбаҳои гуногуни солимии равониро дар муҳити таълим баррасӣ мекунанд. 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 фазоро (чӣ гуна тағйир ёфтани мавқеи бача дар гурӯҳ, худидоракунии дар гурӯҳи синфӣ чӣ тавр инкишоф меёбад, хонандагон ва хонандагони мактабҳои олии чӣ тавр ба назар гирифта, усулҳои муошират 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 карда шудааст.

Дар навбати худ дар монографияи А. Баранов модели мушаххаси психологӣ – муқовимат ба фишори омӯзгорро асоснок ва таҷрибавӣ тасдиқ мекунанд. Конструксияҳои психологие, ки қобилияти тобоварии устодонро ба стресс таъмин мекунанд, мавриди тавачҷӯҳи хоса қарор дорад. Онҳо рушди шахсӣ ва касбиро ҳавасманд мекунанд ва ҳамзамон ба ташаккули муқовимат ба стресс дар омӯзгорон мусоидат хоҳад намуд. Ин сохторҳо хусусияти вазъиятӣ дошта, хусусияти раванди мутобиқшавиро инъикос мекунанд, ки метавонанд ба рушди касбӣ ва шахсии ин омӯзгорон монъеъ шаванд.

Монографияи Р. Быкова аз руи иншои худ омӯзгорон, ки дар бораи проблемаҳои гуногуни муҳити таълим сухан меронанд, навишта шудааст. Аз ҷумла, инҳо масъалаҳои муҳим, ба мисли вижагиҳои касби 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 ҷолиб аст.

Кори таҳқиқотии А. Печеркина ба таҳлили натиҷаҳои омӯзиши саломатии касбии омӯзгор дар маънои фалсафӣ, тиббӣ ва педагогии он, дар заминаи самтҳои психология ва фаъолияти педагогии муосир бахшида шудааст. Ба омӯзиши шароити ташкилии фаъолияти омӯзгорӣ, омилҳои психологии саломатии касбии омӯзгор, инчунин ба масъалаи дастгирии психологӣ ва технологияи худтаъминкунии саломатии касбии омӯзгор тавачҷӯҳи махсус дода мешавад.

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.

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. - Н.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.

Ҳамчунин, бояд осори омӯзгорони ватаниро, аз қабили Ф.Шарифзода, М.Лутфуллоева, У.Зубайдов, И.Х. Каримова, Б.Мачидова, М.Иззатова, А.Нуров ва дигар олимони, ки дар рушди такомули андешаҳои этнопедagogика ва методикаи таълим саҳми калон гузоштаанд, дарҷ намуд¹.

Аммо сарфи назар аз мавҷудияти ҳаҷми умумии корҳои илмӣ оид ба мушкилоти солимии равонии омӯзгорон дар муҳити таълим, ин мавзӯ то ҳол дар ҷанбаи иҷтимоӣ-психологӣ дар Тоҷикистон таҳқиқнашуда боқӣ мемонад.

Робитаи таҳқиқот бо барномаҳо ва ӯ мавзӯҳои илмӣ. Таҳқиқоти диссертатсионӣ дар доираи иҷроиши мавзӯи илмӣ-таҳқиқотии кафедраи психологияи Донишгоҳи давлатии омӯзгории Тоҷикистон ба номи С. Айни гузаронида шудааст.

ТАВСИФИ УМУМИИ ТАҲҚИҚОТ

Мақсади таҳқиқот: таҳлили мунтазами шароитҳои иҷтимоӣ-психологӣ ва педагогии нигоҳдории солимии равонии омӯзгорони муассисаҳои таҳсилоти миёнаи умумии Ҷумҳурии Тоҷикистон .

Мутобиқи ҳадаф **вазифаҳои зерин гузошта шуданд:**

3) Гузаронидани таҳлили назариявии сохторӣ-функционалӣ аҳамияти солимии равонии омӯзгор дар муассисаҳои таҳсилоти миёна;

4) Муайян намудани принципҳои назариявии ташаккули фазои тарбия ва фазои психологӣ дар заминаи проблемаи ҳифзи саломатии омӯзгорон;

3) асосҳои иҷтимоӣ ҳуқуқии таъмини солимии равонӣ ва солимии омӯзгорони муассисаҳои таҳсилоти миёнаи умумии Тоҷикистонро таҳқиқ ва асоснок менамояд;

4) омилҳои асосии психофизиологияи инкишофи саломатии омӯзгорони муассисаҳои таҳсилоти миёнаи умумии ҷумҳурӣ дар раванди фаъолияти касбии онҳо муайян карда шаванд;

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 психологияи омӯзгорон дар фазои таълимии муассисаҳои таҳсилоти миёнаи умумии Тоҷикистон.

Фарзияҳои таҳқиқот ба таври зерин пешниҳод карда шудаанд:

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

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

Марҳила, макон ва давраи таҳқиқот. Таҳқиқот дар 3 марҳила гузаронида шуд:

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.

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 дуҷуми соли 2020) мақсад, вазифаҳо ва фарзияҳои таҳқиқот мурағаб гардида, воситаҳои зарурии методӣ таҳия карда шуданд.

Дар марҳилаи сеюм (солҳои 2021-2022) таҳлили санҷишҳои тартибдода - саволномаҳо, пурсишҳо, 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 пайравони онҳо таҳия шудаанд. Дар ҳалли масъалаҳо усулҳои гуногуни иловагӣ: таҳлили назариявӣ, методологӣ, умумӣ ва тафсири маълумоти илмӣ, усулҳои таҷрибавӣ, тадқиқотӣ, усулҳои математикӣ ва омории коркарди натиҷаҳо дар шакли омори тавсифӣ, таҳлили коррелятсионӣ, санҷиши фарзияҳои омӯри истифода шудаанд ва ғайра.

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

Асоси таҷрибавии таҳқиқот натиҷаи пурсиш дар байни 185 омӯзгори муассисаҳои таҳсилоти миёнаи умумии шаҳрҳои Душанбе, Ҳисор ва ноҳияи Рудақӣ гузаронида шудааст.

Навгонии илмӣ таҳқиқот 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 тадқиқоти микдорӣ ва сифатӣ истифода шудаанд. Диссертатсия бо натиҷаҳои нави зерин тавсиф карда мешавад:

- мафҳуми «саломатии равонии омӯзгор» ва ҷузъҳои таркибии онро назариявӣ равшан ва муайян намуда, равишҳои пешниҳодшударо ба таҳқиқоти назариявӣ ва таҷрибавӣ оид ба пуррагии муносибати бошууронаи омӯзгорон ба солимии равонӣ;

- омил ва меъёрҳои асосии муайянкунии солимии равонии омӯзгор муайян карда шуда, дараҷаи таъсири муносибатҳои иҷтимоӣ ба фаъолияти омӯзгорӣ ва ҳолати солимии равонӣ муайян карда шудаанд;

- тафсир ва хусусиятҳои фазаи таълимӣ, ки дар он фазаи психологӣ ташаккул меёбад, механизмҳои психологӣ худтанзимкунӣ барои таҳким ва нигоҳ доштани саломатии омӯзгорон;

- асосҳои иҷтимоию равонӣ ва ҳуқуқии таъмини солимии равонии омӯзгорони муассисаҳои таҳсилоти миёнаи умумии шаҳри Душанбе ва ноҳияҳои тобеи ҷумҳурӣ (Ҳисор ва Рудақӣ) бо таваҷҷуҳ 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 (Ҳисор ва Рудақӣ) ва динамикаи тағйирёбии хусусиятҳои равонии шахсии омӯзгорон муайян карда шуда, дар рафти фаъолияти касбии онҳо ба назар гирифта шуданд;

- мусаллам аст, ки шароити таъмини солимии равонии омӯзгорони муассисаҳои таҳсилоти миёнаи умумӣ дар фазаи 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.

Нуктаҳои ҳимоя пешниҳодшаванда:

1. Саломатии равонӣ – ҳолати мутобиқшавии нисбатан хуб, ҳисси некӯаҳволӣ 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. Он ба салоҳиятҳои ҷисмонӣ, равонӣ,

ичтимоӣ ва эмотсионалӣ дахл дорад, ки шахс бояд барои мубориза бо мушкилоте, ки дар ҳаёт дучор мешавад, дошта бошад; қобилияти тафаккури оқилона ва мубориза бо тағйирот, стресс, осеб ва талафоте, ки дар ҳаёт ба вучуд меоянд, бо мақсади таъмини устувории эмотсионалӣ ва устуворӣ;

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 ҳисмонӣ, равонӣ ва иҷтимоӣ ташаккул меёбад ва ҳар яке аз ин омилҳо ба ҳастагӣ мусоидат намуда, дар навбати худ метавонад ба некӯаҳволии ҳисмонӣ ва рӯҳӣ таъсири номатлуб расонад.

3. Иқлими психологӣ натиҷаи фаъолияти муштараки одамон ва муносибатҳои байнишахсии онҳо ба ҳисоб меравад. Ин ба муҳити муассисаҳои таҳсилоти миёна (бехатарӣ, муносибатҳо, омӯзиш, муҳити зист) ва сохторҳои калонтари ташкилӣ (аз пора-пора ба биниши муттаҳид ё "якҷоя", солим ё носолим, огоҳона ё эътирофнашуда) хос аст. Қор самти асосие вучуд доранд, ки фазои мактаби миёнаро ба таври возеҳ муайян мекунанд: бехатарӣ, муносибатҳо, таълим (омӯзиш) ва муҳити (берунӣ). Хамаи ин омилҳо фазои психологии муассисаҳои таълимии миёнаро муайян мекунанд.

4. Маорифи халқ дар Тоҷикистон умуман масъалаи сиёсӣ аст. Дар баробари ин, ҷунон ки маълум аст, тибқи асноди ҳуқуқӣ ва иҷтимоӣ муассисаҳои таҳсилоти миёнаи давлатӣ муассисаҳое мебошанд, ки ба ҳар як шахрванд тааллуқ доранд. Ҳадаф аз қабули қонуни маориф ин баланд бардоштани дастрасӣ ба таҳсилот аст, ки тавачҷӯҳи масъулият аз ҳукумат ба волидайн дар ин раванд мегузарад. Татбиқи ин насб 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 мушкилоту монеаҳои зиёд мавҷуданд.

5. Фаъолияти меҳнатӣ омили имтиёзноки солимии равонии субъект мебошад. Қоре, ки дар шароити бади иҷтимоӣ иҷро карда мешавад, метавонад тамомияти ҳисмонӣ ва равонии одамонро зерӣ хатар гузорад. Дар ин ҷо, аз ҷумла, ҳодисаҳои нохӯш, вайроншавиҳо, аз қабилӣ стресс, изтироб ва осеб дидани узвҳои мушакҳо ва харочоти иҷтимоӣ ба амал омада метавонанд. Оқибатҳои равонии онҳо боиси афзоиши асабоният, изтироб ё ҳастагии равонӣ, фишори баланди хун, контрактураҳо, бехобӣ, мушкилоти меъдаю рӯда ё дил гардида, бо ин хатарҳо алоқаманд шуда метавонанд.

6. Таҳлили шароити қор ва саломатии ҳайати омӯзгорон дар муҳите мисли муассисаҳои таълимӣ дорои хусусиятҳои хосест, ки дар он ҷанбаҳои гуногуни иҷтимоӣ, фардӣ ва биологӣ «якҷоя» мешаванд. Тибқи санҷишу пурсиши омӯзгорони муассисаҳои таҳсилоти миёнаи умумии шаҳри Душанбе ва ноҳияҳои тобеи ҷумҳурӣ (Ҳисор ва Рӯдакӣ) омӯзгорон мегӯянд, ки шароити қори онҳо ҳеҷ гоҳ ва ё хеле кам мувофиқ аст; ба қори таълиму тарбия иштироки оммавӣ хос нест; он дар давоми рӯзи муассиса мувофиқат мекунанд, ки аз ҳашт соати қори синфӣ дар як рӯз иборат аст, ки ин бешубҳа омили муҳофизатии омӯзгор аст, зеро тақсими вақт дар давоми рӯзи қорӣ равшан аст. Ҳастагии рӯҳӣ ва ҳастагии омӯзгорони муассисаҳои таҳсилоти миёнаи умумии дар боло зикргардида на танҳо дар фишори қорӣ аз сарбории зиёдатӣ ва изтироби эмотсионӣ, бепарасторӣ ва ғайра, балки дар хавфи баланди маъҷубии ҳисмонӣ ва равонӣ вобаста ба қор ифода меёбад.

Аҳамияти назариявии натиҷаҳои таҳқиқот дар густариш ва амиқ гардонидани андешаҳои илмӣ дар бораи солимии равонии омӯзгор ҳамчун намоёндаи касбии гурӯҳ, ки барои тарбияи насли солими наврас масъул аст, мебошад. Дар асоси таҳлили маълумотҳои эмпирикӣ динамикаи тағйирот дар ҳолати равонии шахсии омӯзгор муайян карда шуд, имкони заминаҳое, ки боиси инкишофи синдроми

«сӯхташавӣ», депрессия, ноустувории эмотсионалӣ, асабоният, изтироб ва ғайра дар ин ҳолат мегарданд, муайян карда шуданд. тасдиқ карда шуд.

Аҳамияти амалии натиҷаҳои таҳқиқот аз он иборат аст, ки хулосаҳои муаллиф ва натиҷаҳои кор метавонад дар тайёр кардани мутахассисон дар зинаҳои миёна ва олии педагогӣ, инчунин дар раванди таҳсилоти баъдидипломӣ ва тайёр намудани мутахассисони баландихтисос истифода шавад. Мураббӣ бо мақсади баланд бардоштани тайёрии психологии худ натиҷаҳои диссертатсияро барои ташҳиси объективона ва саривақтии вазъи солимии равонӣ дар шароити мониторинги саломатии омӯзгорон ва баланд бардоштани самаранокии ислоҳи он, ташаккули муносибати муносиб ба тарзи ҳаёти солим ҳамчун намуна истифода бурдан мумкин аст.

Дарачаи эътимоднокии натиҷаҳо Таҳқиқоти диссертатсия бо истифодаи усулҳои таҳқиқотӣ, ки барои таҳлили объективӣ ва ҳамаҷонибаи ҷанбаҳои назариявӣ ва методологии мавзӯи диссертатсия, омӯзиши адабиёти васеи илмӣ, низомсозӣ ва ҷамъбасти натиҷаҳои илмӣ, инчунин таърифҳои пешниҳодкардаи муаллиф, андешаҳо ва тавсияҳои илмию амалӣ, муқаррароти илмии таҳқиқот ва навоариҳои онҳо дар муқоиса бо дастовардҳои илмии олимони варзидаи хориҷӣ ва ватанӣ. Эътимоднокии кор инчунин бо яқоякунии таҳлили микдори ва сифатии натиҷаҳо таъмин карда мешавад; истифода бурдани усулҳои статистикаи математикӣ.

Мутобиқати диссертатсия ба шиносномаи ихтисоси илмӣ. Муҳтавои таҳқиқоти диссертатсионӣ бо соҳаҳои зерини шиносномаи ихтисоси 19.00.05 - Психологияи иҷтимоӣ (илмҳои психологӣ) мувофиқат мекунад.

Саҳми шахсии муаллиф дар таҳияи принципҳои назариявӣ ва татбиқи қисми таҷрибавии таҳқиқот, муайян кардани марҳилаҳо, асосҳо ва усулҳои таҳлили эмпирикӣ-психологӣ, риояи пайдарпайии равандҳои таҳқиқотӣ, ҷамъбасти ва шарҳи он 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 таҳқиқот 5 мақола бо ҳаҷми умумии 6 ҷ.ҷ. дар маҷаллаҳо, ки ба рӯйхати Комиссияи олии аттестатсионӣ дохил карда шудаанд, ба таъбиқ расидаанд.

Сохтори 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.

ҚИСМҲОИ АСОСИИ 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, наwgонии илмии таҳқиқот, нуқтаҳои асосии ба ҳимоя пешниҳодшаванда, аҳамияти назариявӣ ва амалии таҳқиқот, дарачаи эътимоднокии натиҷаҳои таҳқиқот, мутобиқати диссертатсия ба шиносномаи ихтисоси илмӣ, саҳми шахсии доктара, тасвиб ва амалисозии натиҷаҳои диссертатсия, интишорот аз рӯи мавзӯи диссертатсия ва сохтор ва ҳаҷми диссертатсия оварда шуданд.

Дар боби якум «**Муносибати назариявӣ методологӣ ба таҳлили шароити ниғадории фазои иҷтимоӣ психологӣ ва солимии психологии омӯзгорон**» ҳамчун дастоварди фаъолияти одамон ва муносибатҳои байниҳамдигари дида мешавад.

Дар зербоби якум «**Таҳлили назариявии мафҳуми «солимии психологии омӯзгор ва ҷузъҳои он»** қайд карда мешавад, ки фазои психологию педагогӣ натиҷаи фаъолияти муштараки одамон, муносибатҳои байнишахсии онҳо ба ҳисоб меравад. Ин ба муҳити муассисаҳои таҳсилоти миёна (бехатарӣ, муносибатҳо, омӯзиш, муҳити

зист) ва сохторҳои калони ташкилӣ (аз назари чузъ ба назари кулл ё "умумӣ", солим ё носолим, огоҳона ё эътирофнашуда) хос аст.

Солимии равонӣ ин на танҳо набудани ихтилоли равонӣ аст. Мафҳумҳои солимии равонӣ неқӯаҳволии субъективӣ, худидоракунии даркшуда, мустақилият, салоҳият, вобастагии омилҳои гуногун ва эътирофи қобилияти амалисозии нерӯи зеҳнӣ ва эмотсионалии шахсро дар бар мегиранд. Ҳамин тариқ, аз шахси солими психологӣ интизор карда мешавад, ки ӯ худ ба худ ё ин, ки умуман дар ҷаҳон хушбахт аст ва қодир бошад, ки бо одамони дигар муносибатҳои ҳамоҳанг созад. Психологӣ америкоӣ А. Маслоу дар доираи «пирамидаи Маслоу»-и маъруфи худ қайд намудааст, ки «худӣ инъикоси эҳтиёт қариб ҳамеша аз ҳолати қаноатмандӣ ё норозигӣ аз ҳама анғезаҳои дигаре, ки дар маҷмӯъ дар бадан вучуд доранд, вобаста аст, яъне. ки баъзе хоҳишҳои басо тезу тунд ба ҳолати қаноатмандии нисбӣ расидаанд».¹

Саломатии психологӣ омӯзгор 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 параноидиро мушоҳида мешаванд. Дар педагогика ин ҳолатро «афсурдагии (эмотсионалии) касбӣ-омӯзгорӣ» меноманд. Ин мафҳум ба як қатор аломатҳои номатлуб, аз қабилӣ 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 муайянкунандаи солимии равонии омӯзгорон аст. Хусусияти асосии ин раванд дар он аст, ки омӯзгорон ҳангоми бад шудани неқӯаҳволии равонӣ, худро чӣ тавр «дарк мекунанд» ва ин ба қори 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 бунёдии зиндагии хеш дар ду баст қор мекунанд. Он ташвишҳое, ки дар омӯзгорон ба вучуд меояд, инчунин ба он қизе, ки дар речаи қори омӯзгор рух медиҳад, алоқаманд аст. «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, изтиробро намудҳои гуногуни тарс ба вучуд овардан мумкин аст: тарс аз хонандагони душвортарбия, аз синфе, ки онро идора карда наметавонанд, аз волидайн дар маҷлис, ки принципҳои педагогӣ ё таълими онҳоро танқид мекунанд, тарс аз ғояҳои марбут ба сифати баланди зарурии таълими худ, тарс дар назди ҳамқорон, пеш аз гуф кардани эътибори педагогӣ ва ғайра дар назар дошта мешавад³.

Ду чузъи дигари асосии таълим ин маош ва эътирофи иҷтимоӣ мебошанд. Дар Тоҷикистон ин нишондиҳандаҳо то андазае беҳбудиро меҳаҳад. 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

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.

³ Gudjons, H. (1993). Umgang mit Angst: Erfahrungen einer Lehrergruppe. In: H. Gudjons, (Hrsg.). Entlastung im Lehrerberuf (S. 191-198). Hamburg: Bergmann & Helbig, s. 193.

мешуд. Дар мавриди нуфузи иҷтимоии омӯзгорон бошад, дар вақтҳои охир дар сатҳи ниҳоят паст қарор дорад ва фарқ надорад, 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 таваҷҷӯҳи бештар ба масъалаи амалӣ намудани қобилиятҳои функционалӣ равона карда шуда, бо назардошти вазъи психологию иҷтимоии омӯзгорон дар ҳолати стресс, ки бо омилҳои махсуси хатари саломатии худ дар доираи касбияташон алоқамандаст.

Дар яке аз ҳуҷҷатҳои СҶТ қайд карда мешавад, ки "қои қори солим қойест, ки коргарон ва роҳбарон барои беҳтар кардани саломатӣ, амният ва неқӯаҳволии ҳама коргарон пайваста ҳамкорӣ мекунад ва дар ҳалли мушкилоти асосӣ ба беҳтар кардани қои қор сахм мегузоранд."¹ Талабот ба қор ва захираҳои қори таълимӣ бо ду раванди ҷудогона муайян карда мешавад: раванди фаъолӣ, ки дар он механизми сатҳи баланди рафтори вазифавиро танзим мекунад, чунки дар натиҷаи кӯшишҳои пешакии равонӣ ва ё ҷисмонӣ ба вучуд меояд, ки шахс 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 неқӯаҳволий ва саломатии омӯзгор таъсиркунанда инҳоянд: хусусиятҳои фардӣ (ҷинс, синну сол, сатҳи маълумот ва таҷриба), касбӣ (этиқод, таҷрибаи омӯзгорӣ, фаъолияти такмили 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. Ҷенкунии якуми сифати муассисаи таълимӣ ҳамчун фазаи зиндагӣ-таҷрибавӣ ба он қое равона шудааст, ки омӯзгорон ва хонандагон бештари вақти худро мегузаронанд. Ҷенкунии дуюм ба он ҷизе, ки маъмулан ҳамчун фаъолияти асосии муассисаи таҳсилоти миёна номида мешавад, синфхона ва унсурҳои тарроҳии он: ташкили таълим ва таҳсилот, шаклҳои арзёбӣ, идоракунии синф ва дастгирии омӯзиш тамаркуз тақия мекунад. 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. Ҷенкунии чаҳорум фарҳанг ва фазаи муассисаи таҳсилоти миёнаро тавсиф мекунад, яъне қор ҷӣ тавр тақсим мешавад, одамон ба якдигар ҷӣ тавр муносибат мекунад ва онҳо барои иштирок қордан дар меҳнат ва омӯзиши ҷамъият ҷӣ гуна имқониятҳоро доранд. Ҷенкунии панҷуми идоракунии муассисаҳои таҳсилоти миёнаи умумӣ сифатҳои муҳимро 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. Ҷенкунии шашум, маҳорати касбӣ ва рушди қормандон, равандҳо ва сохторҳои мебошанд, ки метавонанд қобилият ва омодагии омӯзгоронро барои иштирок дар омӯзиши якумрӣ тақвият намояд.

Аз ин рӯ, ҳангоми интиҳоби омӯзгорон ва ба вазифаҳои роҳбарӣ таъин қордан бояд ба назар гирифта шавад, ки оё номзад барои фароҳам овардани фазаи мусбӣ дар муассиса маҳорати ба вучуд овардани фазаи мусоидро дорад ё не ва агар ин тавр бошад, ба ӯ муқофот додан лозим аст. Омӯзгорон интизоранд, ки кӯшишҳои онҳо барои таълим додани хонандагон аз қониби мақомоти роҳбарикунанда таваҷҷӯҳ ва

¹Всемирная 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.

кадр карда шаванд. Дар ин чо мо дар бораи ҳавасмандкунӣ сухан меронем. Ба гуфтаи Н.К. Масуда ва дигарон, «ҳавасмандии омӯзгор аз рӯи се қисмат баҳо дода мешавад: шавқмандӣ, худтаъсирбахшӣ ва самти мақсади устодӣ... Равиши омӯзгор омили муҳими фаъолияти касбӣ мебошад, ки на танҳо омӯзгорро ба таълим ҳавасманд карда метавонад, балки инчунин метавонад, ба ӯ барои ҳавасманд кардани хонандагон кӯмак кунад». ¹

Дар зербоби сеюм «**Макони таълим ва фазои иҷтимоию раванӣ дар заминаи проблемаи ҳифзи саломатии омӯзгорон**» проблемаҳои марбут ба хусусиятҳои фазои таълим ва арзёбии фазо дар муассисаи таҳсилоти миёна таҳлил шудаанд. Нишондиҳандаҳои истифодашуда дастовардҳои таълимӣ, муносибатҳои хонандагон ва омӯзгорон, эҳтиром ба ҳамаи аъзоёни муассиса ва ҷомеа, сиёсати одилона ва интизоми мунтазам, тавачҷӯх ба бехатарӣ, ҷалби оила ва ҷомеаро дар бар мегиранд.

Фазои омӯзиш ё "ҷойи баргузори он" як ҷузъи ба назар намоёни раванд аст - интихоби макон барои ҳама гуна лексияи омӯзгор, ки барои таҳияи як модули дарс ба нақша гирифта шудааст. Тахмин карда мешавад, ки маҳз раванди бунёди робитаҳо (яъне сохтани мафҳум ва дониш) бо фазои воқеии додашуда ба макон табдил медиҳад - аз ин рӯ мафҳумии "пайдо кардани моҳият, ё ҳис кардани макон" ба вучуд меояд.

Ҳамаи ин мушкилотҳо фазои иҷтимоӣ-психологӣ муассисаи таҳсилоти миёнаро муайян мекунанд, аз ҷониби мо тавассути гузаронидани пурсиш дар муассисаҳои таҳсилоти миёнаи умумии №35, 88, 40, 92-и шаҳри Душанбе ва НТЧ. Гурӯҳчини таҳқиқот аз 76 нафар (омӯзгорони муассисаҳои таҳсилоти миёна) иборат буд. Пурсишнома аз рӯи Таснифи Байналмилалии Стандарти Таҳсилот (ISCED) таҳия шудааст; пурсишнома аз 76 савол иборат буд, ки ба 11 шкала муттаҳид карда шудаанд. Ҳамин тариқ, ҷадвал миқдори ҷавобҳои омӯзгоронро ба саволҳои дахлдор ҷамъбаст намуда, баҳои миёнаро аз рӯи ҷамъи ҳолҳо ба шумораи нишондиҳандаҳои сатҳӣ (4) тақсим мекунанд, 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 мекунанд: 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

№.	Омил	Ҳоли миёна	Сатҳ
1	Ҳоҳиши пешрафт дар кор	1,80	Паст
2	Кӯшиши бо ҳамкорон ва хонандагон муносибатҳои хуб барқарор кардан	0,49	хеле паст
3	Зарурати ноил шудан ба афзоиши мансаб, эътибори иҷтимоӣ ва эҳтироми ҳамкорон	1.27	Паст
4	Қаноатмандӣ аз раванд ва натиҷаи кор	5.86	Комил
5	Имконият ва боварӣ ба мукамалгарин худидоракуни дар ин фаъолият	1.37	Паст
6	Дар тақмил додани таълим, таълим ва муносибат ба хонандагон ташаббускор бошед	2,98	оптималӣ
7	Кӯшиш ба дониш ва дарки мавзӯ ва тақмили усулҳои таълим, малакаи истифодаи ТИК	2.24	Миёна
8	Ҳоҳиши ҳамкорӣ дар корҳои мактабӣ бо ҳамкорон ва роҳбарияти он	3.33	Комил
9	Таъминоти моддӣ (маош, мукофотпулӣ)	0,90	хеле паст
10	Дар тақмили ихтисос иштирок накардан	0,14	хеле паст

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.

11	Баҳодиҳии муносибати омӯзгорон ба назорати фаъолияти онҳо аз ҷониби роҳбари муассисаи таълимӣ	2.34	Миёна
----	---	------	-------

Натиҷаҳои аввалини пурсиш, ки пас аз ҳисоб кардан посухҳои пурсидашудагон ба даст омадаанд, бо истифода аз санчиши ғайрипараметрии мувофиқати Пирсон (χ^2) коркарди математикӣ гузаронида 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 карда шуданд: аз рӯи миқёси *майл ба пеширавии кор*, 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 карда шудаанд; 20,87% (178 посух) дараҷаи миёна доранд; 28,96% (247 посух) – сатҳи паст. Аммо, таҳлили омории маълумот нишон дод, ки фарқиятҳо назаррас нестанд: $\chi^2_{Emr} = 5.852$, $p > 0.05$. 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 интихобкунандагон номусоид арзёбӣ кардаанд. Ин фарқият назаррас аст: $\chi^2_{Emr} = 8.296$, $sa\chi < 0,05$.

Дар *миқёси хоҳиши муносибатҳои хубро бо ҳамкорон ва хонандагон фароҳам овардан*, ки 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 омории муҳим аст: $\chi^2_{Emr} = 60.387$, $p < 0,05$. Омӯзгороне, ки дар ин миқёс сатҳи хеле паст доранд, муайян карда нашудааст. Таҳлили натиҷаҳо нишон медиҳад, ки қариб 90% омӯзгорон ба коллектив арҷи эҳтиром менамоянд ва бо хоҳиши муносибатҳои муътадил ва фазои хуби раванӣ дар муассисае, ки дар он кор мекунанд, фарқ карда 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 омории математикӣ ин тафовут чандон назаррас нест: $\chi^2_{Emr} = 4.076$, $p > 0.05$. Дар раванди таҳқиқот муайян карда шуд, ки дараҷаи пасти маромнокӣ дар масъала мушоҳида нашуд. Аз ҷор се ҳиссаи омӯзгороне, кидар панҷ муассисаи таҳсилоти миёнаи умумии таҳқиқоти фаъолият доранд дараҷаҳои гуногуни эҳтиётот барои рушди касб, эътибор ва эҳтиром дар ҷомеа (аз сатҳи идеалӣ то миёна) доранд.

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. ҷавобҳо), барои 9,64% - сатҳи паст (81 ҷавоб). Ин фарқият боэътимод аст: $\chi^2_{Emr} = 30.168$, $sa\chi < 0,05$. Тибқи натиҷаҳои пурсиш, 83,33% субъектҳо дар ҷадвали қаноатмандии кор (бо дараҷаҳои гуногуни вазнинӣ) сатҳи мувофиқ доштанд.

Аз рӯи *миқёси имконот ва боварӣ ба худшиносии мукаммали омӯзгор дар фаъолияти худ* сатҳи идеалӣ дар 35,17% 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 нуқтаи назари математикӣ, ин фарқият эътимоднок нест: $\chi^2_{Emr} = 7.652$, $p > 0,05$. 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% омӯзгороне муайян карда шуданд, ки дар ин ҷадвал холҳои паст доранд (Фарқиятҳо назаррасанд: $\chi^2_{Emr} = 17.696$, $sa\chi < 0,05$).

Дар миқёси зуроти фаъолгардони омӯзиши, 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 доранд (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 хосса дорад. Набудани шароити мувофиқ дар ин ҷо, метавонад оқибатҳои манфӣ барои кори тарбиявӣ дошта метавонад. 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 нуқтаи назари математикӣ, ин фарқият эътимоднок нест: $\chi^2_{Emr} = 7.062$, $p > 0,05$. Дар байни таҳқиқшавандагон нафароне вучуд надоштанд, ки майл ба дониш, фаҳмиши мавзӯ, такмили усулҳои таълим ва малакаи истифодаи ТИК 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 дараҷа 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 нуқтаи назари омори математикӣ чандон назаррас нест: $\chi^2_{Emr} = 2,782$, $p > 0,05$.

Аз рӯи ҷадвали 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 мавқеи бетарафӣ ё худдорӣ омӯзгорон аз иштирок дар фаъолияти даастаҷамъона оид ба бехтар намудани таълиму тарбияи хонандагон дар назар аст.

Миқёси майл надоштан ва иштирок накардан дар такмили ихтисос идомаи мантиқии ду масъалаи қаблӣ мебошад. Ҳамин тарик, миқёси хоҳиши пешрафт дар кор танҳо 5 саволро дар бар мегирад, дар ин ҷо 100% (44 ҷавоб) сатҳи паст доранд. Аз маълумоти пешниҳодшуда бармеояд, ки баъзе омӯзгорони муассисаҳои таҳсилоти миёнаи умумӣ фазои онҳоро номусоид арзёбӣ мекунанд.

Аз рӯи ҷадвали 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: $\chi^2_{Emr} = 69,205$, $p < 0,05$. Қобили зикр аст, ки посухҳои омӯзгорон дар сатҳи идеалӣ ва оптималӣ 96,3 %ро ташкил медиҳад, ки ин боварии онҳо ба рушди ҳуби касбии онҳо ва баҳои мусбат ба фаъолияти хеш аз ҷониби роҳбарони панҷ муассисаи таҳсилоти миёнаи умумии шаҳри Душанбе ва ноҳия Рудақӣ мебошад. Ин фарқиятҳо аз ҷиҳати омор муҳиманд: $\chi^2_{Emr} = 52,24$, $p < 0,05$.

Аз натиҷаҳои пурсишнома ба чунин хулоса омадан мумкин аст, ки умуман ба аксарияти пурсидашудагон фаъолияти фаълоне, пуршиддат ва майлу хоҳиши расидан ба мақсад мушоҳида кардан мумкин аст. Дар баробари ин, аз натиҷаи

пурсишнома чунин мушкилотҳо муайян шудааст: ҳамкорӣ, маоши паст ва ғайра. Аксарияти иштирокчиёни пурсиш бо шӯҳратпарастӣ (ҳангоми баҳодихии фаъолияти худ, онҳо худро мутахассис меҳисобанд) ва вобастагӣ аз 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, доир ба таҳлили мушкилоти равонии соҳаи маориф дар заминаи таҳқиқоти эмпирикӣ баҳшида шудааст.

Зербоби якуми кори таҳқиқоти «**Асосҳои педагогӣ ва ҳуқуқии таъмини некуаҳвалии равонӣ ва солимии омӯзгорони муассисаҳои таҳсилоти миёнаи умумии Тоҷикистон»** ном гирифта, аз ҷумла баён мегардад, ки сиёсати соҳаи маориф аз тарафи давлат роҳандози карда шуда, ба навсозии тамоми раванд ва сифати таълиму тарбия нигаронида мешавад. Муассисаҳои таълимӣ, ки дар асоси сиёсати миллии давлат хидмати худро ба аҳоли пешкаш мекунанд, сайъ мекунанд, ки барои омӯзгорон шароити корӣ 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 кафолат дода шудааст, ки ҳамаи кӯдакон дар Тоҷикистон ҳаққи таҳсил дар муассисаи давлатии таълимиро доранд. Муассисаи таълимӣ миёнаро аҳоли ҳамаҷун моликияти коллективӣ маорифи халқ қабул мешуд. Ин маънои онро дорад, ки ҳар як шахрванд 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 стратегияҳо, 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 кард. Татбиқи ин қонун дар сатҳи миллии хеле душвор аст. Гап дар сари он аст, ки дар таълиму тарбияи насли наврас мушкилоту монеаҳои зиёде мавҷуданд ва ҳамаи онҳо муносибати махсусро тақозо мекунанд. 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 ин нафарон ба истилоҳ хидматрасонандагон зарурати ҷалби омӯзгорон ба шарикӣ муштарақ барои пешбурди солимии 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 ҳамкорӣ байнисоҳавӣ намегиранд, бояд қайд кард, ки дар фаъолияти худ шояд ба кӯмаки равоншиносони мутахассис низ эҳтиёҷ дошта бошанд. Дар замимаи 3-7 намуна ҷавобҳои омӯзгорони муассисаҳои таҳсилоти миёнаи умумии № 28, 32, 91, 102-и ш. Душанбе ва мактаби ба номи А.С. Пушкини ноҳияи Рудақӣ дар бораи дараҷаи иштироки омӯзгорон чунин ҳамкориро мушоҳида кардан мумкин аст (ниг. Ҷадвали 3).

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

Чадвали 3. Дар бораи ҷалби тарафҳо дар ҳамкорӣ ва шарикӣ

№	Саволҳо	мактабҳо	манфӣ		Мусбат	
			шумораи ҷавобҳо	бо %	шумораи ҷавобҳо	бо %
1	Чӣ қадар вақт муҳити зист тағиротро дар кори Шумо талаб мекунад?	н. Рудакӣ	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. Рудакӣ	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 Шумо дар кори худ аз дигар омӯзгорон дастгирӣ мегиред?	н. Рудакӣ	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 Шумо дар кори худ аз роҳбарон дастгирӣ мегиред?	н. Рудакӣ	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 кормандони соҳаи тандурустӣ самаранок аст?	н. Рудакӣ	10	50%	10	50%
		№ 28	14	70%	6	сӣ%
		№ 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. Рудакӣ	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 раванҷиносии махсус вучуд надорад.	н. Рудакӣ	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 намоёндогони омӯзгорони ихтисосҳои гуногуни 5 муассисаи таҳсилоти миёнаи дар боло зикргардидаи шаҳри Душанбе (№ 104) ва ноҳияи Рӯдакӣ нафароне интихобшудан, ки аз синни 22 то 70 сола (синни миёна - 46 сол, миёна - 47 сол, инҳирофи стандартӣ - 3,70), аз ҷумла 31 мард (29,9%) ва 73 зан (70,1%), ки ба таркиби гендерӣ номувофиқ аст дохил шудаанд.

Аксарияти омӯзгорон муошират ва ҳамкориҳои бесамар байни онҳо ва кормандони тибро қайд мекунанд, ки фисади миёна 62,5%-ро ташкил медиҳад. Дар минтақаи хатари бештар аз нигоҳи некуаҳволии равонии муассисаи таҳсилоти миёнаи умумии №102 – 91% қарор дорад. Ҳамкориҳои омӯзгорон ва падару модарон ба ҳисоби миёна 65,8% арзёбӣ шудааст. Аз ҳама бештар кормандони муассисаи таҳсилоти миёнаи умумии №102 бо нишондиҳанда 90,91 %, омӯзгорони муассисаи таҳсилоти миёнаи умумии №32 бо нишондиҳанда 81,8 % қаноатманданд. Дастгирии ҳамкорон ва ҳамкорӣ байниҳамдигарӣ ба ҳисоби миёна 71% ифода ёфтааст. Омӯзгорони муассисаи миёнаи № 28 - 80 %-ро ташкил медиҳанд. Нишондиҳанда – 64,7% – ҳамкориро бо роҳбарони зинаҳои гуногуни низоми маориф нишон медиҳад. Дар ин ҷо муассисаи таҳсилоти миёнаи умумии №102 қаноатмандтар ба шумор

мерафт, ки дар он 86,37%-и омӯзгорон аз дастгирӣ ва ҳамкорӣ бо роҳбарон изҳори қаноатмандӣ мекунанд. Омӯзгорон инчунин мавқеъи 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 равоншиносии вучуд надорад.

Баъдан, мо аҳамияти омории маълумоти ибтидоии бадастомадаро бо усули санҷиши 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 ҷавобҳо байни н. Рӯдакӣ ва мактаби №102: $\chi^2_{Эмп} = 8,963$, $s < 0,05$; саволи 4: Тафовути назаррас дар ҷавобҳо байни н. Рӯдакӣ ва муассисаи №102: $\chi^2_{Эмп} = 6,301$, $s < 0,05$; саволи 5: Тафовути назаррас дар ҷавобҳо байни н. Рӯдакӣ ва мактаби рақами 91: $\chi^2_{Эмп} = 8,82$, $s < 0,05$ гузаронида шуд.

Дар ҷадвали 4 танҳо баъзе нишондиҳандаҳо нишон дода шудаанд, ки маҳдудияти равиши гедоникӣ ба омӯзиши падидаи солимии равониро нишон медиҳанд. Таваҷҷӯҳ ба фаъолияти шахсе дода мешавад, ки ҷаҳони атрофро дар асоси тағйир додани худ ба вучуд оварда ба ҳамоҳангӣ ноил мешавад. Дар ин ҷадвал шаш ҷузъи асосии назарияи неқӯаҳволии равониро метавон муайян кард: худфаъолият, муносибатҳои мусбӣ 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. Таҳқиқотҳои, ки мо дар муассисаҳои таълимии миёнаи номбурдаи шаҳри Душанбе ва н. Рӯдакӣ гузарондем, дар интиҳоби 182 омӯзгор нишон дод, ки омӯзгорон бештар аз вазъи саломатӣ бо зухуроти дарди сар, дарди меъда, дарди пушт, шамолкашӣ, мушқилоти 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 кору зиндагӣ мекунанд, дар бар мегирад.

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

Умуман, фазои солим дар муассисаи таҳсилоти миёнаи умумӣ вақте ташаккул меёбад, ки омӯзгору маъмурият ва хонандагон ва волидони 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 ҳамдигарро дастгирӣ мекунанд. Дар натиҷа, ҳолатҳои стресс амалан руҳ намедиҳанд. Барои ин, қормандони муассисаҳои таҳсилоти миёнаи умумӣ бояд муассисаи таълимиро ҳамчун системаи ба шахс нигаронидашуда қабул намуда, аз маълумоти муфид оид ба муайян намудани мушқилот ва тартиби ҳалли онҳо истифода баранд. Муассисаҳои таҳсилоти миёна системаҳои динамикии инсонӣ мебошанд ва субъектҳои ин системаҳо бояд ба рушди ҳамдигар мусоидат кунанд. Ҷунин 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**» таҳлил карда, таъкид шудааст, ки дар асоси мақсади қор ҳамчун унсури табдилдиҳии субъекти он, дида баромадашуда, тавсифи натиҷаҳо барои шахс ва касбии ӯ, инчунин дар фаъолияти меҳнатӣ ва раванди худшиносии касбӣ меорад. 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 салоҳиятҳоро ҷудо кардан мумкин аст: салоҳияти педагогӣ, салоҳияти омӯзгор, салоҳияти коммуникатсионӣ, салоҳияти эмотсионалӣ, малакаҳои 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 сохти ҷисмонӣ ва равонии одамро зерин хатар гузорад. Аз ҷумла, метавонад садамаҳо, бемориҳои касбӣ, патологияҳо, аз қабили стресс, изтироб ва осеби узвҳои мушакӣ ва ҳароҷоти иҷтимоӣ ба вучуд ояд. Ин хатарҳоро хатарҳои 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 қорӣ аз рӯи шароити меҳнат, дурустии додани подош барои меҳнати вазнин ва қор дар шароити меҳнат хавфнок ё зарарнок ... экспертизаи давлатии шароити меҳнат бо тартиби муқаррарнамудаи санадҳои меъёрии ҳуқуқии Ҷумҳурии Тоҷикистон»¹ муайян карда мешавад.

Омилҳои хатари равонӣ-иҷтимоӣ сазовори тавачҷӯҳи махсус мебошанд. Инҳо ҷанбаҳои консепсия, ташкилу идоракунии қор, заминаи иҷтимоӣ - экологии он мебошанд, ки метавонанд боиси фишор оваранд ба қоргарон, зарари ҷисмонӣ, иҷтимоӣ ё равонӣ расонанд ва ба саломатии онҳо зарар хатар дошта бошанд. Онҳо воқунишҳои физиологиро дар асоси реаксияҳои нейроэндокринӣ, аксуламалҳои эмотсионалӣ (аҷобӣ, изтироб, афсурдагӣ, хурӯҷӣ, бепарвоӣ ва ғ.), аксуламалҳои маърифатӣ (душворӣ бо диққат, тамарқуз ё қабули қарор, хотира ва ғ.) ва аксуламалҳои рафторӣ (сӯиистифода аз мақом, машрубот, тамоқу, маводи муҳаддир, хатари беасос ва ғайра) ба вучуд меоранд. Оқибатҳои манфии омилҳои хавф ба қоргарон, инчунин раванд ва натиҷаҳои қор таъсир мерасонанд².

Воситаҳои махсус барои арзёбии саломатии омӯзгорон ва хатарҳои, ки ба онҳо таъсир мерасонанд, инчунин зухуроти некӯаҳволӣ дар фаъолияти омӯзгорӣ мавҷуданд. Тавачҷӯҳ дар ин ҷо на ба муаррифии мукамал, балки дар ҷаҳорҷӯбаи тавачҷӯҳи таҳқиқоти мо оид ба таҳияи низоми ҳамаҷонибаи арзёбии саломатии омӯзгор дар раванди фаъолияти касбии ӯ мебошад. Мо 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 стресс ҳамчун омилҳоро дар бар мегиранд. Тест-пурсишнома ҳамчун марҳилаи 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 Рудақӣ 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 руи хусусиятҳои психологи ҳамаи ин ҳолҳо бо қалиди дорои ҷавобҳо аз руи шкалаҳои зерин муайян карда мешаванд, ки дар он шумораи ҷавобҳои омӯзгорон ба саволҳои дахлдор ҷамъбаст карда шуда, ба ҳисоби миёна аз ҳисоби ҷамъи ҳолҳо ба шумораи умумӣ тақсим карда мешавад, ки шумораи омӯзгорони пурсишшуда (95 нафар) ташкил медиҳанд. Ҷадвал дар асоси маълумоти замиаи 2 тартиб дода шудааст.

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.

Чадвали 4. Омилҳои равонию иҷтимоӣ, ки шароити кори омӯзгорро дар муассисаи таълимӣ муайян мекунанд

№	Омилҳо	Ҷавобҳо	Миёна	
			манфӣ	Мусбат
1	Аломатҳои соматикӣ (стресс, хастагӣ, 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	Қаноатмандии 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 такмил 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 чадвали 4 ва замимаи 2 ҳолати равонии омӯзгоронро дар муҳити муассисаҳои таҳсилоти миёнаи умумии дар боло зикргардидаи шаҳри Душанбе ва ноҳияи Рӯдакӣ баҳо додан мумкин аст: аз рӯи шкалаи «Аломатҳои соматикӣ (стресс, хастагӣ, 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 мусбӣ «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 анғезаи прогрессивии омилҳои равонӣ, шароити кори омӯзгорони муассисаҳои таҳсилоти миёнаи умумии шаҳри Душанбе нисбат дод; аз рӯи чадвали «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: $\chi^2_{Emr} = 13,156$, $sa\chi < 0,05$. Ин маънои онро дорад, ки аксарияти омӯзгорон аз як тараф сарбории худ дар кори таълиму тарбия ва аз тарафи дигар мушкilotи ҳаёти шахсӣ ва оилавӣ, ки ба фаъолияти ҷисмонӣ ва педагогӣ таъсир мерасонанд, омӯзгорон шаклҳои гуногуни норухати равониро ҳис мекунанд. Аз рӯи чадвали «Низомҳои иҷтимоӣ» 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: $\chi^2_{Emr} = 8,884$, $p < 0,05$). Натиҷаҳо нишон медиҳад, ки дар муассисаҳои таълимии миёнаи зикргардидаи шаҳри Душанбе ва ноҳияи Рӯдакӣ норасоии иҷтимоии пайваста паст аст; аз рӯи чадвали «Қаноатмандии кор» натиҷаҳои зерин ба қайд гирифта шуданд: нишондиҳандаи манфӣ 30,74% ва нишондиҳандаи мусбӣ 69,26% (мутаносибан 1,53 дар ченаки манфӣ ва 3,46 дар ченаки мусбат). Фарқиятҳои бадастомада аз ҷиҳати омӯри муҳиманд: $\chi^2_{Emr} = 7,01$, $p < 0,05$. Нишондиҳандаҳои қаноатмандии кори ин омӯзгорон аз сатҳи хуби саломатии онҳо, ҳиссиёти шодӣ, ифтихор ва хушнудӣ, яъне.

ҳиссиёти мусбӣ, ки онҳо аз кори худ дарк мекунанд, инъикос мегардад; аз рӯи *ҷадвали «Боварӣ ба худифоданамои 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: $\chi^2_{Emr} = 6.282$, $p < 0.05$). Худифоданамоии касбӣ ҳамчун нишонаи худсамаранокӣ бо таъкид ба эътиқод ба доштани қобилиятҳои зарурӣ барои ташкил ва иҷрои кор ва ноил шудан ба ҳадафҳо баррасӣ мешавад. Ин омилро, аз рӯи маълумоти дар боло овардашуда, каме бештар аз чоряки омӯзгорони пурсишшуда дарк намекунанд; *Ҷадвали «Фаъолияти омӯзгор дар тақмили таълиму омӯзиш»* 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 омори математикӣ, ин фарқиятҳо назаррас нестанд: $\chi^2_{Emr} = 0,008$, $p > 0,05$. Дар ин ҷо сухан асосан дар бораи эҷоди стратегияҳои фаъол, ҳамаҷониба ва муштарак аз ҷониби омӯзгорон барои ҳалли масъалаҳои таълимӣ, ки дар фаъолияти ҳаррӯзаи онҳо ба миён меоянд, аниқтараш «дар бораи чизҳое меравад, ки омӯзгорон бе мушкилот ҳал карда метавонанд» (банди 3) ва «қобилияти эҷодкорона ва муносибати мутобиқсозӣ ба омӯзиш ва таълим» (банди 22). Паст шудани салоҳияти касбӣ ва рушди синдроми афсурдагӣ дар худ ё дигар мутахассисон на ҳамчун мушкилоти фардӣ, балки ҳамчун як мушкилоти иҷтимоӣ, коллективӣ, ки бо муҳити таълимӣ алоқаманд аст, фаҳмида мешавад.

Ҳамин тариқ, пурсиш аҳамияти муҳити зистро барои фаъолияти омӯзгор, инчунин тағирёбандаҳои ҳислатҳои равонии фардӣ, аз қабилӣ некбинӣ, идоракунии синф, омӯзиши мутамаркази хонандагон ва ҳисси шахрвандӣ инъикос мекунад. Аз ин бармеояд, ки барои фаъолияти дурусти муассисаи таълимӣ танзими захираҳое, ки ба эҷоди некӯахлоқии педагогӣ дар ҷомеаи таълимӣ мусоидат мекунанд, аҳамияти калон дорад.

Дар зербоби сеюм – ки «**Шароитҳои таъмини солимии равонии омӯзгори муассисаи таҳсилоти миёнаи умумӣ дар фазои таълимии Тоҷикистон**» унвон гирифта аст, қайд карда мешавад, ки принципҳои умумии фароҳам овардани шароити мусоид барои меҳнати омӯзгорро санадҳои меъёрии ҳуқуқии сатҳи давлатӣ қафолат медиҳанд, аз ҷумла Қонуни Ҷумҳурии Тоҷикистон дар бораи маориф аз 4 июли соли 2013, № 537. Аз ҷумла дар он баён карда шудааст, ки сиёсати давлатӣ дар соҳаи маориф ба принципҳои зерин асос меёбад: баробарҳуқуқии шахрвандон 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 омӯзгороне иштирокунанда ибронд мебаранд, 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 қафо гузоштани ҳадафҳо, балки натиҷаи таъсири муҳити объективии омӯзгор низ таъсири хосса дорад. Дар назарсанҷӣ 35 савол мувофиқи замимаи 3; 24 савол дар замимаи 4; 21 савол аз рӯи замимаи 5; 14 савол аз рӯи замимаи 6 ва 15 савол дар замимаи 7 дар бар мегирад. Қалидҳои ин саволҳо аз рӯи принциби якҷоя кардани саволҳои дорои мазмунӣ якхела дар се ҷадвал тартиб дода шудаанд, ки дар онҳо ҷавобҳои «не», «то андозае» ва «не» намендонам»-ро манфӣ ва «ха», «бешубҳа», «бешубҳа» - мусбат арзёбӣ карданд. Ҳамаи ин нишондодҳо аз рӯи ҷадвалҳои тақсим карда мешаванд, ки дар он шумораи ҷавобҳои омӯзгорон ба саволҳои дахлдор ҷамъбастан карда шуда,

ҳисоби миёна аз рӯи ҷамъи ҳолҳо ба шумораи умумии омӯзгорони пурсишшуда (100 нафар) тақсим карда мешавад.

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

«*Кӯшиши барои расидан ба ҳадаф*», аз 7 банд иборат аст, ки ҳолҳои ҷавобҳои интиҳобӣ (ҳамагӣ 708 (271 + 437) ҷавобҳо), ин хоҳиши омӯзгорон дар сатҳҳои гуногун манфӣ ба қайд гирифта шудааст. Холи умумии мусбат 4,46 бо инҳирофи стандартии 1,07 мебошад, ки маънои онро дорад, ки омӯзгорон хоҳиши расидан 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 истисноии мактаби ба номи А.С. Пушкини ноҳияи Рӯдакӣ, ки таносуби нишондиҳандаҳои манфӣ ва мусбӣ қариб баробар аст - 3,45: 3,55) сатҳи дастовардҳои омӯзгорон дар маҳалли таҳсил онҳоро қаноатманд месозад.

Микёси «*Хоҳиши кор кардан «ба таври дигар»*» дар асоси 7 банди интиҳоб ва 701 (358+343) ҷавоб тартиб дода шудааст. Аллақай аз таносуби нишондиҳандаҳо маълум мешавад, ки ҷавобҳои манфӣ нисбат ба ҷавобҳои мусбат бартарӣ доранд. Сатҳи миёнаи посухи мусбӣ 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 ва на аз ҷониби мутахассисони соҳаи маориф ва на аз ҷиҳати молиявӣ дастгирӣ намешавад. Ба ин нишондиҳандаҳои пасти талабагон, нарасидани маводҳои замонавӣ мавзӯ ва таҷҳизот ва ғайраро илова кардан мумкин аст.

Микёси «*Иҷозати мустақилият дар ҳалли мушкилот новобаста аз иродаи роҳбарон*» хоҳиш ва қобилияти ба даст овардани салоҳияти омӯзгоронро, ки салоҳияти онҳоро тасдиқ мекунад, инъикос мекунад. Дар баробари ин, онҳо инчунин нишон медиҳанд, ки онҳо қодиранд барои рушди худ ва ҳалли мушкилоти худ масъул бошанд. Ба ин маъно, вобаста ба ин микёс 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 маънои 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: ваҷҳҳои прогрессивӣ нисбат ба регрессивӣ бартарӣ доранд (пеш аз ҳама ин ба мактаби №102 дахл дорад).

Ҷузъи муҳими устувории психологӣ омӯзгор дар ҷадвали «*Ҳисси эҳтиёҷ ба қўмаки 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 мурочиат 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 ҷои кор чандон муҳим нест. Дар ин маврид нерӯи 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 бораи ин кумак манфӣ ҳарф мезананд, каме баландтар аст. Бо вучуди ин, як қисми дигари

маълумот нишон медиҳад, ки алокаи байни ҳамкорон хеле кам аст ё тамоман нест, зеро омӯзгорон дар ҳучраҳои алоҳида машғули кори худро мекунад.

Нишондиҳандаҳои миқёси «*Вобастагӣ ба қарорҳои маъмурият*» нишон медиҳанд, ки дар муассисаи таълимӣ чӣ гуна фазои психологӣ ба вучуд омадааст ва он ба иштироки омӯзгорон дар қабули қарорҳо чӣ гуна мусоидат мекунад. Агар ин фазои ошкорбаёнӣ ва таваккал аз ҷониби 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, агар онҳо боварӣ дошта бошанд, ки роҳбари онҳо ба ақидаи онҳо тавачҷӯх надорад ва ҳанӯз ҳам худ қарори ниҳой қабул мекунад. Ин бурҳонро натиҷаҳои пурсишнома нишон медиҳанд, ки таносуби миёнаи он 2,01:2,88 баробар аст. Ин чунин маъно дорад, ки аксарияти омӯзгорон аз вобастагии қору нақшаҳошон ба қарорҳои маъмурияти муассисаҳои таълимӣ сухан меронанд. Ин ҳолат дар байни омӯзгорон “ҳисси ноумеди”-ро ба вучуд меорад, ки онҳо ба раванди қабули қарорҳо таъсир расонида наметавонанд.

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

Замимаи 4 «*Тамоюли равонӣ ва касбии омӯзгорон*» арзишҳои миёна ва инҳирофи стандартиро барои 24 савол, ки сифатҳои шахсии омӯзгорро муайян мекунад ва ба самти касбии онҳо мусоидат мекунад, оварда шудааст. Ин саволҳо то андозае хусусияти иғвоангез дошта мусоҳибонро ба ошкорбаёнӣ ташвиқ мекарданд. Инҳоянд 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 некӯаҳволии психологии шахсӣ алоқаманд карда мешавад, ки бо субъективии оид ба хушбахтӣ вобаста аст. Дар ин маврид равиши плюралистӣ ба андозагирии самти равонӣ ва касбии омӯзгорон ба кор бурда шуд.

Миқёси «*Барои худ, барои лаззат ва некӯаҳволии 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 2,85:4,36 баробар аст. Мувофиқи ин таносуб аксарият ба хоҳири кайфу саодати худ ба кор омодаанд. Дар мавриди шароити кор омӯзгорони ин муассисаҳои таҳсилоти миёнаи умумӣ (хусусан муассисаҳои таҳсилоти миёнаи умумии №32 ва 102) қайд карданд, ки онҳо хуб ё қаноатбахш буда, барои фаъолияти омӯзгорӣ қомилан қобили қабуланд. Ин тадқиқот бо мисоли ду муассисаи таҳсилоти миёнаи умумии шаҳри Душанбе - рақами 32 ва 102 таърифи устувори некӯаҳволӣ дар ҷои корро 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 некӯаҳволии дигарон ҳамчун

функсияи фарқиятҳои байнишахсӣ дар меъёрҳои иҷтимоӣ оид ба кӯмак таҳлил кардем. Ҳамчун як нуқтаи ибтидоӣ, мо коэффисиенти коррелятсияи дохилишахсро пешниҳод намудем, ки он ченакӣ чӣ қадар фарқияти қаноатмандии ҳаёт ва таъсири мусбӣ 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 мусбӣ дар ин ҷо 0,88:1,98 –ро ташкил медиҳад. Ин нишондод аз он шаҳодат медиҳад, ки таъсири ғоидабахшии ғайрирасмӣ ба қаноатмандии зиндагӣ ва таъсири мусбӣ ҳангоми баланд будани эътиқод ба мутақобила ва пайвастагӣ бо дигарон коҳиш меёбад. Аз ин нишондодҳо бар меояд, 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 бозғаймӣ 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 қардан ва дар баробари ин шахси мустақил будан хеле қалон 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 фаёлона баён қарданд. Дар ин маврид сухан дар бораи чен қардани нерӯи эҷодӣ ҳамчун ифодаи амалӣ меравад. Саволҳо дар бораи эҷодкорӣ ва самаранокии омӯзгор ҳама ба вазифаҳои абстрактӣ ва намоиши маҳорат марбутанд.

Микёси навбатии «*Омӯзгор ҳамчун шахси масъул*» то андозае идомаи мантиқии микёси қаблӣ мебошад. Он дар ақида ҷойгир шудааст, ки масъулияти иҷтимоӣ як сохтори муҳим барои солимии равонӣ ва некӯахлоқӣ буда, ба одамон дар дуруст интиҳоб ва қабули қарорҳо ёрӣ мерасонад, барои баъзеҳо натиҷаҳои қаноатбахш ва муваффақ меорад ва ба некӯахлоқии дигарон мусоидат мекунад. Ин ҷадвал 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 омӯрӣ муҳим буд: $\chi^2_{Emp} = 10,22$, $p < 0,05$. Сатҳи миёнаи посухи мусбӣ 1,62 аст, ки аз сатҳи миёнаи посухи манфии 4,18 хеле пасттар аст. Дар ин масоил ГРТ ба номи А.С Пушкини н. Рудакӣ, МТМУ № 32 ва 102, 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 муҳталиф эмин шудани ҷомеаи мо, онҳо бештар худро ҳамчун шахсият баён қарда метавонанд.

Ин рисолаҳо натиҷаҳои тадқиқот оид ба микёси «*Тайёр будан ба хатарҳо ва мушқилот*» тасдиқ мекунанд. 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 бартари нишондиҳандаи мусбӣ аз нишондиҳандаи манфӣ дида мешавад: 71,3% пурсидашудагон омодагии худро ба хатару мушқилотҳои гуногун, ки дар ҷараёни фаёлияти омӯзгорӣ ба вуҷуд меоянд, ибраз доштанд. Фарқияти натиҷавӣ аз ҷиҳати омӯрӣ муҳим аст: $\chi^2_{Emp} = 10,518$, $p < 0,05$. Таносуби натиҷаҳои миёнаи манфӣ ва мусбат 1,36:3,51 аст. Натиҷаи оптималии мактабҳои миёнаи рақамҳои 102, 32 шаҳри Душанбе ва рақами 3 н. Рудакӣ. Дар асоси маълумоти микёс, рафтори

таваккалӣ аз рӯи тамоюли тамаркуз ба натиҷаҳои мусоид ё номусоиди интиҳоби хатарноки шахс муайян карда мешавад. Ин майл, ки мо онро мафҳуми таваккал меномем, ба хислати характери омӯзгорон монанд аст. Он бо оптимизм — хислати устувори шахсияти омӯзгорон алоқаи зич дорад, гарчанде ки барои баъзеи онҳо бо мурури замон дараҷаи некбинӣ паст мешавад. Аз ин ҷост, ки дар бораи вазъияти психологии саломатии омӯзгорон савол ба миён омад.

Ниҳоят, маълумоте, ки дар замимаҳои 5, 6 ва 7 коркард шудаанд, ба ҳафт микёси як калид муттаҳид карда мешаванд. Дар онҳо хусусиятҳои психологии шахсӣ ва омилҳое, ки ба ин ё он роҳ ба ташаккули фазои муассисаи таълимии миёна таъсир мерасонанд, инъикос меёбанд. Ин боз ҳам муҳимтар аст, зеро проблемаҳое, ки мо дар ин ҷо меомузем, гуногунҷабха буда, ҷиҳатҳои гуногуни психологии рафтори омӯзгорро инъикос мекунанд. Дар ин маврид таҳлили ҳамҷонибаи мазмуни ҳамаи ҷавобҳо, мақсад ва вазифаҳои таҳқиқот, инчунин хусусиятҳои мусоҳибон зарур аст.

Ҳамин тариқ, чадвали якум бо номи рамзии «*Боварӣ ба худ ва худкифоии омӯзгорон*» аз рӯи натиҷаҳои ҳашт саволи дархостҳои зикршуда тартиб дода шуда, дар посухҳои омӯзгорони пурсишшуда ҳафт ҳолро дар бар мегирад. Мақсади асосии масъала ин аст: эътимод ба худ ва ҳисси худкифӣ дар доираи контекстӣ дар доираи худшиносии домен (СА) ва шахс (омӯзгор) хос аст. Ин микёс 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 боваринок ва худкифо намешуморанд. Дар айни замон, ин фарқият дар ҷавобҳо аз нуқтаи назари омили математикӣ ночиз шуд: $\chi^2_{Emr} = 0,2$, $p > 0,05$. Чунин худбаҳодихӣ эътимолан натиҷаи нобоварии онҳо ба қобилияти амалӣ кардани қобилият ва ҳадафҳои худ дар ҳаёти воқеӣ аст. Дар баробари ин, арзёбии ошкоро дар бораи номуайянии ва набудани худкифоии шахс нишон медиҳад, ки ҳардуи ин сохтор ҷузъҳои муҳими раванӣ дар саволномаи маърифатии мо мебошанд.

Микёси навбатӣ - «*Ҳисси беморӣ касбӣ*» аз рӯи 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 "беморҳои 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 оморӣ муҳим буд: $\chi^2_{Emr} = 4,637$, $p < 0,05$. Ин вазъият, албатта, ташвишвар аст, зеро он гувоҳӣ медиҳад, ки омӯзгорон ба сарбории руҳӣ дучор мешаванд.

Дар саволнома чадвали «*Ҳисси беморӣ касбӣ*» аз чадвали навбатии «*Стресс синдромҳо*» ба таври микдорӣ ҷудо карда шудааст, аз рӯи хусусиятҳои сифатӣ ҳардуи ин шкалаҳо яхелаанд ва аз ин рӯ, дар поён ҳулосаи умумӣ оид ба ҳардуи онҳо оварда шудааст.

Чадвали "*Синдромҳои стресс*" дар асоси ҷавобҳои 402 (291 + 111) ба ҷаҳор саволи замимаҳои 5, 6 ва 7 тартиб дода шудааст. Ҷавобҳо ҳамчун «не», «то андозае», «ҳа», «бечунҷаро» ё «албатта». Тавре дар рафти пурсиш маълум гардид, танҳо 27,61% омӯзгорони панҷ муассисаи таҳсилоти миёнаи умумӣ синдроми стрессро дар худ қайд кардаанд (Фарқият назаррас аст: $\chi^2_{Emr} = 9,633$, $p < 0,05$).

Нишондиҳандаҳои ҳарду чадвал гувоҳӣ медиҳанд, ки "синдроми сӯхтӣ" дар омӯзгорони муассисаҳои таҳсилоти миёнаи умумӣ, ки мо омӯхта будем, дар ҳоли рушд аст. Он дар натиҷаи таъсири омилҳои стресс дар ҷои 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.

Миқёси чорум, «*Фаъолияти рӯҳӣ-психологӣ*», ҳамчун омили махсуси таъсиррасонӣ ба фаъолияти омӯзгор, дар чен кардани ҳислатҳо ё тамоюлҳое, ки нисбатан ба тағирёбанда тобоваранд, концептуализатсия шудааст. Ҳамин тарик, ин миқёс ҷавобхоро муттаҳид мекунад, ки диапазонро аз омилҳои устувор то омилҳои тағйирпазири иҷтимоӣ ва равонӣ “нишон медиҳанд”. Саволҳо ба мусоҳибон 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 ибрази назар кардаанд (фарқиятҳо назаррас нестанд: $\chi^2_{Emr} = 0,136$, $p > 0,05$). Дар ин ҷо бояд қайд кард, ки саволнома махсусан дар шакли омехта ҷанбаи манфии ҳолати шахс (гуноҳ – саволи 11, ғамгинӣ, ғамгинӣ – саволҳои 12 ва 18) ва мусбат (масъулият – саволи 10, фаъолияти ҷисмонӣ – савол) дохил карда шудааст. Саволи 14). Агар ин саволҳо алоҳида дода мешуданд, натиҷа дигар мешуд.

Миқёси 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: $\chi^2_{Emr} = 4,248$, $p < 0,05$. Таносуби миёнаи манфӣ ба мусбат дар посухҳои омӯзгорон 0,97:1,25 аст. Дар ин нишондиҳанда вазъияти бадтарин дар муассисаҳои таълимии рақами 3-и район ҷой дорад. мактаби н. Рудакӣ ва мактаби рақами 28-и шаҳри Душанбе, ки мутаносибан ба 19,66% ва 23,7% баробар аст, яъне муносибати бесамаронаи омӯзгорон ба кори маъмурият, ҳамкорон ва падару модарон аст. Аммо аксарияти омӯзгорони панҷ муассисаи миёнаи дар боло зикршуда дар Душанбе ва н. Рудакӣ тарафдори дастгирии маҳорати иҷтимоӣ ва эмотсионалии худи омӯзгорон мебошанд. Бо вучуди ин, онҳо қайд мекунанд, ки некӯаҳволии эмотсионалии омӯзгорон (масалан, танзими ҳиссиёт, қобилияти гирифтани дурнамо ва ҳамдардӣ бо дигарон аз миллатҳои гуногун) ва малакаҳои иҷтимоӣ/инсонии онҳо (масалан, муносибатҳои мусбӣ бо хонандагон, волидон ва ҳамкорон) эҳтимолан ба некӯаҳволии иҷтимоӣ, эмотсионалӣ ва академии хонандагони онҳо таъсир расонад.

Ба ин миқёс аз нуқтаи назари мавзӯи таҳқиқот шкалаи зерини «*Истифодаи захираҳои 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 каме 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 Рудакӣ мутаносибан 28,0% ва 27,7%). Дар айни замон, фарқияти натиҷавӣ аз ҷиҳати омӯри муҳим нест: $\chi^2_{Emr} = 0,028$, $p > 0,05$. Таносуби миёнаи ҷавобҳои манфӣ ва мусбат дар посухҳои омӯзгорон 0,87:0,83 аст. Натиҷаи анкета нишон медиҳад, ки муассисаҳои таълимии миёнаи номбурда хануз аз захираҳои дохилӣ ба кадрӣ 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, чадвали охириини «*Арзёбии шароити меҳнат дар муассисаи таълимӣ*», ки низ аз ҷиҳати мантиқӣ бо чадвали қаблӣ алоқаманд аст. Ин чадвал 14 ҳолро дар бар мегирад, ки аз рӯи се Замимаи зикршуда ҳисоб карда шудааст, ки бештарин –

1528 (753 манфӣ ва 775 мусбат) ҷавобро қайд кардаанд . Дар онҳо фикру мулохизаҳои омӯзгорон дар бораи шароити меҳнат дар муассисаҳои таълимии миёна, дар бораи имкониятҳои ҳалли ихтилофҳои гуногун, аҳамияти меҳнат, дар бораи тадбирҳои бехтар намудани солимии равонӣ ва ғайра инъикос ёфтаанд. Дар натиҷаи пурсиш таносуби миёнаи 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: $\chi^2_{Emp} = 0$, $p > 0,05$) дар шароити қори 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 қадом 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 муҳимест, ки ба солимии равонии омӯзгороне, ки дар синфҳои миёна дарс мегуянд, мусоидат мекунад. Неқӯаҳволии равонӣ (ҳамчун ҳолати рӯҳӣ 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 пешгирӣ ва рушди саломатии омӯзгорон дар ҳама ҷанбаҳои истифода шаванд.

ХУЛОСА

Натиҷаҳои асосии илмӣ таҳқиқот

Нуқтаҳои асосии илмӣ натиҷаҳои таҳқиқот чунин ишора мекунем:

1. Қори диссертатсионӣ исбот кард, ки гарчанде солимии равонӣ таърихан ҳамчун аз як ҷанбаи беморҳои рӯҳӣ (масалан, депрессия, изтироб ва ғ.) баррасӣ мешуд, ҷомеаи илмӣ дарк кардааст, ки солимии равонӣ на танҳо набудани беморӣ, аммо ва доштани малақаҳои зарурӣ барои мубориза бо мушкилоти зиндагиро инъикос менамояд;
2. Хонандагон вақти зиёдеро дар таҳсилоти миёна мегузаронанд ва омӯзгорон метавонанд талаботҳои онҳоро қонеъ созанд. Ин инкишоф додани қобилият ҳам барои мусоидат ба саломатии табиӣ равонии хонандагон ва воқуниш ба хонандагоне, ки аз мушкилоти шадидтари солимии равонӣ азоб мекашанд, талаб мекунад, ки имрӯзҳо афзоиш меёбанд. Аммо, чунон ки аз 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 дар 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 натоқи ин пажӯҳиш нишон медиҳад, ки омӯзгорӣ як пешаи серталаб боқӣ мемонад ва дараҷаи муайяни фишори омӯзгорон бахше аз таҷрибаи ҳамарӯзаи мактабҳои миёна аст;
4. Натиҷаҳои нишон доданд, ки тамоюли афзоянда ба шаклҳои пасивии зиндамонӣ манзараро пурра мекунад: шаклҳои пасивии зиндамонӣ афзалтар дар ҳолатҳои интиҳоб қарда мешаванд, ки салоҳиятҳои шахсии шахс барои ҳалли фаъолонаи масъала нокифояанд 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 на бештар шахсият, балки муассисаи таҳсилоти миёна ҳамчун як гурӯҳи калон, яъне гурӯҳҳои гуногуни иҷтимоие, ки дар фаъолияти муассисаҳои таълимии таҳсилоти миёнаи умумӣ иштирок мекунад, ба назар гирифта мешавад. муассиса ҳам дар дохил ва ҳам то андозае берун аз он: яъне. волидон ва шарикони доимӣ.

6. 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 хатарҳои таълим ба назар гирифта шуданд, ки ба воситаи мониторинги саломатӣ мувофиқанд ва дар асоси мафҳуми васеи саломатӣ нишондиҳандаҳои сатҳи неқӯаҳволӣ дар таълим дохил карда шуданд. .

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

Хулосаи рисола дорои хулосаҳои мебошад, ки фарзияҳо ва дурустии муқаррароти барои дифоъ пешниҳодшударо тасдиқ мекунад.

Тавсияҳо барои истифодаи амалии натиҷаҳо

Дар асоси натиҷаҳои бадастомада мо метавонем тавсияҳои худро оид ба беҳтар намудани солимии равонӣ дар шароитҳои зерин мураттаб созем: ба мақсад мувофиқ аст, ки стратегияҳои, ки иштироки омӯзгоронро дар идоракунии беҳатарӣ ва ҳифзи меҳнат ҳавасманд менамунд; имконоти омӯзгорони муассисаҳои таълимии ноҳияро дар идоракунии равандҳои беҳатари меҳнат ва тарзи ҳаёти солим васеъ кардан зарур аст; Корхоро дар ин самт ҷиҳати таҳкими стратегияи даҳолат ва беҳбуди шароити кор ва саломатии омӯзгорон идома додан лозим аст, ки имкони такмили пайвастаи раванди кор ва арзиши изофӣ барои фароҳам овардани фазои мусбӣ дар муассисаҳои таҳсилоти ҳамагонӣ мебошад. Дар бобати ташкили кор низоми нави маъмуриро аз нав дида баромадан лозим аст, ки дар онҳо барои истироҳат ва пур кардани қобилияти меҳнатии муаллимон ҷойҳо фароҳам оварда шаванд.

ФЕҲРИСТИ ИНТИШОРОТИ ДОВТАЛАБИ ДАРЁФТИ ДАРАҶАИ ИЛМӢ

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

1. [1-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. ISSN 2074-1847.

2. [2-М]. Курбонов Н.Х. Психофизиологическое здоровье педагога как фактор развития его профессиональной деятельности [Текст] / Курбонов Н.Х. // Паёми донишгоҳи миллии Тоҷикистон, 2023. №9. – С. 251-258.
3. [3-М]. Курбонов Н.Х. Проблема психологического здоровья педагога средних общеобразовательных учреждений в образовательном пространстве Таджикистана [Текст] / Курбонов Н.Х. // Паёми Пажухишгоҳи рушди маориф, 2023. №3 (43). С. 88-98.
4. [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. Маърӯзаҳо дар конфронсиҳои илмӣ байналмилалӣ, ҷумҳуриявӣ ва минтақавӣ:

5. [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. [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. [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 сах. 45-50
8. [8-М] Факторы психологического выгорания педагога. Конференсияи ҷумҳуриявӣ илмӣ-амалии дар мавзӯи «Асосҳои илмӣ-амалии фаъолияти психолог дар Ҷумҳурии Тоҷикистон». Душанбе-2023 сах. 3-5
9. [9-М] Семья, семейные отношения и их роль в психологическом выгорание педагогов. Маводи конференсияи илмӣ-амалии ҷумҳуриявӣ дар мавзӯи «Масъалаҳои иҷтимоӣ-психологии ОИЛАИ МУОСИР ва роҳҳои таъмини устувории он» Душанбе-2023 сах. 152-159
10. [10-М] Психологический климат как основной фактор в сохранения психологического здоровья педагогов Конференсияи илмӣ-амалии ҷумҳуриявӣ дар мавзӯи «Нақш ва аҳамияти хадамоти психологӣ дар муассисаҳои таълимӣ дар пешбурд ва рушди раванди таълиму тарбия» Душанбе-2024 сах.122-126
11. [11-М] Солимии равонии омӯзгор ҳамчун шартҳои фаъолияти самаранок Конференсияи байналмилалӣ дар мавзӯи «Рушди забони ишора ва таҳсилоти фарогир, мушкilot ва роҳҳои ҳалли он дар ҷаҳони муосир» Душанбе-2024 сах.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 (Гиссар и Рудаки).

Диссертационное исследование содержит введение, две главы, заключение и 7 приложений. Список использованной литературы включает 213 источника, в том числе 10 на иностранных языках. В работе содержится 4 таблиц, объем работы составляет 175 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 Курбонов Н.Х. «Шароитҳои иҷтимоӣ-психологӣ ҳифзи солимии равонии омӯзгорони муассисаҳои таҳсилоти миёнаи умумии Тоҷикистон» барои дарёфти унвони илмии номзади илмҳои психология аз рӯи ихтисоси 19.00.05 – Психологияи иҷтимоӣ (илмҳои психологӣ)

Таҳқиқот ба омӯзиши мушкилоти солимии психологӣ омӯзгор ва ҷузъҳои 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 муайян карда шудаанд, асосҳои иҷтимоӣ-психологӣ ва ҳуқуқии таъмини некӯаҳволии равонии омӯзгорон муайян карда мешаванд. Бундан ва саломатии омӯзгорони муассисаҳои таълимии миёнаи шаҳри Душанбе ва районҳои тобеи республика (Ҳисор) асоснок карда шудаанд ва Рудақӣ).

Таҳқиқоти диссертатсия аз муқаддима, ду боб, хулоса ва 7 замима иборат аст. Рӯйхати адабиёти истифодашуда 213 сарчашма, аз ҷумла 10 адад ба забонҳои хориҷӣ мебошад. Асар аз 4 ҷадвал иборат буда, ҳаҷми ҷор 175 саҳифа мебошад.

Муқаддима аҳамияти мавзӯи рисоларо асоснок мекунад, проблемаи таҳқиқот, асосҳои назариявӣ ва методологияи таҳқиқот ва усулҳои ҳалли масъаларо ошкор мекунад, объект, мавзӯ, мақсад, вазифаҳо ва гипотезаҳои таҳқиқотро нишон медиҳад, наоварии илмиро муайян мекунад; аҳамияти назариявӣ ва амалии ҷор, дар бораи санҷиши натиҷаҳои таҳқиқот маълумот медиҳад, муқаррароти барои дифоъ пешниҳодшударо таҳия мекунад.

Дар боби якум — «Муносибати назариявӣ ва методологӣ ба таҳлили шароити муҳофизати муҳити психологӣ педагогӣ ва солимии равонии омӯзгорон (педагогҳо) равишҳои асосии назариявии муайян кардани мафҳуми «саломатии равонии омӯзгор» ва ҷузъҳои он, омилҳо ва меъёрҳои асосии муайян кардани солимии равонии омӯзгор, фазои таълимӣ ва фазои психологиро дар мазмуни проблемаи ниғадории тандурустии омӯзгорон.

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

Хулоса рисола муҳтасари корхоеро, ки мувофиқи мақсад, гипотеза ва вазифаҳои таҳқиқот анҷом дода шудаанд; натиҷаҳои асосии илмӣ, ки дурустии гипотезаи ба миён гузошташударо тасдиқ мекунанд, ҷамъбаст карда шудаанд.

Дар *замимаҳо* маводҳо аз асбобҳои таҳқиқӣ, натиҷаҳои таҷрибавии анкета, инчунин маводҳои, ки раванди таълими барномаи дар рисола пешниҳодшударо ҳамроҳӣ мекунанд, оварда шудаанд.

Калидвожаҳо: солимии психологӣ, фазои психологӣ педагогӣ, некӯаҳволии 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) are substantiated and Rudaki).

The dissertation research contains an introduction, two chapters, a conclusion and 7 appendices. The list of used literature includes 213 sources, including 10 in foreign languages. The work contains 42 tables, the volume of work is 175 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