

**BUXORO DAVLAT UNIVERSITETI HUZURIDAGI
ILMIY DARAJALAR BERUVCHI PhD.03/27.09.2024.Ped.72.09
RAQAMLI ILMIY KENGASH**

BUXORO DAVLAT PEDAGOGIKA INSTITUTI

SHABONOVA SHAXNOZA BAXRIDDINOVNA

**BO‘LAJAK INGLIZ TILI O‘QITUVCHILARINING HISSIY
BARQARORLIGINI SHAKLLANTIRISHNING METODIK
IMKONIYATLARI**

13.00.02- Ta’lim va tarbiya nazariyasi va metodikasi (ingliz tili)

**Pedagogika fanlari bo‘yicha falsafa doktori (PhD) dissertatsiyasi
AVTOREFERATI**

Buxoro – 2025

**Pedagogika fanlari bo‘yicha falsafa doktori (PhD) dissertatsiyasi avtoreferati
mundarijasi**

**Оглавление автореферата диссертации доктора философии (PhD)
по педагогическим наукам**

**Contents of the dissertation abstract of Doctor of Philosophy (PhD) on
pedagogical sciences**

Shabonova Shaxnoza Baxriddinovna

Bo‘lajak ingliz tili o‘qituvchilarining hissiy barqarorligini shakllantirishning
metodik imkoniyatlari 3

Шабонова Шахноза Бахриддиновна.

Методические возможности формирования эмоциональной устойчивости
будущих учителей английского языка 27

Shabonova Shakhnoza Bakhriddinovna

Methodological possibilities for developing emotional stability in future English
teachers 53

E‘lon qilingan ishlar ro‘yxati

Список опубликованных работ

List of published works 57

**BUXORO DAVLAT UNIVERSITETI HUZURIDAGI
ILMIY DARAJALAR BERUVCHI PhD.03/27.09.2024.Ped.72.09
RAQAMLI ILMIY KENGASH**

BUXORO DAVLAT PEDAGOGIKA INSTITUTI

SHABONOVA SHAXNOZA BAXRIDDINOVNA

**BO‘LAJAK INGLIZ TILI O‘QITUVCHILARINING HISSIY
BARQARORLIGINI SHAKLLANTIRISHNING METODIK
IMKONIYATLARI**

13.00.02- Ta’lim va tarbiya nazariyasi va metodikasi (ingliz tili)

**Pedagogika fanlari bo‘yicha falsafa doktori (PhD) dissertatsiyasi
AVTOREFERATI**

Buxoro – 2025

Falsafa doktori (PhD) dissertatsiyasi mavzusi O'zbekiston Respublikasi Vazirlar Mahkamasi huzuridagi Oliy attestatsiya komissiyasida B2025.1.PhD/Ped9542 raqam bilan ro'yxatga olingan.

Dissertatsiya Buxoro davlat pedagogika institutida bajarilgan.

Dissertatsiya avtoreferati uch tilda (o'zbek, ingliz, rus (rezyume) Ilmiy kengashning veb-sahifasida (www.buxdu.uz) hamda "ZiyoNet" axborot-ta'lim portali – www.ziynet.uz manzillariga joylashtirilgan.

Ilmiy rahbar:

Qo'ldoshev Rustambek Avezmurodovich
pedagogika fanlari doktori (DSc), professor

Rasmiy opponentlar:

Qurbonova Gulnoz Ne'matovna
pedagogika fanlari doktori (DSc), professor

Xajiyeva Feruza Melsovna
filologiya fanlari doktori (DSc), professor

Yetakchi tashkilot:

Urganch davlat universiteti

Dissertatsiya himoyasi Buxoro davlat universiteti huzuridagi ilmiy darajalar beruvchi PhD.03/27.09.2024.Ped.72.09 raqamli Ilmiy kengashning 2025-yil "1" noyabr kuni soat 9⁰⁰ dagi majlisida bo'lib o'tadi. (Manzil: 200118, Buxoro shahri, M.Iqbol ko'chasi, 11-uy. Tel.: +99865 221-29-14; faks: +99865 221-27-07, e-mail: buxdu_rektor@buxdu.uz)

Dissertatsiya bilan Buxoro davlat universiteti Axborot-resurs markazida tanishish mumkin (_____ raqami bilan ro'yxatga olingan). Manzil: 200118, Buxoro shahri, M.Iqbol ko'chasi, 11-uy. Tel.: +99865 221-29-14.

Dissertatsiya avtoreferati 2025- yil "21" oktabr kuni tarqatildi.

(2025-yil "21" oktabr dagi 7 -raqamli reyestr bayonnomasi).



G.V.Izbullayeva

Ilmiy darajalar beruvchi ilmiy kengash raisi, pedagogika fanlari doktori (DSc), professor

Y.B.Ro'ziyev

Ilmiy darajalar beruvchi ilmiy kengash kotibi, filologiya fanlari doktori (DSc), dotsent

Sh.Sh.Olimov

Ilmiy darajalar beruvchi ilmiy kengash qoshidagi ilmiy seminar raisi, pedagogika fanlari doktori, professor

KIRISH

Dissertatsiya mavzusining dolzarbligi va zarurati. Jahonda rivojlangan mamlakatlar ta'lim tizimida o'qituvchining hissiy barqarorligi, chidamliligi, bardoshliligi pedagogik jarayonning samaradorligini belgilovchi omillardan biri sifatida e'tirof etilmoqda. Ta'lim sifatini belgilovchi mezonlardan biri o'quvchi va o'qituvchi o'rtasidagi sog'lom, barqaror munosabatlar, o'qituvchining ta'lim jarayonini samarali tashkil etish qobiliyati, hissiy zo'riqishlarga bardosh berish holati orqali belgilanadi. Finlyandiya, Kanada, Yaponiya, Germaniya kabi rivojlangan mamlakatlarda pedagoglarni kasbiy tayyorlashda hissiy barqarorlik maxsus dasturlar orqali shakllantirilib, bu o'qitish shakli ta'lim jarayonining asosiy mezoni sifatida qaraladi. Jahon ta'lim amaliyotida o'qituvchining hissiy barqarorligi, psixik holati, o'quvchilarning sog'lom ijobiy muhitini ta'minlash emotsional layoqat bilan bevosita bog'liq. Bo'lajak ingliz tili o'qituvchilarining hissiy barqarorligini shakllantirishda bevosita ta'lim mazmunini takomillashtirish, kasbiy kompetensiyalarini rivojlantirish, innovatsion dars shakllari va texnologiyalarini ishlab chiqish muhim ahamiyat kasb etadi.

Dunyo mamlakatlari o'rtasida globallashuv jarayonining kengayishi, ingliz tiliga bo'lgan qiziqishning oshib borishi bo'lajak o'qituvchilarning kasbiy kompetensiyasini rivojlantirishni taqazo etmoqda. YUNESCO kabi xalqaro ta'lim tashkiloti va SEL (Social and Emotional Learning) dasturlari tomonidan o'qituvchilarda hissiy barqarorlikni shakllantirish bo'yicha zamonaviy texnologiyarni ishlab chiqmoqda. Bu texnologiyalar o'qituvchini bilim beruvchi emas, balki barqaror psixologik holatni ta'minlay oladigan shaxs sifatida shakllanishini nazarda tutadi. Ingliz tilini o'qitishda dunyo bo'yicha olib borilgan tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, xorijiy tillarni o'rganish jarayonida o'quvchilar emotsional bloklarga: xavotirga, tilni o'zlashtirmaslik va qo'rquvga duch kelishi kabi muammolar o'qituvchining hissiy barqarorligini talab etadi.

Mamlakatimizda ijtimoiy-iqtisodiy rivojlanishning ustuvor yo'nalishlariga hamda xalqaro standart talablariga mos keladigan oliy ta'lim tizimini yaratish bo'yicha keng ko'lamli islohotlar amalga oshirilmoqda. Xususan, "O'zbekiston Respublikasi xalq ta'limi tizimini 2030-yilgacha rivojlantirish Konsepsiyasi..."da "...uzluksiz ta'lim tizimi sifatini oshirish, o'qitish metodikalarini takomillashtirish, ta'lim-tarbiya jarayonini individuallashtirish tamoyillarini bosqichma-bosqich amalga oshirish, o'quv jarayoniga innovatsion loyihalarni olib kirish..."¹ kabi vazifalar ijrosini ta'minlash muhim ahamiyat kasb etadi. Ta'lim jarayonida o'qituvchilarning hissiy barqarorligi, psixologik tayyorgarligi, ingliz tilini o'rganuvchilarning hissiy barqarorligi, o'zaro ishonch, motivatsiya va bilimga bo'lgan munosabatga ijobiy ta'sir ko'rsatadi. Shu sababli, oliy ta'lim muassasalarida bo'lajak ingliz tili o'qituvchilarini tayyorlashda hissiy barqarorlikni shakllantirishga qaratilgan metodik tizimni ishlab chiqish va amaliyotga tadbiiq etish muhim ilmiy-

¹ O'zbekiston Respublikasi xalq ta'limi tizimini 2030-yilgacha rivojlantirish Konsepsiyasini tasdiqlash to'g'risida O'zbekiston Respublikasi Prezidentining Farmoni, 29.04.2019-yildagi PF-5712-son

amaliy masalaga aylanmoqda. Jumladan, ingliz tilini o'qitish jarayoniga zamonaviy metodikalar va innovatsion pedagogik texnologiyalarni joriy etish dolzarb ahamiyat kasb etadi.

O'zbekiston Respublikasi Prezidentining 2022-yil 28-yanvardagi PF-60-son "2022-2026-yillarga mo'ljallangan Yangi O'zbekistonning taraqqiyot strategiyasi to'g'risida"gi Farmon, 2018-yil 5-iyundagi PQ-3775-son "Oliy ta'lim muassasalarida ta'lim sifatini oshirish va ularning mamlakatda amalga oshirilayotgan keng qamrovli islohotlarda faol ishtirokini ta'minlash bo'yicha qo'shimcha chora-tadbirlar to'g'risida", 2019-yil 8-oktabrdagi PF-5847-son "O'zbekiston Respublikasi oliy ta'lim tizimini 2030-yilgacha rivojlantirish konsepsiyasini tasdiqlash to'g'risida", 2021-yil 19-maydagi PQ-5117-son "O'zbekiston Respublikasida xorijiy tillarni o'rganishni ommalashtirish faoliyatini sifat jihatidan yangi bosqichga olib chiqish chora-tadbirlari to'g'risida"gi qarorlari, Vazirlar Mahkamasining 2017-yil 11-avgustdagi 610-son "Ta'lim muassasalarida chet tillarini o'qitishning sifatini yanada takomillashtirish chora-tadbirlari to'g'risida"gi qarori hamda mazkur sohaga tegishli boshqa me'yoriy-huquqiy hujjatlarda belgilangan vazifalarni amalga oshirishda mazkur dissertatsiya tadqiqoti muayyan darajada xizmat qiladi.

Tadqiqotning respublika fan va texnologiyalari rivojlanishining ustuvor yo'nalishlariga mosligi. Dissertatsiya tadqiqoti fan va texnologiyalarni rivojlantirishning "I. Axborotlashgan jamiyat va demokratik davlatni ijtimoiy, huquqiy, iqtisodiy, madaniy, ma'naviy-ma'rifiy rivojlantirishda innovatsion g'oyalar tizimini shakllantirish va ularni amalga oshirish yo'llari" ustuvor yo'nalishi doirasida bajarilgan.

Muammoning o'rganilganlik darajasi. Mamlakatimiz olimlari tomonidan bo'lajak o'qituvchilarning hissiy barqarorligini, ingliz tili o'qituvchisining kasbiy ko'nikmalarini shakllantirish, pedagoglarning ijtimoiy-psixologik holatiga doir ilmiy tadqiqotlar amalga oshirilgan. Jumladan, G.X.Bakiyeva, L.T.Axmedova, J.J.Jalolov, F.M.Rashidova²lar tomonidan hissiy barqarorlik muammosi tadqiq etilgan. Bo'lajak ingliz tili o'qituvchisining kasbiy ko'nikmalarini shakllantirish muammosi T.K.Sattarov, X.D.Paluanova, D.R.Djumanova, D.U.Xoshimova, B.G.Kulmatov, M.A.Nazarova, B.R.Samatova, M.R.Fayzieva, F.Sh.Alimov³larning izlanishlarida tadqiq qilingan.

² Бакиева Г.Х. Узбекский язык для стран СНГ. – Москва: МГЛУ, 2012. – 120 с., Ахмедова Л.Т. Теория и практика обучения профессиональной русской речи студентов-филологов. –Т.: Fan va texnologiya, 2013. – 200 с., Жалолов Ж. Чет тил ўқитиш методикаси. – Тошкент, 2012. – 430 б., Рашидова Ф.М. Совершенствование концептуально-методических основ внедрения в систему непрерывного образования Узбекистана (на примере английского языка). Дисс. ... докт. пед. наук. – Т.: 2017. – 309 с.

³ Саттаров Т.К. Формирование профессиональных умений будущего учителя иностранного языка на практических занятиях по специальности (на материале английского языка): Автореф.дис...д-ра пед.наук. –Ташкент, 2000. – 32 с., Палуанова Х.Д. Инглиз, ўзбек, рус ва қорақалпоқ тилларида экологик терминларнинг деривацион-семантик принциплари: Автореф. дисс. ... филол.фан. докт. – Тошкент, 2016. – 28 б., Джуманова Д.Р. Фонологическая модель слова в условиях языкового контактирования.: Дис. докт. фил.наук. – Ташкент, 2016. – 266 с., Хошимова Д.У. Лингводидактические основы изучения лакун в контексте современного функционирования русского языка и межязыковых взаимодействий: Дис. ... докт. пед. наук. – Ташкент, 2007. – 209 с., Кулматов Б.Г. Инглиз тилини инновацион технологиялар ёрдамида ўқитишда CEFR мезонларидан фойдаланишнинг назарий асосларини такомиллаштириш. Пед. фан. бўй. фал. д-ри (PhD) дисс. ... автореф. –Т.: 2018. – 45 б., Назарова М.А. Инглиз тилидаги матнларни ўқишда талабаларни лексик полисемияга ўргатишни такомиллаштириш. Педагог. фан.д-ри. ... дисс. автореф. –Т.: 2018. –42 б., Саматова Б.Р. Инглиз тилини ўқитишда нофилологик йўналиш талабаларининг мотивацияси (юриспруденция йўналиши талабалари. 150 б.; Файзиева

Mustaqil Davlatlar Hamdo'stligi mamlakatlari olimlaridan A.V.Savchenkova, V.E.Medvedeva, E.M.Semenova, A.A.Chernikova, O.A.Kazakova, S.M.Abramov, I.A.Ivanova, Y.B.Abakumova, A.Y.Ayzenberg, L.G.Juk, V.N.Maksimova, M.I.Maxmutov, G.I.Ruzavin, G.V.Ayzenk, K.K. Platonov⁴lar bo'jak o'qituvchilarda intellekt va bardoshlilikni shakllantirishga doir tadqiqotlarni amalga oshirgan.

Xorijlik olimlardan W.Atkinson, Derek Anthony Cabrera, D.Q.McInerny, C.McGuinness, J.A.Belz, B.S.Bloom, P.Boyd, E.White, A.Szplit, Doff Adrian⁵lar o'qituvchilarni tayyorlashda hissiy barqarorlik, emotsional regulatsiya xususiyatlarining buzulishlari, shaxsning psixik rivojlanishdagi muammolar bilan bog'liq bo'lgan tadqiqotlarni amalga oshirgan.

Soha olimlari tomonidan tadqiq etilayotgan muammoning metodik jihatlarini yuzasidan turli tadqiqotlar olib borilgan bo'lsada, biz tadqiq qilayotgan muammo, ya'ni bo'lajak ingliz tili o'qituvchilarining hissiy barqarorligini shakllantirish masalasi alohida monografik tadqiqot sifatida o'rganilmagan.

Dissertatsiya tadqiqotining dissertatsiya bajarilgan oliy ta'lim muassasasining ilmiy-tadqiqot ishlari rejalari bilan bog'liqligi. Dissertatsiya Buxoro davlat pedagogika instituti ilmiy-tadqiqot ishlari rejasiga muvofiq "Pedagogika sohasiga oid muammolarni bartaraf etish hamda zamonaviy

M.P. «Ўқув жараёнига мослашувчи WEB тизимларни яратиш» педагогика фанлари бўйича фалсафа доктори (phd) дисс. ... автореф. Тошкент, 2017. – 45 с., Alimov F.Sh. Ingliz tilida yozuv kompetensiyasini shakllantirish. Avtoref. Diss. ... ped.fan. falsafa dok. – Toshkent, 2018;

⁴ Савченкова А.В. Эмоциональный интеллект и стрессоустойчивость: подходы к формированию у будущих учителей. // Вестник педагогических исследований. – 2022. – №2(58). – С. 45–52., Медведова В.Е. Психологическая устойчивость и профессиональное выгорание педагогов. – Санкт-Петербург: Речь, 2020. – 176 с., Семёнова Е.М. Современные технологии развития эмоциональной устойчивости у преподавателей. – Екатеринбург: Изд-во Уральского университета, 2023. – 192 с., Черникова А.А. Диагностика и коррекция эмоциональной неустойчивости у педагогических работников. // Наука и образование: современные тенденции. – 2024. – №4. – С. 88–94., Казакова О.А. Развитие эмоциональной устойчивости педагогов в условиях профессиональной деятельности: монография. – Москва: Просвещение, 2021. – 208 с., Абрамов С.М. Воспитание образовательной самостоятельности студентов гуманитарных вузов в процессе дистанционного обучения: автореф. дисс. ... канд. пед. наук: – Екатеринбург, 2003. – 228 с., Иванова И.А. Самостоятельная работа как условие развития индивидуальности студентов педагогических вузов: дисс. канд. пед. наук: – Волгоград, 2008. – 191 с., Абакумова Е.Б. Теория вопроса самообразования в философской, психолого – педагогической и социологической литературе / Е. Б. Абакумова // Актуальные задачи педагогики: сбор. матер. междуна. заочной науч. конф. – Чита: Молодой ученый, 2012., Айзенберг А.Я. Самообразование: история, теория и современные проблемы / А.Я. Айзенберг. – М.: Высшая школа, 1986. – 128 с., Жук Л.Г. Интернет – технологии как средство организации самостоятельной работы студентов технических вузов: на материале обучения иностранному языку: дисс. ... канд. пед. наук: – СПб., 2006. – 265 с., Максимова В.Н. Меж предметные связи в процессе обучения /Москва: Просвещение, 1988. – 192 с., Махмутов М.И. Современный урок. Вопросы теории: Монография. 2-е изд., испр. и доп. – Москва: Педагогика, 1986. – 184 с., Рузавин Г.И. Концепции современного естествознания: Учебник для вузов. – Москва: ЮНИТИ, 2000. – 287 с., Айзенк Г. В. Психология индивидуальности. Факторные теории личности/Ганс Юрген Айзенк и Гордон Виллард Олпорт //М.: Юстицинформ.-95 с. – 2002., Platonov K. K. The problem of personality in social psychology //Soviet Psychology. – 1972. – Т. 11. – №. 1. – С. 123-138.

⁵Atkinson W. William The Art of Logical Thinking / William W. Atkinson. – NC.: LuluPress, 2012. – 227 p., Derek Anthony Cabrera. Systems thinking. A Dissertation Presented to the Faculty of the Graduate School of Cornell University in Partial Fulfillment of the Requirements for the Degree of Doctor of Philosophy. 2006., McInerny D.Q. Being Logical: A Guide to Good Thinking / D.Q.McInerny. – Los Angeles:the Hardcover edition, 012. – 301 p., McGuinness, C. From thinking skills to thinking classrooms. Research brief, 1999. – 115 p., Belz J.A., Thorne S.L. Computer mediated Intercultural Foreign Language Education. Boston, MA: Heinle & Heinle, 2006., Bloom B. S. Taxonomy of educational objectives. Volume II: The Affective Domain / B. S. Bloom, B. B. Masia, D. K. Krathwohl. New York: Mckay, 1964., Bloom, B.S.(Ed.).1956. Taxonomy of educational objectives: The classification of educational goals: Handbook I. cognitive domain. NewYork: Longman., Boyd, P. & White, E. (2017). Teacher Educator Professional Inquiry in an Age of Accountability. In: Boyd, P. & Szplit, A. (eds.) Teacher and Teacher Educator Inquiry: International Perspectives. Kraków: Attyka, Bullock, S. M., & Christou, T. (2009). Exploring the radical middle between theory and practice: A collaborative self – study of beginning teacher educators. Studying Teacher Education, 5(1), 75–88., Doff Adrian. Teach English. Cambridge University Press in association with the British Council, 2004.,

yondashuvlarni amaliyotga joriy etish” (2022-2025-yillar)ga mo‘ljallangan ilmiy-tadqiqot rejasi doirasida bajarilgan.

Tadqiqotning maqsadi bo‘lajak ingliz tili o‘qituvchilarining hissiy barqarorligini shakllantirish metodikasi bo‘yicha uslubiy tavsiyalar ishlab chiqishdan iborat.

Tadqiqotning vazifalari:

bo‘lajak ingliz tili o‘qituvchilarida hissiy barqarorlikni shakllantirishning amaldagi holatini aniqlash;

bo‘lajak ingliz tili o‘qituvchilarining hissiy barqarorligini shakllantirishning innovatsion usuli va topshiriqlarni takomillashtirish;

bo‘lajak ingliz tili o‘qituvchisining hissiy barqarorligini shakllantirishga asoslangan ta’limning interaktiv muhitiga moslashuvchanligi va adaptiv hamda amaliy yo‘nalganlik tamoyillarini rivojlantirish metodikasini takomillashtirish;

bo‘lajak ingliz tili o‘qituvchilarining hissiy barqarorligini shakllantirishning didaktik va metodik ta’minotini ishlab chiqish.

Tadqiqotning obyekti sifatida bo‘lajak ingliz tili o‘qituvchisining hissiy barqarorligini shakllantirish jarayoni tanlab olinib, tajriba-sinov ishlari uchun Buxoro davlat pedagogika instituti, Navoiy davlat universiteti, Qarshi davlat universitetlaridan 585 nafar talaba jalb qilingan.

Tadqiqot predmeti bo‘lajak ingliz tili o‘qituvchilarining hissiy barqarorligini shakllantirishning mazmuni, shakl, usul va vositalari hisoblanadi.

Tadqiqotning usullari. Tadqiqot jarayonida mavzuga oid ta’lim-tarbiya jarayonini kuzatish, falsafiy, pedagogik, psixologik, qiyosiy tahlil, suhbat, anketa, savol-javob, test, matematik-statistik tahlil, anketa-so‘rovnoma usullaridan foydalanilgan.

Tadqiqotning ilmiy yangiligi quyidagilardan iborat:

bo‘lajak ingliz tili o‘qituvchilarida hissiy barqarorlikni shakllantirish mazmuni innovatsion ta’lim muhitini yaratish, refleksiv-kognitiv motivatsiyali tamoyillar integratsiyasi va refleksiv aloqalarni ta’minlash o‘qituvchi faoliyatining amaldagi holatini prognozlash asosida aniqlashtirilgan;

ingliz tili o‘qituvchilari hissiy barqarorligini shakllantirishning turli darajadagi (“obyekt-obyekt”, “obyekt-subyekt”, “subyekt-subyekt”) ishlab chiqilgan topshiriqlar asosida intellektual salohiyati, kreativ fikrlashi, kasbiy-ijodiy faolligini qo‘llab-quvvatlashni rivojlantirishning ilmiy-metodik ta’minoti takomillashtirilgan.

bo‘lajak ingliz tili o‘qituvchisining hissiy barqarorligini shakllantirishning tarkibiy asoslari (mazmuni, maqsadi va vazifalari) hamda ta’limning interaktiv muhitiga moslashuvchanligini adaptiv va amaliy yo‘nalganlik tamoyillari asosida rivojlantirish, o‘quv-biluv topshiriqlarini yaratishga qo‘yiladigan kompetensiyalarini takomillashtirishga qaratilgan metodik talablar hamda ingliz tili darslarini refleksiv moslashtirish asosida shakllantirilgan.

bo‘lajak ingliz tili o‘qituvchilarining hissiy barqarorligini shakllantirish vositasi reproduktiv, produktiv, izlanishli, ijodiy mazmundagi faoliyat asosida o‘qituvchilarning ingliz tili fani bo‘yicha bilim, ko‘nikma, malakalarini samarali egallashga yo‘naltirilgan didaktik va metodik ta’minot yaratilgan.

Tadqiqotning amaliy natijalari quyidagilardan iborat:

bo'lajak ingliz tili o'qituvchilarida hissiy barqarorlikning shakllanish masalalari bo'yicha 60111800- Xorijiy til va adabiyoti (ingliz tili) va 60112600 – Maktabgacha va boshlang'ich ta'limda xorijiy til (ingliz tili) yo'nalish talabalari uchun mo'ljallangan "Methodology of teaching English" nomli o'quv qo'llanma nashr etilgan.

bo'lajak ingliz tili o'qituvchilarining hissiy barqarorligini shakllantirish darajasini aniqlashga xizmat qiluvchi "Write it right: practical guide to task 1" nomi metodik qo'llanma chop etilgan.

bo'lajak ingliz tili o'qituvchilarida hissiy barqarorlikning shakllanish va muammoli izlanishli kreativ mazmunni ask ettiruvchi "Koping strategiyalari indikatori" asosida topshiriqlar tizimi ishlab chiqilgan.

bo'lajak ingliz tili o'qituvchilarining hissiy barqarorligini shakllantirish va ularning barqarorligini ta'minlash yuzasidan stressni diagnostika qilish metodikasi amaliyotga tadbiq etilgan.

Tadqiqot natijalarining ishonchliligi tadqiq etilayotgan muammoga metodik hamda ilmiy-pedagogik yondashuv tadqiqot maqsadi, obyekti, predmeti, vazifalariga mos keluvchi metodlar majmuasidan foydalanilganligi, tajriba-sinov natijalari statistik ma'lumotlarga tayanilganligi va matematik statistik jihatdan qayta ishlanganligi hamda mavzu yuzasidan chop etilgan ishlar mazmuniga ko'ra tasdiqlanadi. Shuningdek, tadqiqot muammosiga tizimli va izchil yondashuv, loyihalashning mantiqiyliigi, tajriba-sinov natijalari va ularning pedagogik tadqiqotlarga qo'yiladigan zamonaviy talablarga mosligi, real pedagogik amaliyot va pedagogik tajriba tahlili, tadqiqotning mantiqiy asoslangan dasturi, qo'yilgan maqsadga erishish hamda tadqiqot vazifalarini hal qilish uchun kompetentlilik, tizimli yondashuv, bo'lajak ingliz tili o'qituvchilarida hissiy barqarorlikni shakllantirish, integrativlik tamoyillarining qo'llanganligi, tajriba-sinov natijalari va ularning pedagogik tadqiqotlarga qo'yiladigan zamonaviy talablarga aloqadorligi, pedagogik faoliyat jarayonida o'qituvchining hissiy barqarorligini shakllantirish va rivojlantirishning o'ziga xos xususiyatlarining holatini bevosita kuzatish va o'rganish bilan belgilanadi.

Tadqiqot natijalarining ilmiy va amaliy ahamiyati.

Tadqiqot natijasida talabalarni kasbiy tayyorlash jarayonini tashkil etishda o'quv jarayonini takomillashtirishga xizmat qiluvchi, bo'lajak ingliz tili o'qituvchilarida hissiy barqarorlikni shakllantirish va rivojlantirish salohiyatiga ega bo'lgan metodik materiallar, ilmiy-pedagogik qarashlar, nazariy yondashuvlar bilan boyitildi. Shuningdek, bo'lajak ingliz tili o'qituvchilarida hissiy barqarorlikni shakllantirish va rivojlantirish jarayoni mazmuni, o'ziga xos xususiyatlari, uni tashkil etish yo'llari, shakl va metodlari, hissiy barqarorlik jarayonini tashkil etishga oid ilmiy-metodik tavsiyalardan ta'lim jarayonida foydalanildi.

Dissertatsiya ishida ilmiy-amaliy asoslangan yondashuv va tavsiyalardan bo'lajak ingliz tili o'qituvchilarida hissiy barqarorlikni shakllantirish jarayonini tashkil etish, mazmunini boyitish, sifat va samaradorligini ta'minlash hamda tadqiqot natijasida ishlab chiqilgan hissiy barqarorlikni shakllantirish konsepsiyasi,

prinsiplari va vositalari, bo'lajak ingliz tili o'qituvchisining hissiy barqarorligini shakllantirish va rivojlantirish darajasini aniqlashda, bo'lajak ingliz tili o'qituvchilarining malakasini oshirishda, ingliz tiliga oid darslik va qo'llanmalarni yozishga doir yo'riqnomalar ishlab chiqildi.

Tadqiqot natijalarining joriy qilinishi. Olingan ilmiy natijalar quyidagi ishlarda joriylangan:

bo'lajak ingliz tili o'qituvchilarida hissiy barqarorlikni shakllantirish mazmuni innovatsion ta'lim muhitini yaratish, refleksiv-kognitiv motivatsiyali tamoyillar integratsiyasi va refleksiv aloqalarni ta'minlash o'qituvchi faoliyatining amaldagi holatini prognozlashga oid takliflardan Samarqand davlat chet tillar institutida Oliy va o'rta maxsus ta'lim vazirligining 2022-yil 12-dekabrdagi 2/24-4/7-690-sonli xatiga asosan 2022-2024 yillarda amalga oshirilgan va Toshkent shahridagi AQSh elchixonasi hamda Xalqaro ta'lim bo'yicha Amerika Kengashi bilan hamkorlikda AQSh davlat departamenti tomonidan moliyalashtiriladigan "English Access Microscholarship Program" loyihasida foydalanilgan. (O'zbekiston Respublikasi Oliy ta'lim, fan va innovatsiyalar vazirligi Samarqand davlat chet tillar instituti 2025-yil 25-iyuldagi 1469/02-son ma'lumotnomasi). Natija bo'lajak ingliz tili o'qituvchilarining hissiy barqarorligini shakllantirish metodikasi boyitilgan.

ingliz tili o'qituvchilari hissiy barqarorligini shakllantirishning turli darajadagi ("obyekt-obyekt", "obyekt-subyekt", "subyekt-subyekt") ishlab chiqilgan topshiriqlar asosida intellektual salohiyati, kreativ fikrlashi, kasbiy-ijodiy faolligini qo'llab-quvvatlashni rivojlantirishga oid taklif va tavsiyalardan "Umumta'lim maktablarining 5-6 sinf adabiyot darslarida IT-texnologiyalarini qo'llash metodikasi" (2024-2025-yy.) mavzusidagi olima ayollar innovatsion loyihani amalga oshirish jarayonida foydalanilgan. (Qori Niyoziy nomidagi tarbiya pedagogikasi milliy institutining 2025-yil 5-avgustdagi 01-09/330-son ma'lumotnomasi). Natijada, bo'lajak ingliz tili o'qituvchisining hissiy barqarorligini shakllantirish orqali o'qituvchilarning amaliy ko'nikmalarini yanada takomillashtirishga erishilgan.

bo'lajak ingliz tili o'qituvchisining hissiy barqarorligini shakllantirishning tarkibiy asoslari (mazmuni, maqsadi va vazifalari) hamda ta'limning interaktiv muhitiga moslashuvchanligini adaptiv va amaliy yo'nalganlik tamoyillari asosida rivojlantirish, o'quv-biluv topshiriqlarini yaratishga qo'yiladigan kompetensiyalarini takomillashtirishga qaratilgan metodik talablar hamda ingliz tili darslarini refleksiv moslashtirishga oid tavsiyalardan "Methodology of teaching English" o'quv qo'llanmasini tayyorlashda foydalanilgan. (Oliy ta'lim, fan va innovatsiyalar vazirligining 2025-yil 9-iyuldagi 258-sonli buyrug'i asosida berilgan 768/650-raqamli nashr ruxsatnomasi). Natijada bo'lajak o'qituvchilarning kasbiy va shaxsiy sifatlarini rivojlantirish jarayoni mazmuni yanada boyishiga xizmat qildi.

bo'lajak ingliz tili o'qituvchilarining hissiy barqarorligini shakllantirish vositasi reproduktiv, produktiv, izlanishli, ijodiy mazmundagi faoliyat asosida o'qituvchilarning ingliz tili fani bo'yicha bilim, ko'nikma, malakalarini samarali egallashga yo'naltirilgan didaktik va metodik ta'minot yaratishga oid taklif va tavsiyalardan Buxoro davlat pedagogika instituti, Qarshi davlat universiteti, Navoiy

davlat universitetlarida ingliz tili o'qitish jarayoniga tadbqiq etilgan. (Oliy ta'limni rivojlantirish tadqiqotlar markazining 2025-yil 18-iyuldagi 02/01-01289-son ma'lumotnomasi). Natijada, bo'lajak ingliz tili o'qituvchilarining hissiy barqarorligini shakllantirishning metodik imkoniyatlari takomillashtirilgan.

Tadqiqot natijalarining aprobatsiyasi. Dissertatsiyaning asosiy mazmuni 5 ta xalqaro va 6 ta respublika miqyosida o'tkazilgan ilmiy-amaliy anjumanlarida muhokamadan o'tkazilgan.

Tadqiqot natijalarining e'lon qilinganligi. Dissertatsiya mavzusi bo'yicha jami 26 ta ilmiy ish e'lon qilingan, shu jumladan, Oliy attestatsiyasi komissiyasining dissertatsiyalarning asosiy ilmiy natijalarini chop etish tavsiya etilgan ilmiy nashrlarda 9 ta maqola, shundan 5 tasi respublika va 4 tasi xorijiy jurnallarda nashr etilgan.

Dissertatsiyaning tuzilishi va hajmi. Dissertatsiya kirish, uch asosiy bob, xulosa, foydalanilgan adabiyotlar ro'yxatidan iborat bo'lib, umumiy hajmi 150 sahifani tashkil etadi.

DISSERTATSIYANING ASOSIY MAZMUNI

Dissertatsiyaning **“Kirish”** qismida mavzuning dolzarbligi va zarurati asoslanib, tadqiqot maqsadi va vazifalari, obykti va predmeti, ilmiy va amaliy ahamiyati belgilangan. Tadqiqotning respublika fan va texnologiyalari taraqqiyotining ustuvor yo'nalishlariga mosligi ko'rsatilib, uning ilmiy yangiligi va amaliy natijalari bayon etilgan. Tadqiqot natijalarining amaliyotga joriy qilinishi, ishning aprobatsiyasi, natijalari, e'lon qilingan ishlar va dissertatsiyaning tuzilishi bo'yicha ma'lumotlar keltirilgan.

Dissertatsiyaning **“Bo'lajak ingliz tili o'qituvchilarining hissiy barqarorligini shakllantirishning nazariy asoslari”** deb nomlangan birinchi bobida bo'lajak ingliz tili o'qituvchilarining hissiy barqarorligini shakllantirish masalasi zamonaviy pedagogika va psixologiya fanlarida dolzarb yo'nalishlardan biri hisoblanadi. Ta'lim jarayonida o'qituvchining hissiy holati nafaqat uning shaxsiy farovonligi, balki o'qituvchilar bilan o'zaro munosabatlar samaradorligi, ta'lim sifatining yuksalishi hamda professional rivojlanishga bevosita ta'sir ko'rsatadi.

Bobning *“Bo'lajak ingliz tili o'qituvchilari hissiy barqarorligini shakllantirishning ahamiyati”* nomli birinchi bo'limida hissiy barqarorlik tushunchasi shaxsning o'z emotsiyalarini anglash, nazorat qilish, muvofiqlashtirish va ijobiy yo'nalishga yo'naltira olish qobiliyatini ifodalaydi. U insonning psixologik muvozanatini saqlash, stressli vaziyatlarda to'g'ri qaror qabul qilish, muloqot jarayonida konstruktiv yondashuvni qo'llay olish imkonini beradi. Pedagogik-psixologik tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, hissiy barqarorlik o'qituvchining kasbiy kompetensiyalarini shakllantirishda asosiy omillardan biridir, chunki o'qituv jarayonida o'qituvchining emotsional holati bevosita ta'lim sifati, o'qituvchilar bilan o'zaro munosabatlar va pedagogik muhitning sog'lom bo'lishiga ta'sir ko'rsatadi. O'qituvchining hissiy barqarorligi uning nafaqat shaxsiy farovonlik holatini, balki ta'limiy maqsadlarga samarali tarzda erishish darajasini ham belgilaydi.

Hissiy barqarorlik – bu shaxsning turli stress omillariga bardosh bera olish, o‘z hissiyotlarini nazorat qilish, vaziyatga mos ravishda ulardan samarali foydalanish qobiliyatidir. Ayniqsa, bo‘lajak ingliz tili o‘qituvchilari uchun ushbu sifatning shakllanishi alohida ahamiyat kasb etadi, chunki ular ko‘p madaniyatli muloqot muhitida ishlaydi, turli psixologik va pedagogik vaziyatlarga moslashishi zarur bo‘ladi.

Bo‘lajak ingliz tili o‘qituvchilari uchun hissiy barqarorlikning o‘rni yanada muhimdir. Chet tili o‘qitish jarayoni o‘ziga xos murakkab psixologik va kommunikativ vaziyatlarni o‘z ichiga oladi. Ingliz tili darslarida o‘qituvchi turli xarakter va temperamentga ega o‘quvchilar bilan aloqada bo‘ladi, ularning motivatsiyasini saqlashi, o‘quv jarayonini ijobiy emotsional fon asosida tashkil etishi zarur. Shu sababli hissiy barqarorlik bo‘lajak ingliz tili o‘qituvchisining kasbiy tayyorgarligida nafaqat qo‘shimcha sifat, balki zaruriy pedagogik kompetensiya sifatida qaraladi.

Hissiy barqarorlik bo‘lajak ingliz tili o‘qituvchilariga o‘quv jarayonida stressni boshqarish, o‘quvchilar bilan samarali muloqot o‘rnatish, noan‘anaviy vaziyatlarda tezkor psixologik moslashuvni amalga oshirish, shuningdek, o‘zining kasbiy rivojlanishini barqaror asosda davom ettirish imkonini beradi. Bu sifat ularning shaxsiy emotsional farovonligini ta‘minlabgina qolmay, ta‘lim jarayonida ijobiy psixologik muhitni shakllantirishga ham xizmat qiladi.

Bo‘lajak ingliz tili o‘qituvchilari chet tilida muloqot qilish, turli madaniyatlararo muloqot muhitida ishlash, ta‘lim jarayonida yuzaga keladigan qiyinchiliklarga bardosh berish kabi jihatlariga tayyor bo‘lishlari lozim. Shu bois, ularning hissiy barqarorligini shakllantirish – zamonaviy pedagog kadrlar tayyorlash tizimining muhim vazifasiga aylanmoqda.

Bobning *“Pedagogik-psixologik adabiyotlarda hissiy barqarorlik tushunchasi va uning ta‘lim jarayonidagi o‘rni”* deb nomlanuvchi ikkinchi bo‘limida ilmiy adabiyotlarda hissiyotga turlicha ta‘riflar berilgan bo‘lib, shaxsning ichki hissiy holatini boshqarish, stressli vaziyatlarda o‘zini tuta bilish, ijobiy psixologik muvozanatni saqlash qobiliyati sifatida talqin etiladi. Psixologik nuqtayi nazardan, bu sifat insonning emotsional intellekti, irodaviy fazilatlarini hamda moslashuvchanlik darajasi bilan uzviy bog‘liqdir.

Ta‘lim jarayonida hissiy barqarorlikning o‘rni beqiyosdir. Chunki pedagogik faoliyat, ayniqsa, bo‘lajak ingliz tili o‘qituvchilari uchun, yuqori darajada muloqotga kirishish, sabr, empatiya va ijobiy psixologik muhitni saqlashni talab etadi. Talabalarda hissiy barqarorlikning shakllanishi ularning stressga chidamliligini, o‘quv motivatsiyasini, shuningdek, kasbiy o‘zini anglash jarayonini kuchaytiradi.

Shu boisdan, pedagogik-psixologik adabiyotlarda stress holatining sabablari, shakllanish bosqichlari, ta‘sir mexanizmlari, undan chiqish strategiyalari, hamda stressning pedagog shaxsiga ta‘siri keng yoritilgan. Ushbu adabiyotlar asosida o‘qituvchining stressga qarshi kurashish imkoniyatlari, psixologik himoya mexanizmlari va hissiy barqarorlikni shakllantirish yo‘llarini aniqlash mumkin.

Ta‘lim sohasida faoliyat yuritayotgan bo‘lajak pedagoglar — xususan, ingliz tili o‘qituvchilari — ko‘plab psixologik to‘siqlar, emotsional bosimlar, tashkiliy qiyinchiliklar va shaxsiy muammolar bilan to‘qnash kelishadi. Ushbu omillar ularning emotsional barqarorligiga, kasbiy o‘sishiga va ta‘limiy sifatga bevosita

ta'sir ko'rsatadi. Shunday ekan, stress tushunchasi, uning sabablari va oqibatlarini tahlil qilish, shuningdek, stressga qarshi kurashish usullarini aniqlash muhim ilmiy va amaliy ahamiyatga ega.

Stress — bu organizmning ichki muvozanatini buzadigan omillarga (stressorlarga) nisbatan ko'rsatgan umumiy javob reaksiyasi bo'lib, insonning hayotda duch keladigan bosim, tashvish va sinovlarga javob sifatida paydo bo'ladigan ruhiy va jismoniy zo'riqish holati. Har qanday stress reaksiyasi organizmda ogohlantiruvchi signal, qarshilik ko'rsatish va charchash bosqichlari orqali yuzaga chiqadi. Ushbu nazariya nafaqat tibbiyot, balki pedagogika, psixologiya va sotsiologiya sohalarida ham keng qo'llanilib kelmoqda.

Stressga bardoshlilikni rivojlantirishning ilmiy asoslarini tahlil qilish, adaptatsiya jarayonining psixologik xususiyatlarini o'rganish va ularni pedagogik jarayonda qo'llash orqali shaxsiy hamda professional rivojlanish uchun samarali konseptual yondashuvni ishlab chiqishga yordam beradi.



1.1.-rasm. Stressga bardoshlilik jarayonining ahamiyati

Pedagogik faoliyat jarayonida hissiy barqarorlikni shakllantirish doimiy psixologik o'z-o'zini nazorat qilish, stressga chidamlilikni rivojlantirish, ijobiy emotsional fon yaratish, hamkasblar va o'quvchilar bilan sog'lom muloqot o'rnatishni talab etadi. Bu jarayon pedagogik mahorat, emotsional intellekt, shaxsiy refleksiya va kasbiy motivatsiyaning uyg'unlashuvi bilan amalga oshadi.

1.1.-jadval.

Pedagogik faoliyat jarayonida o'qituvchining hissiy barqarorligini shakllantirish va rivojlantirish xususiyatlari

Asosiy yo'nalish	Mazmuni	Vositalar	Natija
------------------	---------	-----------	--------

Hissiy barqarorlikni shakllantirish	O'qituvchining emotsional muvozanatini saqlash va stressga chidamlilikni rivojlantirish	Treninglar, refleksiya, stressni boshqarish texnikalari, psixologik mashg'ulotlar	Barqaror emotsional holat, ijobiy psixologik muhit, o'quvchilarga ijobiy namuna
Hissiy barqarorlikni rivojlantirish	Kasbiy faoliyat davomida emotsional intellektni takomillashtirish va moslashuvchanlikni oshirish	Interfaol usullar, o'z-o'zini tahlil qilish, shaxsga yo'naltirilgan metodlar, relaksatsiya mashqlari	O'quvchilar bilan samarali muloqot, kasbiy o'sish, motivatsiyaning kuchayishi, stressga chidamlilik

Dissertatsiyaning **“Bo‘lajak ingliz tili o‘qituvchisining hissiy barqarorligini shakllantirish metodikasi”** deb nomlangan ikkinchi bobida bo‘lajak ingliz tili o‘qituvchilarining hissiy barqarorligini shakllantirish metodikasi zamonaviy pedagogik jarayonda muhim o‘rin egallaydi. Hissiy barqarorlik o‘qituvchining kasbiy faoliyatida nafaqat o‘zini ruhiy jihatdan boshqarish, balki o‘quvchilar bilan samarali muloqot o‘rnatish, stressli vaziyatlarda muvozanatni saqlash va ta’lim jarayonining sifatini oshirishga xizmat qiladigan asosiy shaxsiy kompetensiyalardan biridir. Ingliz tili o‘qituvchilari o‘z faoliyatida ko‘p madaniyatli muloqot muhiti, turli psixologik holatlar va intensiv kommunikatsion jarayonlarga duch keladi, shu bois ularning hissiy barqarorligi yuqori darajada shakllangan bo‘lishi zarur.

Bo‘lajak ingliz tili o‘qituvchilarining hissiy barqarorligini shakllantirish metodikasi shaxsning professional tayyorgarligi bilan chambarchas bog‘liq bo‘lib, nafaqat nazariy bilimlarni, balki amaliy ko‘nikmalarni ham o‘z ichiga oladi. Mazkur yondashuv orqali o‘qituvchilar o‘zini o‘zi tahlil qilish, hissiyotlarni boshqarish, o‘quvchilar bilan ijobiy psixologik muhit yaratish hamda kasbiy rivojlanishni davom ettirish imkoniyatiga ega bo‘ladilar.

Bobning *“Bo‘lajak ingliz tili o‘qituvchisining hissiy barqarorligini shakllantirish metodik muammo”* nomli birinchi bo‘limida pedagogik faoliyat nafaqat bilim berish va tarbiyaviy ta’sir ko‘rsatish jarayoni, balki o‘qituvchining doimiy emotsional yuki ostida ishlashini ham talab qiladi. Bu faoliyat turi o‘z tabiatiga ko‘ra hissiy jihatdan murakkab va barqarorlikni talab etadigan sohalaridan biridir. Shu sababli, o‘qituvchining hissiy barqarorligini shakllantirish va uni rivojlantirish muhim psixologik-pedagogik vazifalardan biri hisoblanadi. O‘qituvchi o‘quvchilarni tushuna olishi, ularning kayfiyati va ehtiyojlariga to‘g‘ri munosabat bildira olishi kerak. Bu uchun emotsional sezgirlik, empatiya va o‘z his-tuyg‘ularini anglay olishi zarur.

O‘qituvchilarning hissiy barqarorligini shakllantirish va rivojlantirishda quyidagi metodik yondashuvlar samarali hisoblanadi:

- psixologik treninglar va relaksatsion mashg'ulotlar;
- stressga chidamlilikni oshirishga qaratilgan dasturlar;
- kasbiy refleksiya va o‘zini anglash mashg'ulotlari;

- empatiya va emotsional intellektni rivojlantiruvchi texnologiyalar;
- hamkasblar bilan emotsional qo'llab-quvvatlash guruhlarini tashkil qilish;
- muvozanatli ish va dam olish rejimini tashkil etish.

O'qituvchining hissiy barqarorligi – uning kasbiy samaradorligi, shaxsiy salomatligi va o'quvchilarga ko'rsatadigan pedagogik ta'sirining sifatiga bevosita ta'sir ko'rsatadigan asosiy omillardandir. Bugungi kunda bu borada tizimli yondashuvni shakllantirish, zamonaviy psixologik-pedagogik yondashuvlardan foydalanish zarurati ortib bormoqda.

Hissiy barqarorlik esa bu jarayonda stress omillariga qarshi turuvchi psixologik himoya mexanizmi sifatida namoyon bo'ladi. Barqaror emotsional holatga ega bo'lgan bo'lajak ingliz tili o'qituvchisi o'z hissiyotlarini nazorat qila oladi, pedagogik vaziyatlarni tahlil qilib, oqilona qaror qabul qiladi va stressli sharoitlarda muvozanatni saqlab qoladi. Aksincha, hissiy barqarorlik past bo'lsa, stress kuchayadi, bu esa kasbiy tayyorgarlik jarayonini murakkablashtiradi va o'qituvchi shaxsida ishonchsizlik, charchoq, motivatsiyaning pasayishiga olib keladi.

2.1.-jadval.

O'qituvchining hissiy barqarorligini shakllantirishning asosiy xususiyatlari

Tartib raqami	Xususiyat nomi	Tavsifi
1.	Emotsional refleksiya	O'qituvchi o'z hissiyotlarini anglay olishi va ularni baholay olishi kerak. Bu o'zini tahlil qilish orqali erishiladi.
2.	Stressga bardoshlilik	Qiyin sharoitlarda o'zini yo'qotmaslik, muammolarni sovuqqonlik bilan hal qila olish qobiliyati.
3.	Hissiy o'zini boshqarish	Salbiy his-tuyg'ularni ijobiy yo'naltirish va boshqarish ko'nikmasi.
4.	Muloqotda hissiy barqarorlik	O'quvchilar, ota-onalar va hamkasblar bilan muloqotda hissiy barqarorlikni saqlash zarur.
5.	Professional empatiya	O'quvchilarning his-tuyg'ularini tushunish va ularga nisbatan ijobiy yondashuvni namoyon qilish.
6.	Motivatsiyani saqlab qolish	O'qituvchi o'z faoliyatiga ijobiy ruhda yondashib, ichki motivatsiyani doimiy rivojlantirishi lozim.
7.	Psixologik xizmatlardan foydalanish	Zarurat bo'lsa, psixologik yordam olish yoki o'z-o'zini rivojlantirish texnikalaridan foydalanish.
8.	Refleksiv tahlil asosida o'zini rivojlantirish	Har bir dars yoki vaziyatdan saboq olish, o'z ustida ishlash.

Kasbiy tayyorgarlikda hissiy barqarorlik va stress o'rtasidagi bog'liqlik shuni ko'rsatadiki:

• **hissiy barqarorlik yuqori bo'lsa** – stress darajasi pasayadi, pedagogik vaziyatlarga moslashish tezlashadi;

• **hissiy barqarorlik past bo'lsa** – stress darajasi ortadi, o'qituvchining kasbiy kompetensiyalari to'liq namoyon bo'la olmaydi.

Shu sababli, bo'lajak ingliz tili o'qituvchilarining kasbiy tayyorgarligi jarayonida hissiy barqarorlikni mustahkamlash stressni boshqarishning eng muhim sharti sifatida qaraladi. Bu yo'nalishda psixologik treninglar, stressni kamaytirish texnologiyalari, emotsional intellektni rivojlantirish mashg'ulotlari, shaxsiy refleksiya metodlarini qo'llash katta ahamiyatga ega.

Mazkur yondashuv nafaqat o'qituvchining ruhiy salomatligini saqlashga, balki kelgusida kasbiy faoliyatini muvaffaqiyatli amalga oshirishiga, dars jarayonida ijobiy psixologik muhit yaratishiga ham zamin yaratadi.

Bobning *"Bo'lajak ingliz tili o'qituvchilarining hissiy barqarorligini shakllantirish texnologiyalari"* nomli ikkinchi bo'limida o'qituvchining kasbiy va shaxsiy kompetensiyalarini, jumladan, hissiy barqarorligini shakllantirish ayniqsa, ingliz tili o'qituvchilari uchun bu jihat nihoyatda muhim, chunki chet tili o'rgatish jarayoni ko'p komponentli, madaniyatlararo muloqotga boy, noan'anaviy metodik yondashuvlarni talab qiladi.

Didaktik tamoyillar – bu ta'lim mazmuni, shakllari va metodlariga yo'naltiruvchi asosiy qoidalar bo'lib, ular o'qituvchi faoliyatini pedagogik jihatdan samarali yo'naltirishga xizmat qiladi. Mazkur tamoyillarni amaliyotda to'g'ri qo'llash bo'lajak ingliz tili o'qituvchisining hissiy barqarorligini rivojlantirishda muhim vosita sifatida namoyon bo'ladi.

1. O'quvchi shaxsiga yo'naltirilganlik tamoyili. Ushbu tamoyil asosida dars jarayonlari shunchaki bilim berishga emas, balki o'quvchining individual imkoniyatlari, ehtiyojlari, qiziqishlari va psixologik holatiga yo'naltiriladi. Bunday yondashuv o'qituvchining ham o'z his-tuyg'ularini nazorat qilishiga, stressni boshqarishga, shaxslararo muloqotni ijobiy tashkil qilishga o'rgatadi. Natijada, bo'lajak o'qituvchi o'zida hissiy barqarorlikni bosqichma-bosqich rivojlantiradi.

2. Faollik va mustaqillikni rivojlantirish tamoyili. Chet tilini o'rgatish mashg'ulotlarida faollik va mustaqillikni rag'batlantirish orqali o'qituvchi o'zining o'quvchilarga ta'sirini ko'proq kuzatish, vaziyatga mos qaror qabul qilish, dinamik psixologik sharoitda ishlash malakalarini rivojlantiradi. Bu jarayonda hissiy barqarorlikni shakllantirishga xizmat qiladigan muhim psixologik jihatlar – o'zini tuta bilish, sabr, ijobiy fikrlash kabi fazilatlar mustahkamlanadi.

3. Ko'rgazmalilik va multimedia taqdimotlardan foydalanish tamoyili. Zamonaviy ingliz tili mashg'ulotlari ko'rgazmali vositalar, audio-video materiallar, interaktiv texnologiyalar bilan boyitilganda, o'qituvchi o'z fikrini aniq ifoda etish, darsdagi stressli vaziyatlarni kamaytirish, auditoriya bilan ijobiy aloqani saqlab qolish imkoniyatiga ega bo'ladi. Bular esa o'qituvchining ruhiy-psixologik barqarorligiga xizmat qiladi.

4. Bosqichma-bosqichlik va tizimlilik tamoyili. Bu tamoyil asosida mashg'ulotlar ketma-ketlik va tizimli asosda tashkil etiladi. Bunday yondashuv o'qituvchiga o'z rejalari ustida nazorat o'rnatish, o'z faoliyatini baholash, shuningdek, o'zgaruvchan sharoitga moslashish imkonini beradi. Natijada, o'qituvchi o'zining hissiy kechinmalarini tartibga sola oladi.

5. Refleksiya va o‘z-o‘zini tahlil qilish tamoyili. Chet tili o‘rgatish jarayonida har bir mashg‘ulotdan so‘ng o‘z faoliyatiga baho berish, kamchiliklarni aniqlash, ijobiy jihatlarni ko‘rsatish orqali bo‘lajak o‘qituvchi o‘zini anglashga, o‘z hissiyotlarini chuqur tahlil qilishga o‘rganadi. Bu esa hissiy barqarorlikning eng asosiy bosqichlaridan biridir.

Coding – interfaol ta’lim metodi

Bu metodda o‘qituvchi o‘quvchilarga ma’lum bir matnni taqdim etadi va o‘quvchilarga matnda berilgan gaplarni har biridan so‘ng maxsus belgilar ya’ni qanday emotsianallikni his qilgan bo‘lsa, o‘sha emotsiyasini ifodalovchi belgilarni qo‘yishni vazifa qilib beradi. O‘quvchi matnda berilgan gaplarni o‘qib unga o‘zining hissiyotini bildirgan holda gap so‘ngida, agar o‘quvchi mamnun bo‘lsa (••) belgisini, xafa bo‘lsa (•~•) ,gap ma’nosini anglamagan bo‘lsa (•_•) shu kabi belgilarini qo‘yadi. O‘quvchilar berilgan vazifani bajarib bo‘lgach, bir-birlari bilan o‘z ishlarini muhokama qilishadi va o‘qituvchiga o‘z fikrlarini bildirishadi.

2.1 –rasm. Coding – interfaol ta’lim metodi mazmuni

Shuningdek, ushbu bobda zamonaviy til o‘qitish metodikasida til ko‘nikmalarining to‘rt turi – tinglash, o‘qish, gapirish va yozish – talabalarning lingvistik, kognitiv hamda hissiy rivojlanishini ta’minlashi xususida fikr yuritilgan bo‘lib, ushbu faoliyat turlari davomida vujudga keladigan hissiy holatlarni boshqarish va barqarorlikni shakllantirish jarayoni bo‘lajak ingliz tili o‘qituvchilarining kasbiy tayyorgarligida alohida ahamiyat kasb etadi.

2.2-jadval.

Til ko‘nikmalariga hissiy ta’sir etuvchi omillar va bartaraf etish yo‘llari

T/r	Ko‘nikmalar	Hissiy ta’sir etuvchi omillar	Bartaraf etish yo‘llari

1	Tinglab tushunish	a) noodatiy fonetik ohang va begona talaffuz, tezkor va jadal nutq shaklidan stressga tushish; b) xato qilishdan yoki noto'g'ri tushunishdan qo'rqish; d) diqqatni jamlay olmaslik.	bosqichma-bosqich o'rgatish; turli variantli aksentlar bilan tanishtirish; faol tinglash texnikalarini o'rgatish; sinxron nutqni qaytarish texnikasi (shadowing)dan foydalanish.
2	O'qish	a) murakkab akademik matnlar; b) diqqatning tez chalg'ishi; d) maqsadsiz o'qish.	kognitiv qayta yo'naltirish; o'qish strategiyalarini o'rgatish; turli janrdagi matnlar bilan ishlash va o'qishni faollashtirish.
3	Gapirish	a) gapirishdan qo'rqish (Glossophobia); b) o'ziga ishonchsizlik; d) mukammallikka intilish va qiyoslash.	psixologik jihatdan qulay nutqiy mashg'ulotlar; "O'rgatish" usulidan foydalanish; mukammallik emas, aloqa muhimligini ta'kidlash va pozitiv fikr-mulohaza.
4	Yozuv	a) yozuvchilikdagi blok (writer's block); b) grammatik va orfografik xatolardan qo'rqish; d) mukammal darajaga erishish istagi va qiyoslash.	erkin yozish (free academic writing); o'zaro fikr almashish (peer feedback); pozitiv psixologik yondashuv.

Pedagogik faoliyatning o'ziga xos jihati shundaki, u doimiy emotsional yuklama, vaqt bosimi va o'quvchilar bilan o'zaro munosabatlardan kelib chiqadigan psixologik sinovlar bilan chambarchas bog'liq. Shu sababli bo'lajak ingliz tili o'qituvchilarining kasbiy tayyorgarligida stressni boshqarish bo'yicha samarali metodik yondashuvlarni shakllantirish nafaqat ularning shaxsiy ruhiy salomatligi, balki kelajakdagi ta'lim jarayonining sifatini ta'minlash uchun ham zarurdir.

Stressga bardosh berish qobiliyati — bu o'qituvchining og'ir pedagogik vaziyatlarda hissiy holatini saqlab qolish, muammoli holatlarni hal qilishda mantiqiy yondasha olish, salbiy emotsiyalarni nazorat qila olish va konstruktiv yechimlar qabul qila olish qobiliyatidir. Ushbu ko'nikmaning rivojlangan darajada bo'lishi o'qituvchining sog'lom psixologik muhit yaratishiga, o'quvchilar bilan samarali muloqotga kirishishiga, shuningdek, dars jarayonidagi muvaffaqiyatsizliklar yoki tashqi bosimlarga bardosh bera olishiga xizmat qiladi.

Stressga bardosh berish qobiliyatining rivojlanganligi bo'lajak ingliz tili o'qituvchisining kasbiy salohiyati va emotsional barqarorligini belgilovchi muhim omil hisoblanadi. Bu ko'nikma oliy ta'lim jarayonida izchil va tizimli yondashuv asosida shakllantirilsa, o'qituvchi nafaqat dars berishda muvaffaqiyat qozonadi, balki o'z kasbiga ijobiy munosabatda bo'lgan holda, professional shaxs sifatida yetishadi. Stressga bardosh berish qobiliyatining rivojlanganligi avvalo, bo'lajak o'qituvchilarning psixologik tayyorgarligini mustahkamlash, emotsional intellektni

rivojlantirish va hissiyotlarni nazorat qilish ko'nikmalarini shakllantirishga qaratiladi. Ta'lim jarayonida relaksatsiya mashqlari, nafas olish texnikalari, meditatsiya kabi stressni kamaytiruvchi usullarni qo'llash, konfliktlarni konstruktiv hal etish strategiyalarini o'rgatish o'qituvchining kasbiy barqarorligini kuchaytiradi. Kasbiy tayyorgarlik jarayonida stressga chidamlilikni oshirish uchun pedagogik vaziyatlarni modellashtirish, o'z-o'zini baholash, refleksiya mashg'ulotlarini muntazam o'tkazish ham samarali natija beradi.

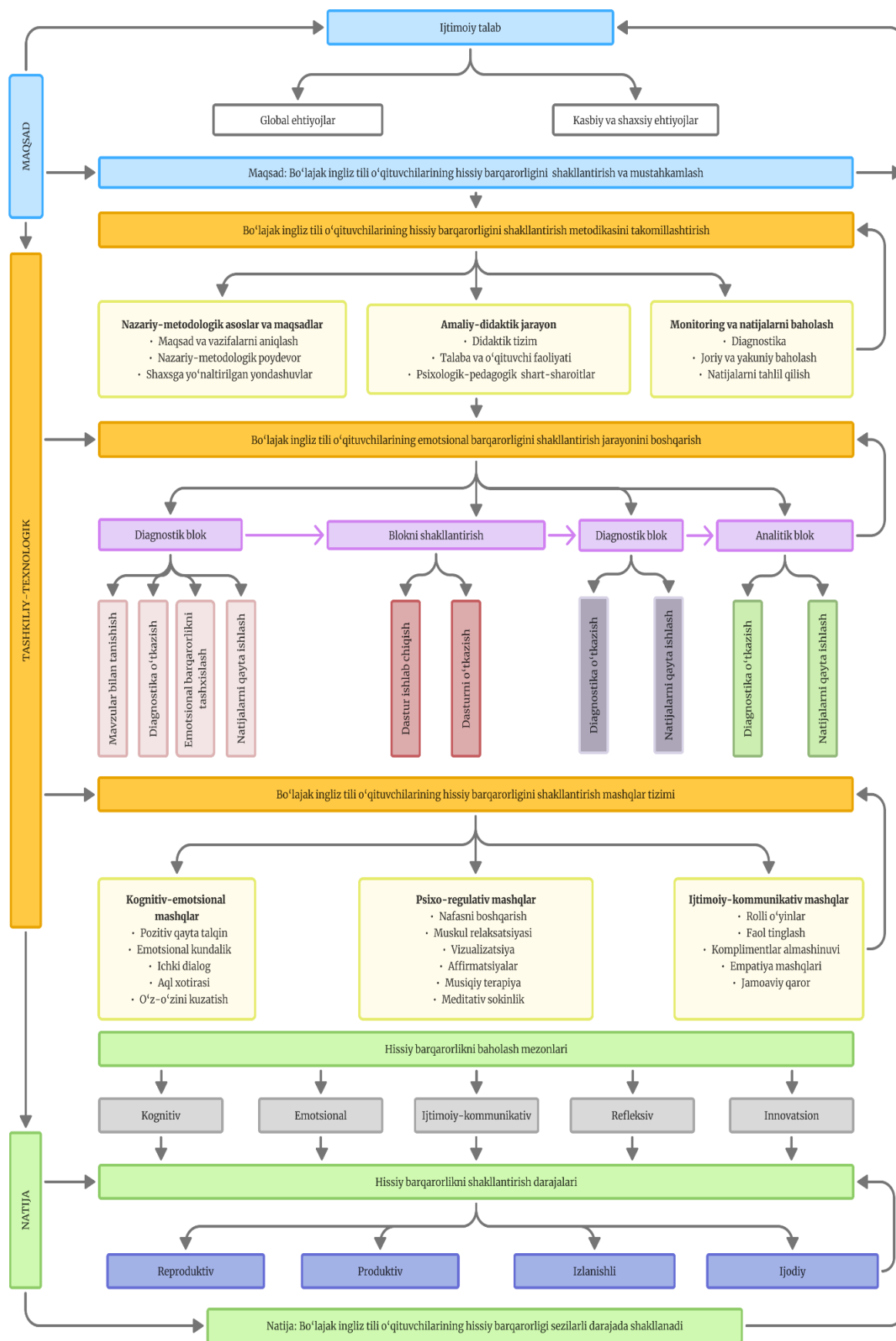
*Hissiy barqarorlik*⁶ – bu shaxsning turli stress omillariga bardosh bera olish, o'z hissiyotlarini nazorat qilish, vaziyatga mos ravishda ulardan samarali foydalanish qobiliyatidir. Ayniqsa, bo'lajak ingliz tili o'qituvchilari uchun ushbu sifatning shakllanishi alohida ahamiyat kasb etadi, chunki ular ko'p madaniyatli muloqot muhitida ishlaydi, turli psixologik va pedagogik vaziyatlarga moslashishi zarur bo'ladi.

Hissiy barqarorlik shaxsning intellekti bilan belgilanib, uning amalga oshirayotgan aqliy faoliyati sifati bilan bog'liqdir. Insonning fikrlash faoliyati, ruhiy holatga va shaxsning o'z harakatlarining oqibatlarini oldindan ko'ra bilish darajasiga ta'sir ko'rsatgan holda, uning amaliy faoliyatni boshqara olish, zarur bo'lgan ma'lumotni aniqlay olish, hayot faoliyati jarayonida yuzaga keluvchi turli muammolarni hal eta olish, vujudga kelgan vazifalarni hal qilishda adekvat munosabatni shakllantirish, faoliyatning samarali vosita va usullarini tanlay olish qobiliyati bilan belgilanadi.

Kognitiv komponent hissiy barqarorlikda shaxsda intellektual hissiyotlarning namoyon bo'lish darajasi orqali ifodalanadi. Aynan ushbu emotsiyalar shaxsning bilish faolligini belgilaydi. Bu esa insonda qiziquvchanlik, atrof-muhitga nisbatan bevosita qiziqish va ishtiyoqning mavjudligini nazarda tutadi.

Chet tili o'qitishdek murakkab jaryonda faoliyat olib boruvchi pedagoglar uchun hissiy barqarorlikni rivojlantirish nafaqat shaxsiy salomatlik, balki o'quvchilar psixologik farovonligining asosiy kafolati sifatida qaralishi kerak. Aynan shu sababli, hissiy barqarorlikni pedagog kasbida hissiy barqarorlikning ifodasi sifatida ko'rib chiqayotgan ko'plab olimlar uni aynan kasbga xos bo'lgan shaxsiy fazilatlar bilan bog'lashadi.

⁶ Mualliflik yondashuvi



2.2-rasm. Bo'lajak ingliz tili o'qituvchilarining hissiy barqarorligini shakllantirish modeli

“Pedagogik tajriba-sinov ishlarini tashkil etish va uning samaradorligi”

deb nomlangan uchinchi bobda bo‘lajak ingliz tili o‘qituvchilarining hissiy barqarorligini shakllantirish samaradorligini oshirish maqsadida tajriba-sinov ishlari tashkil etish va o‘tkazish pedagogik tadqiqotning muhim bosqichidir. Ushbu jarayon o‘qituvchilik kasbiga tayyorlanayotgan talabalarni ruhiy-psixologik jihatdan qo‘llab-quvvatlash, stressli vaziyatlarda o‘zini tuta bilish va dars jarayonida hissiy muvozanatni saqlab qolish kabi muhim kompetensiyalarni rivojlantirishga qaratilgan.

Bobning *“Bo‘lajak ingliz tili o‘qituvchilarining hissiy barqarorligini shakllantirishga doir tajriba sinov ishlarini tashkil etishning madsaq va vazifalari”* nomli birinchi bo‘limida tajriba-sinov ishlari dasturi Buxoro davlat pedagogika institututi Ilmiy kengashida tasdiqlanib, Tajriba-sinov ishlari 2022-2025-yillar mobaynida Buxoro davlat pedagogika instituti, Navoiy davlat universiteti, Qarshi davlat universitetlarida o‘tkazildi.

Tajriba natijalarining obyektivligini ta‘minlash maqsadida ikki yo‘nalishda ish olib borildi:

1. Nazorat va tajriba sinflarida tajribasi yuqori bo‘lgan dars beradigan o‘qituvchining sinflarini tanlash. Zero, har bir o‘qituvchi o‘ziga xos uslubda darsni olib boradi. Bir xil uslubda ishlash tajriba natijalariga ta‘sir ko‘rsatishi mumkin.

2. Nazorat va tajriba guruhlarida tajribasi 5 yilgacha bo‘lgan o‘qituvchilar dars berayotgan sinflarni tanlash. Buning sababi, har ikkala sinfda bir o‘qituvchining dars berishida o‘qituvchi tomonidan bir sinf uchun qo‘llanilgan ish uslubi ikkinchi sinfga ham qo‘llanishi mumkin.

Biz tajriba natijalarini qayta ishlashda matematik statistika usulidan foydalandik. Bizning ishda samaradorlik quyidagi metodik mezonlar bo‘yicha o‘rganildi:

- 1) o‘qituvchilarning o‘zlashtirish darajasi;
- 2) o‘qituvchilarning o‘zlashtirish sifati;
- 3) o‘qituvchilarning o‘zlashtirishga sarflagan vaqti.

Bobning *“Tajriba sinov ishlarining natijalari va tahlili”* nomli ikkinchi bo‘limida tajriba-sinov ishlari mazmunan uyg‘unlashgan uch bosqichda amalga oshirilganligi va natijalari xususida fikr yuritilgan.

Tajriba-sinov ishlari uch bosqichda amalga oshirildi:

Tayyorlov bosqichi – bu bosqichda nazariy asoslar aniqlandi, eksperimental guruhlar shakllantirildi, diagnostik vositalar tanlandi. Bu bosqichda bo‘lajak o‘qituvchilarning dastlabki hissiy holati, stressga bardoshlilik darajasi, emotsional barqarorlik darajasi baholandi.

Asosiy (shakllantiruvchi) bosqich – bu bosqichda maxsus ishlab chiqilgan pedagogik texnologiyalar, treninglar, amaliy mashg‘ulotlar orqali talabalarning hissiy barqarorligi, o‘z-o‘zini boshqarish qobiliyati, emotsional ong va empatiya ko‘nikmalari rivojlantirildi. Didaktik tamoyillar asosida olib boriladigan darslar, interfaol metodlar, rolli o‘yinlar va refleksiya mashqlari talabalar ruhiyatiga ijobiy ta‘sir ko‘rsatdi.

Nazorat (yakuniy) bosqichi – bu bosqichda tajriba dasturining samaradorligi baholandi. Diagnostika vositalari yordamida eksperiment avvalidagi va oxiridagi natijalar tahlil qilindi, ijobiy o‘zgarishlar aniqlandi. Bu bosqichda sifat va miqdoriy tahlil asosida xulosalar chiqarildi va takliflar ishlab chiqildi.

Tajriba-sinov ishlari davomida aniqlangan natijalar, bo'lajak ingliz tili o'qituvchilarining hissiy holatini barqarorlashtirishda zamonaviy yondashuvlar samarali ekanini ko'rsatadi. Bu orqali talabalar nafaqat kasbiy faoliyatga, balki hayotiy sinovlarga tayyor bo'lgan, barqaror emotsional muvozanatga ega bo'lgan shaxs sifatida shakllanadi. Tajriba-sinov asosida ishlab chiqilgan metodik tavsiyalar o'qituvchilar tayyorlash jarayonida amaliy qo'llanma vazifasini bajaradi.

Tajriba-sinov ishlarida jalb qilingan oliy ta'lim muassasalari (3.1-jadval):

3.1-jadval

Tajriba-sinov ishlarida jalb qilingan talabalar soni

OTM	Tajriba guruhidagi talabalar soni	Nazorat guruhidagi talabalar soni
Buxoro davlat pedagogika instituti	120	115
Navoiy davlat universiteti	89	86
Qarshi davlat universiteti	87	88
Jami	296	289

Bo'lajak ingliz tili o'qituvchilarining hissiy barqarorligini shakllantirishga metodik yordam ko'rsatish muammolariga oid shart-sharoitlarni takomillashtirish muammosi bo'yicha o'tkazilgan tajriba-sinov ishlarida ishtirok etgan talabalarda mustaqil ijodiy ishlash qobiliyati nazorat guruh talabalariga nisbatan rivojlangan.

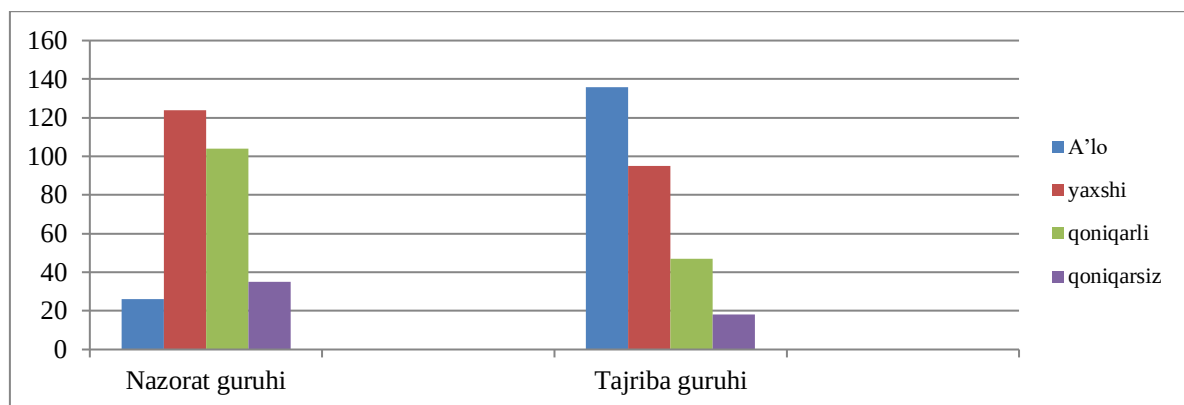
Tajriba va nazorat guruhida olib borilgan ilmiy-tadqiqot ishlarining statistik ko'rsatkichlari 3.1 va 3.2-jadvallarda keltirildi.

3.2-jadval

Talabalarning dastlabki javoblari natijalari

№	Tajriba-sinov obyektlari	Javoblarning holati va ko'rsatkichlari							
		Tajriba guruhi jami –296 nafar				Nazorat guruhi jami – 289 nafar			
		“5”a'lo	“4”yaxshi	“3”qoni-qarli	“2”qoni-qarsiz	“5”a'lo	“4”yaxshi	“3”qoni-qarli	“2”qoni-qarsiz
1.	Buxoro davlat pedagogika instituti	15	19	59	57	12	21	60	52
2.	Navoiy davlat universiteti	4	11	10	15	3	9	12	16
3.	Qarshi davlat universiteti	11	14	36	45	10	11	46	37
	Jami	30	44	105	117	25	41	118	105

Bu tanlanmalarga mos kelgan diagramma quyidagicha ko‘rinishni oladi:



3.1-rasm. Bo‘lajak ingliz tili o‘qituvchilarining hissiy barqarorligini shakllantirishning metodik imkoniyatlari yuzasidan talabalarning egallagan bilimlarning diagrammada ifodalanishi

Demak, diagrammadan ko‘rinadiki, tajribaning dastlabki o‘zlashtirish ko‘rsatkichlari orasida deyarli farq sezilarli emas. Bu o‘z navbatida ilmiy- tadqiqot ishlarida qo‘yilgan muammolarning dolzarbligini aks ettiradi.

Biz olib borgan tadqiqot ishlarimiz asosida bo‘lajak ingliz tili o‘qituvchilarining hissiy barqarorligini shakllantirishning metodik imkoniyatlarining samaradorligini oshirish hamda ularning ko‘nikmalari rivojlanganligini sifat va miqdoriy o‘zgarishlari haqidagi ma’lumotlar umumlashtirildi (3.3-jadval).

3.3-jadval

Tajriba-sinov ishlarida ishtirok etgan bo‘lajak ingliz tili o‘qituvchilari hissiy barqarorligini shakllantirishga doir metodik yordam ko‘rsatish jarayonida o‘tkazilgan tajriba-sinov ko‘rsatkichlarining yakuniy taqsimoti

Tajriba guruhi	Tajriba- sinov obyektlari	“5”	“4”	“3”	“2”	Jami
	Buxoro davlat pedagogika instituti	78	44	21	7	150
	Navoiy davlat universiteti	16	13	8	3	40
	Qarshi davlat universiteti	42	38	18	8	106
	Jami	136	95	47	18	296
Nazorat guruhi	Tajriba- sinov obyektlari	“5”	“4”	“3”	“2”	Jami
	Navoiy davlat universiteti	13	55	64	13	145
	Qarshi davlat universiteti	3	17	16	4	40
	Buxoro davlat pedagogika instituti	10	52	24	18	104
	Jami	26	124	104	35	289

Yuqoridagi jadval ma'lumotlarini taqqoslash maqsadida quyidagi jadvalni hosil qilamiz (3.4-jadval).

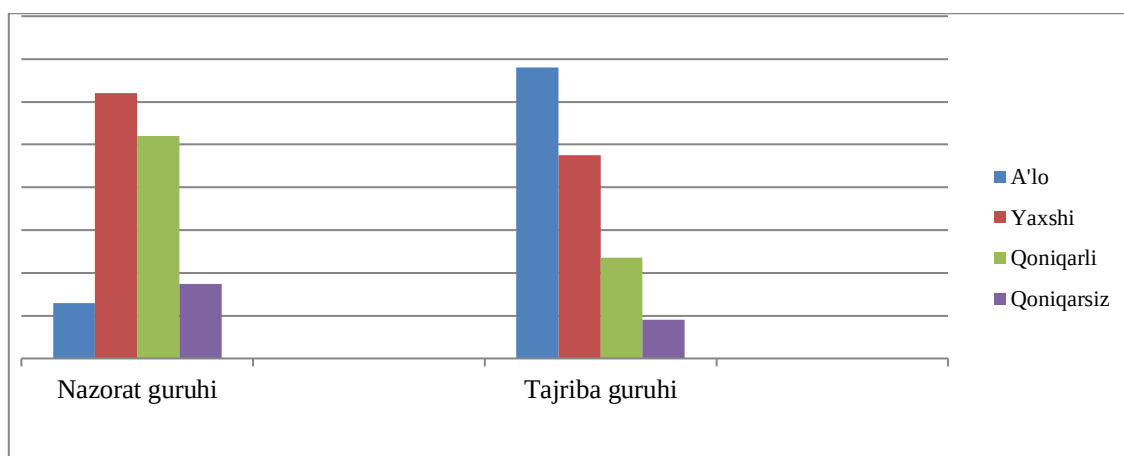
3.4-jadval

Tajriba-sinov ishlarida ishtirok etgan talabalarda metodik yordam ko'rsatish jarayonida o'tkazilgan tajriba-sinov ishlarining statistik qiymatlarini taqqoslama jadvali

Tajriba bosqichlari	Tajriba guruhi Talabalar soni – 296 nafar				Nazorat guruhi Talabalar soni – 289 nafar			
	“5”	“4”	“3”	“2”	“5”	“4”	“3”	“2”
Tajriba yakunida	136	95	47	18	26	124	104	35
Foizlarda:	46	32	16	06	9	43	36	12

Tajriba-sinov natijalari tahliliga ko'ra, tadqiqot jarayoniga jalb etilgan tajriba guruhidagi talabalar nazorat guruhi talabalariga nisbatan bilim, ko'nikma va malakalar shakllanganligi aniqlandi. Bu holatni obyektiv baholash uchun statistik tahlil amalga oshiriladi, aniqlashtirgan xulosagina tajriba-sinov ishlarining ilmiy, pedagogik, texnologik va metodik jihatdan to'g'ri samarali olib borilganini tasdiqlaydi. Ta'kidlovchi tajriba-sinov davrida ham statistik tahlilni amalga oshirish uchun Student va Pirson metodlari tanlandi. Mazkur metod ikki guruhda qayd etilgan ko'rsatkichlarni aniqlash va obyektiv baholash imkoniga ega. Matematik statistik metodning mohiyatiga ko'ra dastlabki bosqichda tajriba va nazorat guruhlarida qayd etilgan statistik ko'rsatkichlarni tanlanmalar sifatida belgilanib “5” (a'lo), “4” (yaxshi), “3” (qoniqarli) va 2 (qoniqarsiz) darajalar bo'yicha variatsion qatorlarni hosil qilish lozim bo'ldi.

3.4-jadvalni tahlil qilish uchun ularning diagrammasini tuzamiz (3.2-rasm).



3.2-rasm. Pedagogik tajriba-sinovning yakunidagi statistik tahlili diagrammasi.

Diagrammadan ko'rinib turibdiki, tajriba guruhidagi yuqori va o'rta ko'rsatkichlar nazorat guruhi ko'rsatkichlaridan yuqori ekan.

Tadqiqot natijalari 2022-2025-yillar davomida Qarshi, Buxoro hamda Navoiy viloyatlaridagi oliy ta'lim muassasalarida bo'lajak ingliz tili o'qituvchilarning hissiy

barqarorligini shakllantirish mavzusiga asoslangan yondashuv asosida shakllantirish metodikasi amaliyotga joriy etildi va 12,8 % samaradorlikka erishildi.

XULOSA

Zamonaviy ta'lim tizimi paradigmasi hozirgi davr ijtimoiy-madaniy rivojlanishidagi qarama-qarshiliklar va murakkabliklar bilan belgilanadi. Ana shu sharoitda malakali kadrlar tayyorlash, ayniqsa, ta'lim sohasida, zamonaviylik keltirib chiqargan muammolarga qarshi tura oladigan kuch sifatida namoyon bo'lmoqda. Bu borada aynan pedagogik faoliyat o'zining murakkabligi, ko'p funksiyaliligi, faoliyat shakllari va turlarining xilma-xilligi, psixologik va jismoniy zo'riqlashlari bilan ajralib turadi va u "eng murakkab kasblar" qatoriga kiradi.

Shunga qaramay, pedagogik kasbiy faoliyatning amaliyotda uchraydigan qiyinchiliklari mavjud bo'lib, ular amaldagi umumiy qabul qilingan normalar va talablar doirasida yetarli darajada inobatga olinmagan.

O'qituvchilarning sog'lig'ini saqlash bilan bog'liq ko'plab muammolar, odatda, ularning hissiy barqarorligini rivojlantirish zaruriyatini ko'zda tutadi. Bunday barqarorlikning shakllanishi esa, kasbiy faoliyatga oliygoh davridayoq tayyorlash jarayonida boshlanishi kerak.

Shu munosabat bilan, ushbu tadqiqotning dolzarbligi, ingliz tili bo'yicha bo'lajak o'qituvchilarda hissiy barqarorlikni shakllantirishga qaratilgan didaktik shart-sharoitlar va vositalar majmuasini aniqlashdan iborat bo'lgan asosiy maqsad bilan belgilanadi.

Tadqiqot natijalari asosida quyidagi xulosalar chiqarildi:

1. O'qituvchining hissiy barqarorligi – bu shaxsning ichki va tashqi parametrlarning mohiyatli o'zgarishlariga nisbatan moslashuvchan va adekvat javob bera olish qobiliyati bilan tavsiflanadi. Ichki parametrlar: motivatsion, emotsional, irodaviy, kognitiv va perseptiv omillar bilan ifodalanadi. Tashqi parametrlar esa ijtimoiy muhit omillari bilan belgilanadi. O'qituvchining hissiy barqarorligi quyidagilarning mavjudligini nazarda tutadi: psixoregulyatsiyani amalga oshirish bo'yicha shakllangan ko'nikmalar va malakalar; ruhiy barqarorlik; muvozanatlilik; pedagogik faoliyat jarayonida frustratsiya va stressli ta'sirlarga qarshilik ko'rsatish layoqati.

2. Hissiy barqarorlik shaxsning ehtiyojlari, motivlari, irodasi, tayyorgarligi, xabardorligi va aniq vazifalarni amalga oshirishga tayyorlik darajasi bilan belgilanadi. Bunda uning asosiy shart-sharoitlari shaxsning psixik dinamikasi, emotsiyalar, hissiyotlar va kechinmalarning mazmuni orqali namoyon bo'ladi.

3. O'qituvchining hissiy barqarorligini belgilovchi asosiy determinantlar quyidagilardan iborat: kasbiy kompetentlik, kommunikativlik va stressga bardoshlilik. O'qituvchida hissiy barqarorlikning past darajada bo'lish sabablaridan biri – bu kasbiy deformatsiya va hissiy charchash (emotsional yonib ketish) alomatlarining mavjudligidir.

4. Pedagogik faoliyatning o'ziga xos xususiyatlari quyidagilarda namoyon bo'ladi: yuqori darajadagi emotsionallik; turli xil kommunikativ aloqalarning mavjudligi; muloqot va hamkorlikni amalga oshirishga doir ko'p yo'nalishli

kontaktlar; doimiy ravishda qaror qabul qilishga bo‘lgan ehtiyoj; nizolarni bartaraf etishga doir konstruktiv yo‘llarni izlash; ta’lim, tarbiya va rivojlantirish kabi o‘quvchilarning rivoji bilan bog‘liq vazifalarning birligida ifodalanuvchi kasbiy faoliyatning ko‘p qirrali xususiyatlarini inobatga olish zarurati.

5. Hissiy barqarorlik – o‘qituvchining kasbiy mahorati darajasini belgilovchi ko‘rsatkich sifatida uning ta’lim sohasidagi faoliyatga tayyorlik sifatini belgilaydi. Shu boisdan, bu sifat pedagogik kasbiy faoliyatni amalga oshirishda muhim shaxsiy sifat hisoblanadi.

TAVSIYALAR

1. Bo‘lajak ingliz tili o‘qituvchilarida hissiy barqarorlikni shakllantirish va rivojlantirish jarayonini psixologik-pedagogik siklga mansub fanlarni o‘zlashtirish bosqichida, xususan, asosiy fanlar bo‘lgan “Pedagogika” va “Psixologiya” bilan bog‘lash maqsadga muvofiqdir. Chunki aynan ushbu fanlar orqali bo‘lajak kasbiy pedagogik faoliyat sohasi bilan bog‘liq asosiy va bilvosita konseptual bilimlar egallanadi, bu esa kasbiy tayyorgarlikning variativ qismida muhim ahamiyat kasb etadi.

2. Talabalar tomonidan pedagogik amaliyotni o‘tash jarayoniga alohida e’tibor qaratish lozim. Zero, ushbu jarayon orqali talabalar hissiy barqarorlikni shakllantirish va rivojlantirishga yo‘naltirilgan bilim, ko‘nikma, malaka hamda shaxsiy sifatlar majmuini anglab yetadilar. Bu esa kelajakdagi o‘qituvchiga professional faoliyatni samarali amalga oshirishda ko‘maklashadi.

3. Ta’lim jarayonini tashkil etishda hissiy barqarorlikni shakllantirish va rivojlantirishga bevosita yo‘naltirilgan variativ kurslarga alohida e’tibor qaratish zarur. Chunki bu kurslarning mazmuniy yo‘nalishi umumiy pedagogik va psixologik-pedagogik tushunchalarga asoslangan bilimlar tizimini o‘z ichiga oladi, ular esa professional o‘z-o‘zini anglash va o‘z-o‘zini boshqarishni tashkil qilishda muhim ahamiyatga ega.

4. Bo‘lajak ingliz tili o‘qituvchilarining kasbiy tayyorgarlik jarayonini tashkil etishda hissiy barqarorlikni rivojlantirish jarayoniga pedagogik ta’minot berishga yo‘naltirilgan didaktik vositalar majmuasini hisobga olish zarur. Chunki bu vositalar mashg‘ulotlarda tadqiqotga yo‘naltirilgan, ijodiy va amaliy faoliyatlarni tashkil etishga xizmat qiladi.

**НАУЧНЫЙ СОВЕТ PhD.03/27.09.2024.Ped.72.09 ПО ПРИСУЖДЕНИЮ
УЧЕНЫХ СТЕПЕНЕЙ ПРИ БУХАРСКОМ ГОСУДАРСТВЕННОМ
УНИВЕРСИТЕТЕ**

**БУХАРСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ
ИНСТИТУТ**

ШАБОНОВА ШАХНОЗА БАХРИДДИНОВНА

**МЕТОДИЧЕСКИЕ ВОЗМОЖНОСТИ ФОРМИРОВАНИЯ
ЭМОЦИОНАЛЬНОЙ УСТОЙЧИВОСТИ БУДУЩИХ УЧИТЕЛЕЙ
АНГЛИЙСКОГО ЯЗЫКА**

13.00.02 – Теория и методика обучения и воспитания (английский язык)

**АВТОРЕФЕРАТ
ДИССЕРТАЦИИ ДОКТОРА ФИЛОСОФИИ (PhD) ПО ПЕДАГОГИЧЕСКИМ
НАУКАМ**

Бухара – 2025

Диссертация выполнена в Бухарском государственном педагогическом институте.
Автореферат диссертации размещён на трёх языках (узбекском, русском, английском (резюме)) на веб-сайте Научного совета (www.buxdu.uz) и на Информационно-образовательном портале «ZiyoNet» (www.ziyonet.uz).

Научный руководитель: **Кулдошев Рустамбек Аvezмуродович**
доктор педагогических наук (DSc), профессор

Официальные оппоненты: Курбонова Гулноз Неъматовна
доктор педагогических наук (DSc), профессор
Хаджиева Феруза Мэлсовна
доктор филологических наук (DSc), профессор

Ведущая организация: Ургенчский государственный университет

Защита диссертации состоится « 1 ноября » 2025 г. в 9⁰⁰ часов на заседании Научного совета PhD 03/27.09.2024.Ped.72.09 по присуждению ученых степеней при Бухарском государственном университете. (Адрес: 200118, г. Бухара, ул. М.Икбола, 11. Тел.: (+99865) 221-29-14; факс: (+99865) 221-29-14; e-mail: buxdu_rektor@buxdu.uz)

С диссертацией можно ознакомиться в Информационно-ресурсном центре Бухарского государственного университета (зарегистрирована под № _____). (Адрес: 200118, г. Бухара, ул. М.Икбола, 11. Тел.: (+99865) 221-29-14; факс: (+99865) 221-29-14; e-mail: buxdu_rektor@buxdu.uz).

Автореферат диссертации разослан « 21 » октября 2025 г.

(Реестр протокола рассылки № 7 от « 21 » октября 2025 г.)



Г.В. Избуллаева

Заместитель председателя Научного совета
по присуждению учёных степеней, доктор
педагогических наук (DSc), профессор

Я.Б. Рузнев

Секретарь Научного совета по присуждению учёных степеней, доктор филологических наук (DSc), доцент

Ш.Ш. Олимов

Председатель научного семинара при
Научном совете по присуждению учёных
степеней, доктор педагогических наук,
профессор

ВВЕДЕНИЕ

Актуальность и востребованность темы диссертации. В мире в системе образования развитых стран эмоциональная устойчивость, выносливость, терпимость учителя признается одним из факторов, определяющих эффективность педагогического процесса. Одним из критериев, определяющих качество образования, являются здоровые, устойчивые отношения между учащимся и учителем, способность учителя эффективно организовывать образовательный процесс, способность выдерживать эмоциональное напряжение. В таких развитых странах, как Финляндия, Канада, Япония, Германия, эмоциональная устойчивость в профессиональной подготовке педагогов формируется посредством специальных программ, и эта форма обучения рассматривается как основной критерий образовательного процесса. В мировой образовательной практике эмоциональная устойчивость учителя, его психическое состояние, обеспечение здоровой положительной среды учащихся напрямую связаны с эмоциональной способностью. В формировании эмоциональной устойчивости будущих учителей английского языка важное значение имеет непосредственное совершенствование содержания образования, развитие профессиональных компетенций, разработка инновационных форм и технологий обучения.

Широкое распространение процесса глобализации среди стран мира, растущий интерес к английскому языку требуют развития профессиональной компетентности будущих учителей. Международная образовательная организация UNESCO и программы SEL (Social and Emotional Learning) разрабатывают современные технологии для формирования эмоциональной устойчивости у учителей. Эти технологии предполагают формирование учителя не как дающего знания, а как личности, способной обеспечить устойчивое психологическое состояние. Исследования, проведенные в мире по преподаванию английского языка, показывают, что такие проблемы, как столкновение учащихся с эмоциональными блоками в процессе изучения иностранных языков, в частности, с тревогой, неспособностью освоить язык и страхом, требуют эмоциональной устойчивости учителя.

В нашей стране осуществляется широкомасштабная работа по созданию системы высшего образования, соответствующей приоритетным направлениям социально-экономического развития и требованиям международных стандартов. В частности, важную роль в "Концепции развития системы народного образования Республики Узбекистан до 2030 года..." играет обеспечение выполнения таких задач, как "...повышение качества системы непрерывного образования, совершенствование методов обучения, поэтапная реализация принципов индивидуализации образовательного процесса, внедрение инновационных проектов в образовательный процесс...."¹. В образовательном процессе психологическое состояние учителей, стрессоустойчивость, психологическая готовность, эмоциональная устойчивость учителя при обучении английскому языку

¹ Указ Президента Республики Узбекистан No УП-5712 "Об утверждении Концепции развития системы народного образования Республики Узбекистан до 2030 года" от 29.04.2019 г.

напрямую влияют на уверенность, мотивацию и отношение к знаниям у учащихся. Поэтому разработка и внедрение методической системы, направленной на формирование эмоциональной устойчивости при подготовке будущих учителей английского языка в высших учебных заведениях, становится важной научно-практической задачей. В частности, актуальное значение приобретает внедрение современных методик и инновационных педагогических технологий в процесс обучения английскому языку.

Данное диссертационное исследование в определенной степени служит выполнению задач, обозначенных в Указе Президента Республики Узбекистан № УП-60 «О Стратегии развития Нового Узбекистана на 2022-2026 годы» от 28 января 2022 года, Постановлениях № ПП-3775 «О дополнительных мерах по повышению качества образования в высших образовательных учреждениях и обеспечению их активного участия в осуществляемых в стране широкомасштабных реформах» от 5 июня 2018 года, № ПП-5847 «Об утверждении Концепции развития системы высшего образования Республики Узбекистан до 2030 года» от 8 октября 2019 года, № ПП-5117 «О мерах по поднятию на качественно новый уровень деятельности по популяризации изучения иностранных языков в Республике Узбекистан» от 19 мая 2021 года, а также в Постановлениях Кабинета Министров Республики Узбекистан № 610 «О мерах по дальнейшему совершенствованию качества преподавания иностранных языков в образовательных учреждениях» от 11 августа 2017 года, а также других нормативно-правовых документах, касающихся данной сферы деятельности.

Соответствие исследования приоритетным направлениям развития науки и технологий республики. Диссертация выполнена в соответствии с приоритетным направлением развития науки и технологий республики I. «Формирование системы инновационных идей и пути их реализации в социальном, правовом, экономическом, культурном, духовно-просветительском развитии информационного общества и демократического государства».

Степень изученности проблемы. В нашей стране учёными проведены научные исследования, посвящённые формированию эмоциональной устойчивости будущих учителей, профессиональных навыков преподавателей английского языка, а также социально-психологическому состоянию педагогов. В частности, проблема эмоциональной устойчивости была исследована Г.Х.Бакиевой, Л.Т.Ахмедовой, Ж.Ж.Жалоловым, Ф.М.Рашидовой². Проблема формирования профессиональных навыков будущих учителей английского языка рассмотрена в трудах Т.К.Саттарова, Х.Д.Палуановой, Д.Р.Джумановой, Д.У.Хошимовой, Б.Г.Кулматова, Х.

² Бакиева Г.Х. Узбекский язык для стран СНГ. – Москва: МГЛУ, 2012. – 120 с.; Ахмедова Л.Т. Теория и практика обучения профессиональной русской речи студентов-филологов. –Т.: Fan va texnologiya, 2013. – 200 с., Жалолов Ж. Чет тил ўқитиш методикаси. – Тошкент, 2012. – 430 б.; Рашидова Ф.М. Совершенствование концептуально-методических основ внедрения в систему непрерывного образования Узбекистана (на примере английского языка). Дисс. ... док. пед. наук. – Т.: 2017. – 309 с.

Маматкулова, М.А.Назаровой, Б.Р.Саматовой, М.Р.Файзиевой, Ф.Ш. Алимова³.

Учёные стран Содружества Независимых Государств, такие как А.В. Савченкова, В.Е. Медведева, Е.М. Семенова, А.А. Черникова, О.А. Казакова, С.М.Абрамов, И.А.Иванова, Ю.Б.Абакумова, А.Я.Айзенберг, Л.Г.Жук, В. Н. Максимова, М.И.Махмутов, Г.И.Рузавин, Г.В.Айзенк, К.К.Платонов⁴, провели исследования, посвящённые формированию интеллекта и устойчивости у будущих учителей.

Среди зарубежных учёных W.Atkinson, Derek Anthony Cabrera, D.Q. McNerny, C.McGuinness, J.A.Belz, B.S.Bloom, P.Boyd, E.White, A.Szplit, Doff Adrian⁵ проводили исследования, связанные с подготовкой учителей в аспекте

³ Саттаров Т.К. Формирование профессиональных умений будущего учителя иностранного языка на практических занятиях по специальности (на материале английского языка): Автореф.дис...д-ра пед.наук. –Ташкент, 2000. – 32 с., Палуанова Х.Д. Инглиз, ўзбек, рус ва қорақалпоқ тилларида экологик терминларнинг деривацион-семантик принциплари: Автореф. дисс. ... филол.фан. док. – Тошкент, 2016. – 28 б.; Джуманова Д.Р. Фонологическая модель слова в условиях языкового контактирования.: Дис. докт. фил.наук. – Ташкент, 2016. – 266 с.; Хошимова Д.У. Лингводидактические основы изучения лакунов в контексте современного функционирования русского языка и межязыковых взаимодействий: Дис. ... докт. пед. наук. – Ташкент, 2007. – 209 с., Кулматов Б.Г. Инглиз тилини инновацион технологиялар ёрдамида ўқитишда CEFR мезонларидан фойдаланишнинг назарий асослари ва такомиллаштириш. Пед. фан. бўйи. фал. д-ри (PhD) дисс. ... автореф. –Т.: 2018. – 45 б., Х.Маматкулов «Педагогларда хорижий тиллар бўйича касбий компетентликни ривожлантиришнинг ахборот-методик таъминоти ва такомиллаштириш» мавзусидаги 13.00.02–Таълим ва тарбия назарияси ва методикаси (инглиз тили) (педагогика фанлари) диссертацияси, Назарова М.А. Инглиз тилидаги матнларни ўқишда талабаларни лексик полисемияга ўргатиш ва такомиллаштириш. Педагог. фан.д-ри. ... дисс. автореф. –Т.: 2018. – 42 б.; Саматова Б.Р. Инглиз тилини ўқитишда нофилологик йўналиш талабаларининг мотивацияси (юриспруденция йўналиши талабалари. 150 б., Файзиева М.Р. «Ўқув жараёнига мослашувчи WEB тизимларни яратиш» педагогика фанлари бўйича фалсафа доктори (phd) дисс. ... автореф. Тошкент, 2017. – 45 с., Alimov F.Sh. Ingliz tilida yozuv kompetensiyasini shakllantirish. Avtoref. Diss. ... ped.fan. falsafa dok. – Toshkent, 2018;

⁴ Савченкова А.В. Эмоциональный интеллект и стрессоустойчивость: подходы к формированию у будущих учителей. // Вестник педагогических исследований. – 2022. – №2(58). – С. 45–52., Медведева В.Е. Психологическая устойчивость и профессиональное выгорание педагогов. – Санкт-Петербург: Речь, 2020. – 176 с., Семёнова Е.М. Современные технологии развития эмоциональной устойчивости у преподавателей. – Екатеринбург: Изд-во Уральского университета, 2023. – 192 с., Черникова А.А. Диагностика и коррекция эмоциональной нестабильности у педагогических работников. // Наука и образование: современные тенденции. – 2024. – №4. – С. 88–94. Казакова О.А. Развитие эмоциональной устойчивости педагогов в условиях профессиональной деятельности: монография. – Москва: Просвещение, 2021. – 208 с., Абрамов С.М. Воспитание образовательной самостоятельности студентов гуманитарных вузов в процессе дистанционного обучения: автореф. дисс. ... канд. пед. наук: – Екатеринбург, 2003. –228 с., Иванова И.А. Самостоятельная работа как условие развития индивидуальности студентов педагогических вузов: дисс. канд. пед. наук: – Волгоград, 2008. – 191 с., Абакумова Е.Б. Теория вопроса самообразования в философской, психолого – педагогической и социологической литературе / Е. Б. Абакумова // Актуальные задачи педагогики: сбор. матер. междуна. заочной науч. конф. –Чита: Молодой ученый, 2012., Айзенберг А.Я. Самообразование: история, теория и современные проблемы / А.Я. Айзенберг. – М.: Высшая школа, 1986. – 128 с. Жук Л.Г. Интернет – технологии как средство организации самостоятельной работы студентов технических вузов: на материале обучения иностранному языку: дисс. ... канд. пед. наук: – СПб., 2006. – 265 с. Максимова В.Н. Меж предметные связи в процессе обучения /Москва: Просвещение, 1988. – 192 с.; Махмутов М.И. Современный урок. Вопросы теории: Монография. 2-е изд., испр. и доп. – Москва: Педагогика, 1986. – 184 с.; Рузавин Г.И. Концепции современного естествознания: Учебник для вузов. – Москва: ЮНИТИ, 2000. – 287 с. Айзенк Г. В. Психология индивидуальности. Факторные теории личности/Ганс Юрген Айзенк и Гордон Виллард Олпорт //М.: Юстицинформ.-95 с. – 2002. Platonov K. K. The problem of personality in social psychology //Soviet Psychology. – 1972. – Т. 11. – №. 1. – С. 123-138.

⁵ Atkinson W. William The Art of Logical Thinking / William W. Atkinson. – NC.: LuluPress, 2012. – 227 p., Derek Anthony Cabrera. Systems thinking. A Dissertation Presented to the Faculty of the Graduate School of Cornell University in Partial Fulfillment of the Requirements for the Degree of Doctor of Philosophy. 2006., McNerny D.Q. Being Logical: A Guide to Good Thinking / D.Q.McNerny. – Los Angeles.the Hardcover edition, 012. – 301 p., McGuinness, C. From thinking skills to thinking classrooms. Research brief, 1999. – 115 p., Belz J.A., Thorne S.L. Computer mediated Intercultural Foreign Language Education. Boston, MA: Heinle & Heinle, 2006., Bloom B. S. Taxonomy of educational objectives. Volume II: The Affective Domain / B. S. Bloom, B. B. Masia, D. K. Krathwohl. New York: Mckay, 1964., Bloom, B.S.(Ed.).1956. Taxonomy of educational objectives: The classification of educational goals: Handbook I. cognitive domain. NewYork: Longman., Boyd, P. & White, E. (2017). Teacher Educator Professional Inquiry in an Age of Accountability. In: Boyd, P. & Szplit, A. (eds.) Teacher and Teacher Educator Inquiry: International Perspectives. Kraków: Attyka, Bullock, S. M., & Christou, T. (2009). Exploring the radical middle between theory and practice: A collaborative self – study of beginning teacher educators. Studying Teacher Education, 5(1), 75–88., Doff Adrian. Teach English. Cambridge University Press in association with the British Council, 2004

эмоциональной устойчивости, нарушений эмоциональной регуляции, а также проблем психического развития личности.

Несмотря на то, что учеными отрасли проведены различные исследования по методическим аспектам исследуемой проблемы, рассматриваемая нами проблема, то есть вопрос формирования эмоциональной устойчивости будущих учителей английского языка, не изучалась в качестве отдельного монографического исследования.

Связь диссертационного исследования с планами научно-исследовательских работ высшего образовательного учреждения, в котором выполнена диссертация. Диссертация выполнена в соответствии с планом научно-исследовательских работ Бухарского государственного педагогического института в рамках научно-исследовательского плана «Устранение проблем в области педагогики и внедрение современных подходов в практику» (2022-2025 годы).

Целью исследования разработка методических рекомендаций по формированию эмоциональной устойчивости будущих учителей английского языка.

Задачи исследования:

определение текущего состояния формирования эмоциональной устойчивости у будущих учителей английского языка;

совершенствование инновационных методов и заданий по формированию эмоциональной устойчивости будущих учителей английского языка;

совершенствование методики развития принципов гибкости, адаптивности и практической направленности обучения, основанного на формировании эмоциональной устойчивости будущего учителя английского языка в интерактивной образовательной среде.

разработка дидактического и методического обеспечения формирования эмоциональной устойчивости будущих учителей английского языка.

В качестве **объекта исследования** выбран процесс формирования эмоциональной устойчивости будущего учителя английского языка, к экспериментально-опытной работе были привлечены 585 студентов, обучающихся в Бухарском государственном педагогическом институте, Наваийском государственном университете, Каршинском государственном университете.

Предмет исследования составляют содержание, формы, методы и средства формирования эмоциональной устойчивости будущих учителей английского языка.

Методы исследования. В процессе исследования использовались методы наблюдения за учебно-воспитательным процессом по теме, философский, педагогический, психологический, сравнительный анализ, беседа, анкетирование, вопрос-ответ, тест, математико-статистический анализ, опрос-анкета.

Научная новизна исследования состоит из следующих:

уточнено содержание формирования эмоциональной устойчивости у будущих учителей английского языка на основе прогнозирования актуального состояния педагогической деятельности через создание инновационной образовательной среды, интеграцию рефлексивно-когнитивных и мотивационных принципов, а также обеспечение рефлексивных связей;

усовершенствовано научно-методическое обеспечение развития интеллектуального потенциала, креативного мышления и профессионально-творческой активности будущих учителей английского языка на основе разработанных заданий различного уровня («объект-объект», «объект-субъект», «субъект-субъект»), направленных на формирование их эмоциональной устойчивости;

сформированы методические требования, направленные на развитие структурных основ (содержание, цели и задачи) формирования эмоциональной устойчивости будущего учителя английского языка, а также адаптивности к интерактивной среде обучения на основе принципов адаптивной и практической направленности, совершенствования компетенций, предъявляемых к созданию учебно-познавательных заданий, на основе рефлексивной адаптации уроков английского языка;

создано дидактическое и методическое обеспечение, направленное на эффективное овладение знаниями, умениями, навыками преподавателей английского языка на основе репродуктивной, продуктивной, исследовательской, творческой деятельности как средства формирования эмоциональной устойчивости будущих учителей английского языка.

Практические результаты исследования:

по вопросам формирования эмоциональной устойчивости у будущих учителей английского языка издано учебное пособие "Methodology of teaching English," предназначенное для студентов направлений 60111800-Иностранный язык и литература (английский язык) и 60112600 - Иностранный язык (английский язык) в дошкольном и начальном образовании;

издано методическое пособие «Write it Right: Practical Guide to Task 1», служащее для определения уровня сформированности эмоциональной устойчивости будущих учителей английского языка;

разработана система заданий на основе «Индикатора копинг-стратегий», отражающая креативное содержание проблемно-поисковой деятельности и формирование эмоциональной устойчивости у будущих учителей английского языка;

в целях формирования эмоциональной устойчивости будущих учителей английского языка и обеспечения их устойчивости внедрена в практику методика диагностики стресса.

Достоверность результатов исследования подтверждается использованием методологического и научно-педагогического подхода к исследуемой проблеме, комплекса методов, соответствующих цели, объекту, предмету, задачам исследования, опорой на статистические данные и математико-статистической обработкой результатов экспериментально-опытной работы, а также содержанием опубликованных работ по теме. Вместе

с тем определяются системным и последовательным подходом к проблеме исследования, логичностью проектирования, результатами эксперимент-опыта и их соответствие современным требованиям, предъявляемым к педагогическим исследованиям, анализом реальной педагогической практики и педагогического опыта; логически обоснованной программой исследования; компетентностью для достижения поставленной цели и решения исследовательских задач, системным подходом, формированием эмоциональной устойчивости у будущих учителей английского языка, применением принципов интегративности; результатами эксперимент-опыта и их связью с современными требованиями, предъявляемыми к педагогическим исследованиям; непосредственным наблюдением и изучением состояния специфических особенностей формирования и развития эмоциональной устойчивости учителя в процессе педагогической деятельности.

Научная и практическая значимость результатов исследования.

В результате исследования организация процесса профессиональной подготовки студентов обогащена методическими материалами, научно-педагогическими взглядами, теоретическими подходами, служащими совершенствованию учебного процесса, обладающими потенциалом формирования и развития эмоциональной устойчивости у будущих учителей английского языка. Также в образовательном процессе использованы научно-методические рекомендации по содержанию, особенностям процесса формирования и развития эмоциональной устойчивости у будущих учителей английского языка, способам, формам и методам его организации, организации процесса эмоциональной устойчивости.

В диссертационной работе использованы научно-практически обоснованные подходы и рекомендации по организации процесса формирования эмоциональной устойчивости у будущих учителей английского языка, обогащению содержания, обеспечению качества и эффективности, а также разработанные в результате исследования концепция, принципы и средства формирования эмоциональной устойчивости, разработаны рекомендации по определению уровня формирования и развития эмоциональной устойчивости будущего учителя английского языка, повышению квалификации будущих учителей английского языка, написанию учебников и пособий по английскому языку.

Внедренность результатов исследования. Полученные научные результаты внедрены в следующих работах:

предложения по содержанию формирования эмоциональной устойчивости у будущих учителей английского языка, созданию инновационной образовательной среды, обеспечению интеграции принципов рефлексивно-когнитивной мотивации и рефлексивных связей, прогнозированию текущего состояния деятельности учителя использованы в проекте "English Access Microscholarship Program," реализованном Самаркандским государственным институтом иностранных языков в 2022-2024 годах на основании письма № 2/24-4/7-690 Министерства высшего и среднего специального образования от 12 декабря 2022 года и финансируемого Государственным департаментом США в сотрудничестве с

Посольством США в Ташкенте и Американским советом по международному образованию. (Справка № 1469/02 Самаркандского государственного института иностранных языков Министерства высшего образования, науки и инноваций Республики Узбекистан от 25 июля 2025 года). В результате обогащена методика формирования эмоциональной устойчивости будущих учителей английского языка;

предложения и рекомендации по поддержке развития интеллектуального потенциала, креативного мышления и профессионально-творческой активности будущих учителей английского языка на основе разработанных заданий различного уровня («объект-объект», «объект-субъект», «субъект-субъект»), направленных на формирование их эмоциональной устойчивости использованы в процессе реализации инновационного проекта женщин-ученых на тему "Методика применения IT-технологий на уроках литературы в 5-6 классах общеобразовательных школ" (2024-2025 гг.) (Справка № 01-09/330 Национального института педагогики воспитания имени Кары Ниязи от 5 августа 2025 г.). В результате было достигнуто дальнейшее совершенствование практических навыков учителей за счет формирования эмоциональной устойчивости будущего учителя английского языка;

рекомендации относительно методических требований, направленных на развитие структурных основ (содержание, цели и задачи) формирования эмоциональной устойчивости будущего учителя английского языка, а также адаптивности к интерактивной среде обучения на основе принципов адаптивной и практической направленности, совершенствования компетенций, предъявляемых к созданию учебно-познавательных заданий, на основе рефлексивной адаптации уроков английского языка использованы при подготовке учебного пособия "Methodology of teaching English." (разрешение на публикацию № 768/650, выданное на основании приказа № 258 Министерства высшего образования, науки и инноваций от 9 июля 2025 г.). В результате это способствовало дальнейшему обогащению содержания процесса развития профессиональных и личностных качеств будущих учителей;

предложения и рекомендации по созданию дидактического и методического обеспечения, направленного на эффективное овладение знаниями, умениями, навыками преподавателей английского языка на основе репродуктивной, продуктивной, исследовательской, творческой деятельности как средства формирования эмоциональной устойчивости будущих учителей английского языка внедрены в процесс преподавания английского языка в Бухарском государственном педагогическом институте, Каршинском государственном университете и Навоийском государственном университете (справка № 02/01-01289 Научно-исследовательского центра по развитию высшего образования от 18 июля 2025 года). В результате усовершенствованы методические возможности формирования эмоциональной устойчивости будущих учителей английского языка.

Апробация результатов исследования. Основное содержание диссертации было обсуждено на 5 международных и 6 республиканских научно-практических конференциях.

Опубликованность результатов исследования. По результатам исследования опубликовано 26 научных работ, в том числе 9 статей в научных изданиях, рекомендованных Высшей аттестационной комиссией Республики Узбекистан для публикации основных научных результатов диссертаций, из них 5 в республиканских и 4 в зарубежных журналах.

Структура и объем диссертации. Диссертация состоит из введения, трех основных глав, заключения, списка использованной литературы, общий объем составляет 150 страниц.

ОСНОВНОЕ СОДЕРЖАНИЕ ДИССЕРТАЦИИ

Во **введении** диссертации обоснованы актуальность и востребованность темы, определены цель и задачи, объект и предмет, научная и практическая значимость исследования. Показано соответствие исследования приоритетным направлениям развития науки и технологий республики, изложены его научная новизна и практические результаты. Приведены сведения о внедренности результатов исследования в практику, апробации работы, опубликованных работах и структуре диссертации.

Первая глава диссертации называется **«Теоретические основы формирования эмоциональной устойчивости будущих учителей английского языка»**. Вопрос формирования эмоциональной устойчивости будущих учителей английского языка является одним из актуальных направлений в современной педагогике и психологии. Эмоциональное состояние учителя в образовательном процессе напрямую влияет не только на его личное благополучие, но и на эффективность взаимодействия с учащимися, повышение качества образования и профессиональное развитие.

Первый раздел главы называется *«Значение формирования эмоциональной устойчивости будущих учителей английского языка»*. Понятие эмоциональной устойчивости выражает способность человека осознавать, контролировать, координировать и направлять свои эмоции в позитивное русло. Она позволяет поддерживать психологическое равновесие человека, принимать правильные решения в стрессовых ситуациях, применять конструктивный подход в процессе общения. Педагогико-психологические исследования показывают, что эмоциональная устойчивость является одним из основных факторов формирования профессиональных компетенций учителя, поскольку эмоциональное состояние учителя в процессе обучения напрямую влияет на качество образования, взаимодействие с учащимися и здоровую педагогическую среду. Эмоциональная устойчивость учителя определяет не только состояние его личного благополучия, но и уровень эффективного достижения образовательных целей.

Эмоциональная устойчивость - это способность человека справляться с различными стрессовыми факторами, контролировать свои эмоции, эффективно использовать их в соответствии с ситуацией. Формирование этого качества особенно важно для будущих учителей английского языка, поскольку они работают в многокультурной среде общения, им необходимо адаптироваться к различным психолого-педагогическим ситуациям.

Роль эмоциональной устойчивости особенно важна для будущих учителей английского языка. Процесс обучения иностранному языку

включает в себя сложные психологические и коммуникативные ситуации. На уроках английского языка учитель работает в многокультурной среде общения, взаимодействует с учащимися разного характера и темперамента, сохраняет их мотивацию, организует учебный процесс на основе положительного эмоционального фона. Поэтому эмоциональная устойчивость рассматривается в профессиональной подготовке будущего учителя английского языка не только как дополнительное качество, но и как необходимая педагогическая компетенция.

Эмоциональная устойчивость позволяет будущим учителям английского языка управлять стрессом в учебном процессе, налаживать эффективное общение с учащимися, осуществлять быструю психологическую адаптацию в нетрадиционных ситуациях, а также продолжать свое профессиональное развитие на устойчивой основе. Это качество не только обеспечивает их личное эмоциональное благополучие, но и служит формированию позитивной психологической среды в образовательном процессе.

Будущие учителя английского языка должны быть готовы к таким аспектам, как общение на иностранном языке, работа в среде разнообразного межкультурного общения, преодоление возникающих в процессе обучения трудностей. Поэтому формирование их эмоциональной устойчивости становится важной задачей современной системы подготовки педагогических кадров.

Второй раздел главы называется *«Понятие эмоциональной устойчивости в педагогико-психологической литературе и её роль в образовательном процессе»*. В научной литературе существуют различные определения эмоций, которые интерпретируются как способность контролировать внутреннее эмоциональное состояние человека, сохранять самообладание в стрессовых ситуациях и поддерживать положительный психологический баланс. С психологической точки зрения это качество неразрывно связано с эмоциональным интеллектом человека, волевыми качествами и уровнем адаптивности.

Роль эмоциональной устойчивости в образовательном процессе неопределима. Потому что педагогическая деятельность, особенно для будущих учителей английского языка, требует высокого уровня общения, терпения, эмпатии и поддержания позитивной психологической атмосферы. Формирование эмоциональной устойчивости у студентов усиливает их стрессоустойчивость, учебную мотивацию, а также процесс профессионального самосознания.

Поэтому в педагогико-психологической литературе широко освещены причины стрессового состояния, этапы его формирования, механизмы воздействия, стратегии выхода из него, а также влияние стресса на личность педагога. На основе этой литературы можно определить возможности учителя по борьбе со стрессом, механизмы психологической защиты и пути формирования эмоциональной устойчивости.

Будущие педагоги, работающие в сфере образования - в частности, учителя английского языка - сталкиваются со многими психологическими барьерами, эмоциональным давлением, организационными трудностями и личными проблемами. Эти факторы оказывают непосредственное влияние на их эмоциональную устойчивость, профессиональный рост и качество

образования. Поэтому анализ понятия стресса, его причин и последствий, а также определение методов борьбы со стрессом имеет важное научное и практическое значение.

Стресс - это общая ответная реакция организма на факторы (стрессоры), нарушающие его внутреннее равновесие, состояние психического и физического напряжения, возникающее в ответ на давление, тревогу и испытания, с которыми человек сталкивается в жизни. Любая стрессовая реакция проявляется в организме через стадии предупреждающего сигнала, сопротивления и усталости. Эта теория широко используется не только в медицине, но и в педагогике, психологии и социологии.

Анализ научных основ развития стрессоустойчивости помогает разработать эффективный концептуальный подход к личностному и профессиональному развитию путем изучения психологических особенностей процесса адаптации и их применения в педагогическом процессе.



Рисунок № 1.1 Значение стрессоустойчивости и процесса адаптации

Формирование эмоциональной устойчивости в процессе педагогической деятельности требует постоянного психологического самоконтроля, развития стрессоустойчивости, создания положительного эмоционального фона, установления здорового общения с коллегами и учащимися. Этот процесс осуществляется путем сочетания педагогического мастерства, эмоционального интеллекта, личностной рефлексии и профессиональной мотивации.

Таблица №1.1

**Особенности формирования и развития эмоциональной устойчивости
учителя в процессе педагогической деятельности**

Основное направление	Содержание	Средства	Результат
Формирование эмоциональной устойчивости	Поддержание эмоционального равновесия учителя и развитие стрессоустойчивости	Тренинги, рефлексия, методы управления стрессом, психологические занятия	Устойчивое эмоциональное состояние, позитивная психологическая атмосфера, положительный пример для учащихся
Развитие эмоциональной устойчивости	Совершенствование эмоционального интеллекта и повышение адаптивности в процессе профессиональной деятельности	Интерактивные методы, самоанализ, личностно-ориентированные методы, релаксационные упражнения	Эффективное общение с учащимися, профессиональный рост, повышение мотивации, стрессоустойчивость

Вторая глава диссертации называется **«Методика формирования эмоциональной устойчивости будущего учителя английского языка»**. Методика формирования эмоциональной устойчивости будущих учителей английского языка занимает важное место в современном педагогическом процессе. Эмоциональная устойчивость в профессиональной деятельности учителя является одной из основных личностных компетенций, служащих не только психологическому самоконтролю, но и установлению эффективного общения с учащимися, поддержанию равновесия в стрессовых ситуациях и повышению качества образовательного процесса. Учителя английского языка в своей деятельности сталкиваются с многокультурной средой общения, различными психологическими состояниями и интенсивными коммуникативными процессами, поэтому их эмоциональная устойчивость должна быть сформирована на высоком уровне.

Методика формирования эмоциональной устойчивости будущих учителей английского языка тесно связана с профессиональной подготовкой личности и включает в себя не только теоретические знания, но и практические навыки. Благодаря такому подходу учителя смогут проводить самоанализ, управлять эмоциями, создавать позитивную психологическую среду с учащимися и продолжать профессиональное развитие.

Первый раздел главы называется *«Методическая проблема формирования эмоциональной устойчивости будущего учителя английского языка»*. Педагогическая деятельность требует не только процесса обучения и воспитательного воздействия, но и работы учителя под постоянной эмоциональной нагрузкой. Этот вид деятельности по своей природе является одной из областей, эмоционально сложных и требующих устойчивости. Поэтому формирование и развитие эмоциональной устойчивости учителя является одной из важных психолого-педагогических задач. Учитель должен уметь понимать учеников и правильно реагировать на их настроение и

потребности. Это требует эмоциональной чувствительности, эмпатии и понимания своих чувств.

В формировании и развитии эмоциональной устойчивости учителей эффективными считаются следующие методические подходы:

- психологические тренинги и релаксационные занятия;
- программы, направленные на повышение стрессоустойчивости;
- занятия по профессиональной рефлексии и самосознанию;
- технологии, развивающие эмпатию и эмоциональный интеллект;
- организация групп эмоциональной поддержки с коллегами;
- организация сбалансированного режима работы и отдыха.

Эмоциональная устойчивость учителя - один из основных факторов, непосредственно влияющих на его профессиональную эффективность, личное здоровье и качество педагогического воздействия на учащихся. В настоящее время возрастает необходимость формирования системного подхода в этой области, использования современных психолого-педагогических подходов.

Эмоциональная устойчивость проявляется в этом процессе как механизм психологической защиты, противостоящий стрессовым факторам. Будущий учитель английского языка, обладающий устойчивым эмоциональным состоянием, способен контролировать свои эмоции, анализировать педагогические ситуации, принимать рациональные решения и сохранять равновесие в стрессовых ситуациях. И наоборот, если эмоциональная устойчивость низкая, стресс усиливается, что усложняет процесс профессиональной подготовки и приводит к неуверенности в себе, усталости, снижению мотивации в личности учителя.

Таблица №2.1

**Основные особенности формирования эмоциональной устойчивости
учителя**

№	Название особенности	Описание
1.	Эмоциональная рефлексия	Учитель должен уметь понимать свои эмоции и оценивать их. Это достигается путем самоанализа.
2.	Стрессоустойчивость	Способность сохранять самообладание в сложных ситуациях и хладнокровно решать проблемы.
3.	Эмоциональное самоуправление	Умение направлять и управлять негативными эмоциями в позитивное русло.
4.	Эмоциональная стабильность в общении	Необходимо сохранять эмоциональную устойчивость в общении с учащимися, родителями и коллегами.
5.	Профессиональная эмпатия	Понимание чувств учащихся и проявление к ним позитивного отношения.
6.	Сохранение мотивации	Учитель должен подходить к своей деятельности в позитивном духе и постоянно развивать внутреннюю мотивацию.
7.	Использование психологических услуг	При необходимости, получение психологической помощи или использование техник саморазвития.
8.	Саморазвитие на основе рефлексивного анализа	Извлекать уроки из каждого урока или ситуации, работать над собой.

Связь между эмоциональной устойчивостью и стрессом в профессиональной подготовке показывает следующее:

- **если эмоциональная устойчивость высокая** - уровень стресса снижается, адаптация к педагогическим ситуациям ускоряется;

- **если эмоциональная устойчивость низкая** - уровень стресса повышается, профессиональные компетенции учителя не могут быть полностью продемонстрированы.

Поэтому в процессе профессиональной подготовки будущих учителей английского языка укрепление эмоциональной устойчивости рассматривается как важнейшее условие управления стрессом. В этом направлении большое значение имеют психологические тренинги, технологии снижения стресса, занятия по развитию эмоционального интеллекта, применение методов личностной рефлексии.

Такой подход создает основу не только для сохранения психического здоровья учителя, но и для успешного осуществления профессиональной деятельности в будущем, создания положительной психологической среды в процессе урока.

Второй раздел главы называется *«Технологии формирования эмоциональной устойчивости будущих учителей английского языка»*. Формирование профессиональных и личностных компетенций учителя, включая эмоциональную устойчивость, особенно важно для учителей английского языка, поскольку процесс обучения иностранному языку требует многокомпонентных, богатых межкультурной коммуникацией, нетрадиционных методических подходов.

Дидактические принципы - это основные правила, направляющие содержание, формы и методы обучения, которые служат для эффективного педагогического направления деятельности учителя. Правильное применение этих принципов на практике проявляется как важное средство развития эмоциональной устойчивости будущего учителя английского языка.

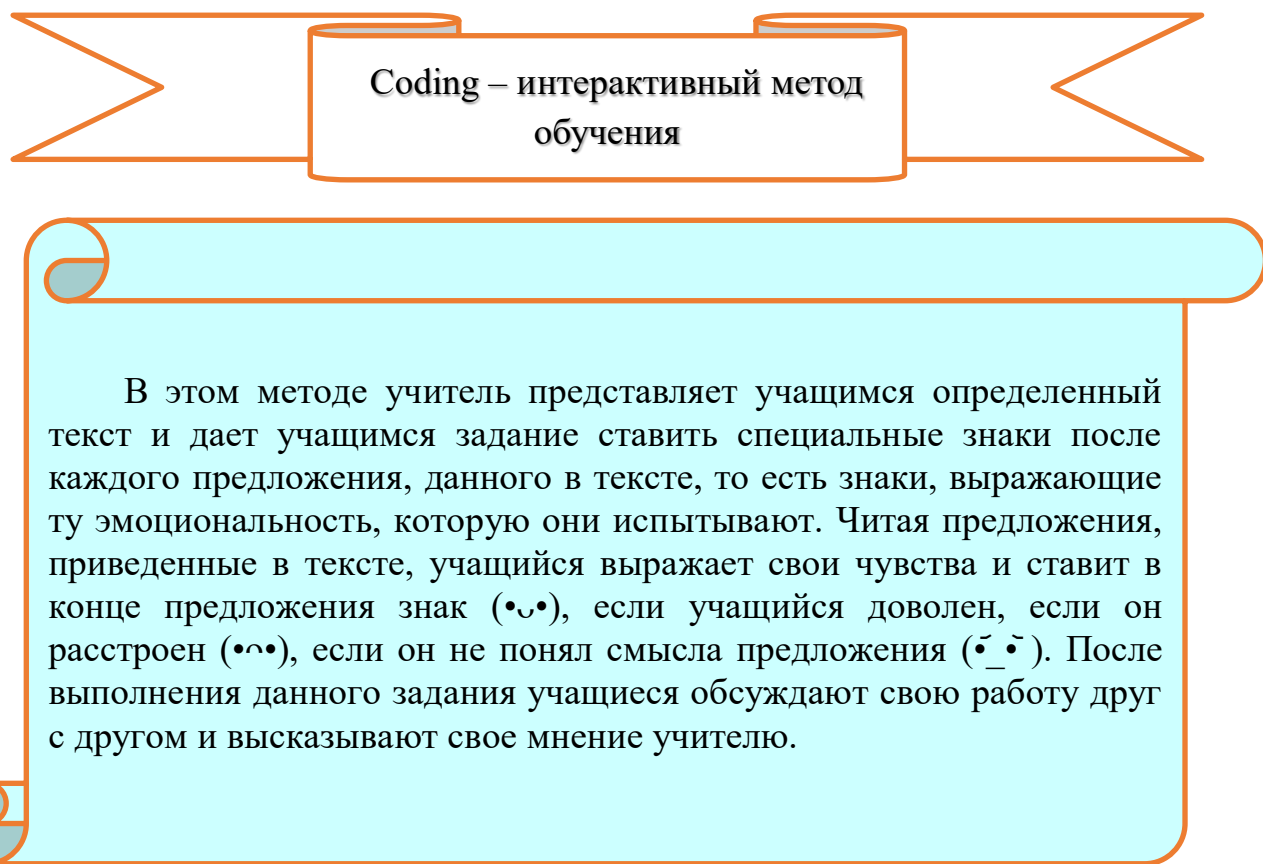
1. Принцип направленности на личность учащегося. На основе этого принципа учебные процессы ориентированы не только на передачу знаний, но и на индивидуальные возможности, потребности, интересы и психологическое состояние учащегося. Такой подход учит учителя контролировать свои эмоции, управлять стрессом, положительно организовывать межличностное общение. В результате будущий учитель постепенно развивает в себе эмоциональную устойчивость.

2. Принцип развития активности и самостоятельности. Поощряя активность и самостоятельность на занятиях по обучению иностранному языку, учитель развивает навыки большего наблюдения за своим влиянием на учащихся, принятия решений, соответствующих ситуации, работы в динамичных психологических условиях. В этом процессе закрепляются важные психологические аспекты, служащие формированию эмоциональной устойчивости - такие качества, как самообладание, терпение, позитивное мышление.

3. Принцип использования наглядности и мультимедийных презентаций. Когда современные уроки английского языка обогащаются наглядными пособиями, аудио-видеоматериалами, интерактивными технологиями, учитель имеет возможность четко выражать свое мнение, уменьшать стрессовые ситуации на уроке, поддерживать позитивную связь с аудиторией. Это служит душевно-психологической стабильности учителя.

4. Принцип поэтапности и системности. На основе этого принципа занятия организуются последовательно и систематически. Такой подход позволяет учителю контролировать свои планы, оценивать свою деятельность, а также адаптироваться к меняющимся условиям. В результате учитель может регулировать свои эмоциональные переживания.

5. Принцип рефлексии и самоанализа. В процессе обучения иностранному языку после каждого занятия будущий учитель учится самосознанию, глубокому анализу своих эмоций, оценивая свою деятельность, выявляя недостатки, показывая положительные стороны. Это один из важнейших этапов эмоциональной стабильности.



Coding – интерактивный метод обучения

В этом методе учитель представляет учащимся определенный текст и дает учащимся задание ставить специальные знаки после каждого предложения, данного в тексте, то есть знаки, выражающие ту эмоциональность, которую они испытывают. Читая предложения, приведенные в тексте, учащийся выражает свои чувства и ставит в конце предложения знак (••), если учащийся доволен, если он расстроен (•~•), если он не понял смысла предложения (•_•). После выполнения данного задания учащиеся обсуждают свою работу друг с другом и высказывают свое мнение учителю.

Рис.№2.1. Содержание интерактивного метода обучения Coding

Таблица № 2.2

Факторы эмоционального воздействия на языковые навыки и пути преодоления

№	Навыки	Факторы эмоционального воздействия	Рекомендуемые методы
1	Аудирование	а) стресс от необычного фонетического тона и иностранного произношения, быстрой и интенсивной формы речи; б) страх совершить ошибку или неправильное понимание; д) неспособность сосредоточиться.	- поэтапное обучение; - ознакомление с различными вариантами акцентов; - обучение техникам активного слушания; - использование техники повторения синхронной речи (shadowing).
2	Чтение	а) сложные академические тексты; б) быстрое отвлечение внимания; д) бесцельное чтение.	- когнитивная переориентация; - обучение стратегиям чтения; - активизация работы и чтения с текстами различных жанров.
3	Говорение	а) боязнь говорить (Glossophobia); б) неуверенность в себе; д) стремление к совершенству и сравнение.	- психологически комфортные речевые занятия; - Использование метода «Обучение»; - подчеркивание важности коммуникации, а не совершенства, и выражение позитивного мнения.
4	Письмо	а) блок написания (writer's block); б) страх грамматических и орфографических ошибок; д) желание достичь совершенства и сравнения.	- свободное письмо (free academic writing); - обмен мнениями (peer feedback); - позитивный психологический подход.

Особенность педагогической деятельности заключается в том, что она тесно связана с постоянной эмоциональной нагрузкой, временным давлением и психологическими испытаниями, вытекающими из взаимодействия с учащимися. Поэтому формирование эффективных методических подходов к управлению стрессом в профессиональной подготовке будущих учителей английского языка необходимо не только для их личного психического здоровья, но и для обеспечения качества будущего образовательного процесса.

Способность справляться со стрессом - это способность учителя сохранять эмоциональное состояние в сложных педагогических ситуациях, логически подходить к решению проблемных ситуаций, контролировать негативные эмоции и принимать конструктивные решения. Наличие этого навыка на развитом уровне способствует созданию учителем здоровой психологической среды, эффективному общению с учащимися, а также умению справляться с неудачами или внешним давлением в процессе урока.

Развитость стрессоустойчивости является важным фактором, определяющим профессиональный потенциал и эмоциональную устойчивость будущего учителя английского языка. Если этот навык будет сформирован на основе последовательного и системного подхода в процессе высшего образования, учитель не только добьется успеха в преподавании, но и вырастет

как профессиональная личность, положительно относясь к своей профессии. Развитие стрессоустойчивости в первую очередь направлено на укрепление психологической подготовки будущих учителей, развитие эмоционального интеллекта и формирование навыков контроля эмоций. Применение в образовательном процессе таких методов снижения стресса, как релаксационные упражнения, техники дыхания, медитация, обучение стратегиям конструктивного разрешения конфликтов повышает профессиональную устойчивость учителя. Регулярное проведение занятий по моделированию педагогических ситуаций, самооценке, рефлексии для повышения стрессоустойчивости в процессе профессиональной подготовки также дает эффективные результаты.

*Эмоциональная устойчивость*⁷ – это способность личности противостоять различным стрессовым факторам, контролировать свои эмоции, эффективно использовать их в соответствии с ситуацией. Формирование этого качества особенно важно для будущих учителей английского языка, поскольку они работают в многокультурной среде общения, им необходимо адаптироваться к различным психолого-педагогическим ситуациям.

Эмоциональная устойчивость определяется интеллектом человека и связана с качеством его умственной деятельности. Мыслительная деятельность человека, влияя на психическое состояние и уровень предвидения последствий своих действий, определяется его способностью управлять практической деятельностью, определять необходимую информацию, решать различные проблемы, возникающие в процессе жизнедеятельности, формировать адекватное отношение к решению возникающих задач, выбирать эффективные средства и методы деятельности.

Когнитивный компонент выражается через степень проявления интеллектуальных эмоций у человека при эмоциональной устойчивости. Именно эти эмоции определяют познавательную активность личности. Это подразумевает наличие у человека любознательности, непосредственного интереса и энтузиазма к окружающей среде.

Для педагогов, работающих в таком сложном процессе, как обучение иностранному языку, развитие эмоциональной устойчивости должно рассматриваться не только как личное здоровье, но и как основная гарантия психологического благополучия учащихся. Именно поэтому многие ученые, рассматривающие эмоциональную устойчивость как выражение эмоциональной устойчивости в профессии педагога, связывают ее с личностными качествами, присущими именно профессии.

⁷ Авторский подход



Рисунок №2.2. Модель формирования эмоциональной устойчивости у учителей английского языка

Комплексное внедрение методических условий управления стрессом в профессиональную подготовку будущих учителей английского языка создает прочную основу для повышения их психологической устойчивости, подготовки к сложным ситуациям в профессии учителя и эффективной педагогической деятельности в будущем.

Третья глава называется **«Организация педагогических экспериментально-исследовательских работ и их эффективность»**. Организация и проведение экспериментально-опытной работы с целью повышения эффективности формирования эмоциональной устойчивости будущих учителей английского языка является важным этапом педагогического исследования. Данный процесс направлен на развитие таких важных компетенций, как психологическая поддержка студентов, готовящихся к профессии учителя, самоконтроль в стрессовых ситуациях и поддержание эмоционального равновесия в процессе занятий.

Первый раздел главы называется *«Цели и задачи организации опытно-экспериментальных работ по формированию эмоциональной устойчивости будущих учителей английского языка»*. Программа экспериментально-опытных работ утверждена Ученым советом Бухарского государственного педагогического института, экспериментально-опытные работы проведены в Бухарском государственном педагогическом институте, Наваийском государственном университете, Каршинском государственном университете в 2022-2025 годах.

В целях обеспечения объективности результатов эксперимента работа велась по двум направлениям:

1. Выбор классов для преподавателей с большим опытом в контрольных и экспериментальных классах. Ведь каждый учитель проводит урок в своем уникальном стиле. Работа в одном стиле может повлиять на результаты эксперимента.

2. Выбор классов, в которых преподают учителя со стажем до 5 лет в контрольных и экспериментальных классах. Это связано с тем, что при обучении одного учителя в обоих классах метод работы, используемый учителем для одного класса, может быть применен и ко второму классу.

Мы использовали метод математической статистики при обработке результатов эксперимента. В нашей работе эффективность изучалась по следующим методическим критериям:

- 1) уровень успеваемости учителей;
- 2) качество усвоения учителями;
- 3) время, затрачиваемое учителями на обучение.

Во втором разделе главы, под названием *«Результаты и анализ опытно-экспериментальных работ»*, изложено то, что экспериментально-опытные работы были проведены в три этапа, увязанных по содержанию и об их результатах.

Экспериментально-опытные работы проведены в три этапа:

Подготовительный этап - на этом этапе определены теоретические основы, формируются экспериментальные группы, подобраны диагностические средства. На этом этапе оценено исходное эмоциональное состояние будущих учителей, уровень стрессоустойчивости, уровень эмоциональной устойчивости.

Основной (формирующий) этап - на этом этапе посредством специально разработанных педагогических технологий, тренингов, практических занятий у студентов развиваются эмоциональная устойчивость, способность к саморегуляции, навыки эмоционального сознания и эмпатии. Занятия, проводимые на основе дидактических принципов, интерактивные методы, ролевые игры и рефлексивные упражнения оказывают положительное влияние на психику студентов.

Контрольный (заключительный) этап - на этом этапе оценена эффективность экспериментальной программы. С помощью диагностических средств анализируются результаты в начале и конце эксперимента, выявляются положительные изменения. На этом этапе на основе качественного и количественного анализа делаются выводы и разрабатываются предложения.

Результаты, выявленные в ходе экспериментально-опытной работы, свидетельствуют о том, что современные подходы к стабилизации эмоционального состояния будущих учителей английского языка эффективны. Таким образом, студенты формируются как личности, готовые не только к профессиональной деятельности, но и к жизненным испытаниям, обладающие устойчивым эмоциональным равновесием. Методические рекомендации, разработанные на основе эксперимента-опыта, служат практическим руководством в процессе подготовки учителей.

Высшие учебные заведения, участвовавшие в экспериментально-опытной работе (Таблица №3.2.1):

Таблица №3.1

Количество студентов, участвовавших в экспериментально-опытной работе.

ВУЗ	Количество студентов экспериментальной группы	Количество студентов контрольной группы
Бухарский государственный педагогический институт	120	115
Навайский государственный университет	89	86
Каршинский государственный университет	87	88
Всего	296	289

Способность к самостоятельной творческой работе у студентов, участвовавших в экспериментально-опытной работе по проблеме совершенствования условий, связанных с проблемами оказания методической

помощи в формировании эмоциональной устойчивости будущих учителей английского языка, развивалась по сравнению со студентами контрольной группы.

Статистические показатели научно-исследовательских работ, проведенных в экспериментальной и контрольной группах, представлены в таблицах №3.1 и №3.2.

Таблица №3.2

Результаты предварительных ответов студентов.

№	Объекты эксперимента-опыта	Состояние и показатели ответов							
		Экспериментальная группа - 296 человек				Контрольная группа – 289 человек			
		«5» Отлично	«4» Хорошо	«3» удовлетворительно	«2» неудовлетворительно	«5» Отлично	«4» Хорошо	«3» удовлетворительно	«2» неудовлетворительно
1.	Бухарский государственный педагогический институт	15	19	59	57	12	21	60	52
2.	Навайский государственный университет	4	11	10	15	3	9	12	16
3.	Каршинский государственный университет	11	14	36	45	10	11		37
	Всего	30	44	105	117	25	41	118	105

Диаграмма, соответствующая этим выборкам, выглядит следующим образом:

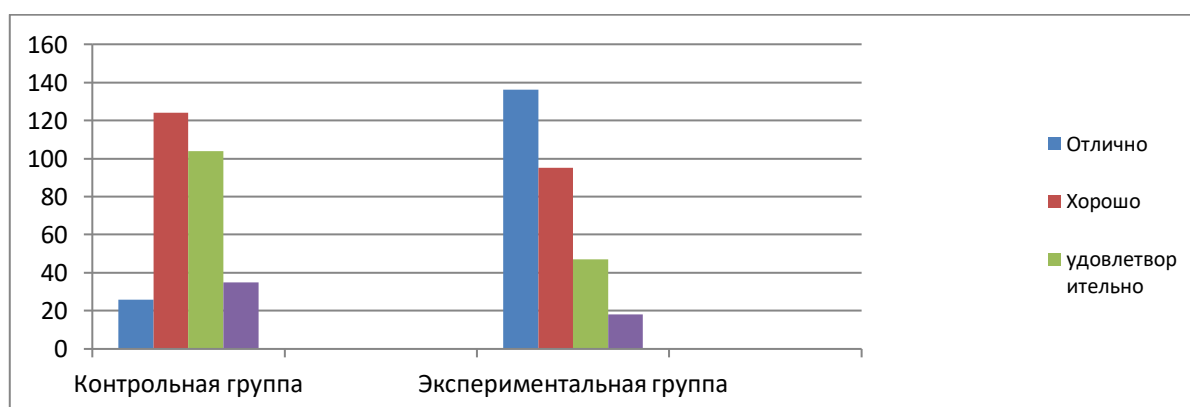


Рисунок №3.2.1. Выражение на диаграмме знаний студентов по методическим возможностям формирования эмоциональной устойчивости будущих учителей английского языка

Следовательно, как видно из диаграммы, разница между исходными показателями усвоения эксперимента практически незначительна. Это в свою очередь, отражает актуальность проблем, поставленных в научно-исследовательских работах.

На основе проведенных нами исследовательских работ обобщены данные о повышении эффективности методических возможностей формирования эмоциональной устойчивости будущих учителей английского языка, а также качественных и количественных изменениях развития их навыков (табл.№3.2.3).

Таблица №3.2.3

Итоговое распределение экспериментально-опытных показателей, проведенных в процессе оказания методической помощи по формированию эмоциональной устойчивости будущих учителей английского языка, участвовавших в экспериментально-опытной работе.

Экспериментальная группа	Объекты эксперимента-опыта	“5”	“4”	“3”	“2”	Всего
	Бухарский государственный педагогический институт	78	44	21	7	150
	Навайский государственный университет	16	13	8	3	40
	Каршинский государственный университет	42	38	18	8	106
	Всего	136	95	47	18	296
Контрольная группа	Бухарский государственный педагогический институт	5	4	3	2	Всего
	Навайский государственный университет	13	55	64	13	145
	Каршинский государственный университет	3	17	16	4	40
	Бухарский государственный педагогический институт	10	52	24	18	104
	Всего	26	124	104	35	289

Для сравнения данных в приведенной выше таблице создаем следующую таблицу (таблица №3.2.4).

Таблица №3.2.4

Сравнительная таблица статистических значений экспериментально-опытной работы, проведенной в процессе оказания методической помощи студентам, участвовавшим в экспериментально-опытной работе.

Этапы эксперимента	Экспериментальная группа Количество студентов - 296 чел.				Контрольная группа Количество студентов - 289 чел.			
	«5»	«4»	«3»	«2»	«5»	«4»	«3»	«2»
В конце эксперимента	136	95	47	18	26	124	104	35
В процентах:	46	32	16	06	9	43	36	12

Анализ результатов эксперимента-опыта показал, что у студентов экспериментальной группы, вовлеченных в исследовательский процесс, сформированы знания, умения и навыки по сравнению со студентами контрольной группы. Для объективной оценки этого состояния проводится статистический анализ, и только уточненный вывод подтверждает, что экспериментально-опытная работа была проведена научно, педагогически, технологически и методически правильно и эффективно. Для проведения статистического анализа в период констатирующего эксперимента-опыта также были выбраны методы Стьюдента и Пирсона. Этот метод позволяет определить и объективно оценить показатели, зафиксированные в двух группах. По сути математико-статистического метода на начальном этапе статистические показатели, зафиксированные в экспериментальной и контрольной группах, были определены как выборки и необходимо было создать вариационные ряды по уровням «5» (отлично), «4» (хорошо), «3» (удовлетворительно) и 2 (неудовлетворительно).

Для анализа таблицы №3.2.4 построим их диаграмму (рис.№3.2.2).

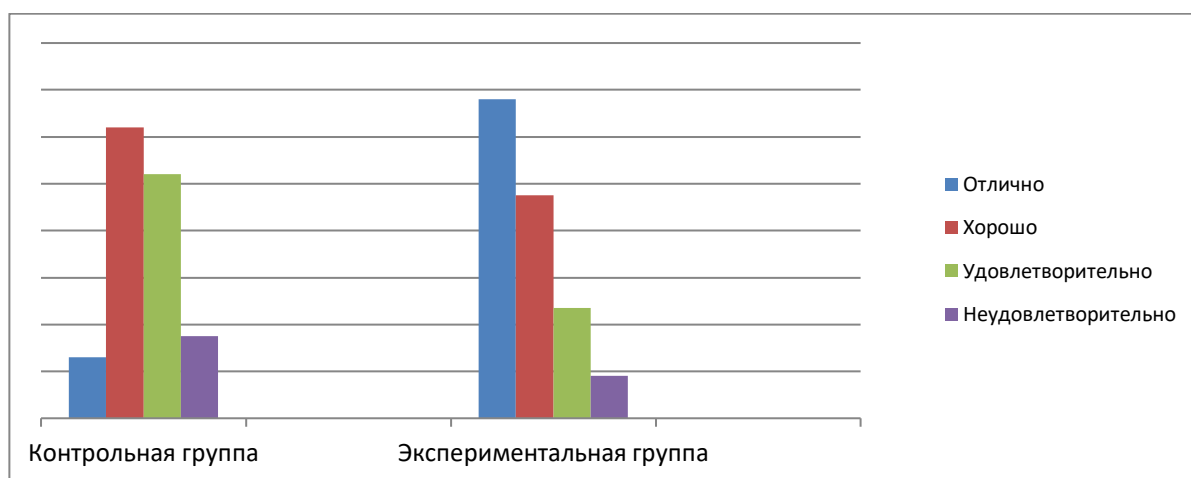


Рисунок №3.2.2. Диаграмма статистического анализа в конце педагогического эксперимента-опыта.

Из диаграммы видно, что высокие и средние показатели в экспериментальной группе выше, чем в контрольной группе.

Результаты исследования в период 2022–2025 годов были внедрены в практику методики формирования эмоциональной устойчивости будущих учителей английского языка на основе соответствующего подхода в высших учебных заведениях Каршинский, Бухарской и Наваийской областей, что обеспечило достижение эффективности на уровне 12,8 %.

ВЫВОДЫ

Парадигма современной системы образования определяется противоречиями и сложностями современного социокультурного развития. В этих условиях подготовка квалифицированных кадров, особенно в сфере образования, проявляется как сила, способная противостоять вызванным современностью проблемам. В связи с этим педагогическая деятельность отличается своей сложностью, многофункциональностью, разнообразием форм и видов деятельности, психологическими и физическими нагрузками и относится к «самым сложным профессиям».

Тем не менее, существуют трудности, с которыми педагогическая профессиональная деятельность сталкивается на практике, которые недостаточно учитываются в рамках действующих общепринятых норм и требований.

Многие проблемы, связанные со здоровьем учителей, как правило, подразумевают необходимость развития их эмоциональной устойчивости. Формирование такой устойчивости должно начинаться в процессе подготовки к профессиональной деятельности еще в вузе.

В связи с этим актуальность данного исследования определяется основной целью, заключающейся в определении комплекса дидактических условий и средств, направленных на формирование и развитие эмоциональной устойчивости у будущих учителей английского языка.

По результатам исследования достигнуты следующие выводы:

1. Эмоциональная устойчивость педагога характеризуется способностью личности адаптироваться и адекватно реагировать на существенные изменения внутренних и внешних параметров. Внутренние параметры выражаются мотивационными, эмоциональными, волевыми, когнитивными и перцептивными факторами. Внешние параметры определяются факторами социальной среды. Эмоциональная устойчивость учителя предполагает наличие: сформированных навыков и умений по осуществлению психорегуляции; психической устойчивости; уравновешенности; способности противостоять фрустрационным и стрессовым воздействиям в процессе педагогической деятельности.

2. Эмоциональная устойчивость определяется уровнем потребностей, мотивов, воли, готовности, осведомленности и готовности личности к выполнению конкретных задач. При этом его основные условия проявляются через психическую динамику личности, содержание эмоций, чувств и переживаний.

3. Основными детерминантами, определяющими эмоциональную устойчивость учителя, являются: профессиональная компетентность,

коммуникабельность и стрессоустойчивость. Одной из причин низкого уровня эмоциональной устойчивости у педагога является наличие признаков профессиональной деформации и эмоциональной усталости (эмоционального выгорания).

4. Специфические особенности педагогической деятельности проявляются в следующем: высокий уровень эмоциональности; наличие различных коммуникативных связей; многосторонние контакты по осуществлению общения и сотрудничества; потребность в постоянном принятии решений; поиск конструктивных путей разрешения конфликтов; необходимость учета многогранных особенностей профессиональной деятельности, выражающихся в единстве задач, связанных с развитием учащихся, таких как образование, воспитание и развитие.

5. Эмоциональная устойчивость - как показатель, определяющий уровень профессионального мастерства педагога, определяет качество его готовности к деятельности в сфере образования. Поэтому это качество является важным личностным качеством при осуществлении педагогической профессиональной деятельности.

РЕКОМЕНДАЦИИ

1. Процесс формирования и развития эмоциональной устойчивости у будущих учителей английского языка целесообразно связывать на этапе освоения дисциплин, относящихся к психолого-педагогическому циклу, в частности, с основными дисциплинами «Педагогика» и «Психология». Потому что именно через эти дисциплины приобретаются основные и косвенные концептуальные знания, связанные со сферой будущей профессиональной педагогической деятельности, что имеет важное значение в вариативной части профессиональной подготовки.

2. Особое внимание следует уделить процессу прохождения студентами педагогической практики. Ведь посредством этого процесса студенты осознают комплекс знаний, умений, навыков и личностных качеств, направленных на формирование и развитие эмоциональной устойчивости. Это помогает будущему учителю эффективно осуществлять свою профессиональную деятельность.

3. При организации образовательного процесса необходимо уделять особое внимание вариативным курсам, непосредственно направленным на формирование и развитие эмоциональной устойчивости. Потому что содержательное направление этих курсов включает систему знаний, основанную на общих педагогических и психолого-педагогических понятиях, которые важны для организации профессионального самосознания и самоуправления.

4. Необходимо учитывать комплекс дидактических средств, направленных на педагогическое обеспечение процесса развития эмоциональной устойчивости при организации процесса профессиональной подготовки будущих учителей английского языка. Потому что эти средства служат для организации исследовательской, творческой и практической деятельности на занятиях.

**SCIENTIFIC COUNCIL AWARDING SCIENTIFIC DEGREES
PhD.03/27.09.2024.Ped.72.09 AT BUKHARA STATE UNIVERSITY**

BUKHARA STATE PEDAGOGICAL INSTITUTE

SHABONOVA SHAKHNOZA BAKHRIDDINOVNA

**METHODOLOGICAL POSSIBILITIES FOR DEVELOPING
EMOTIONAL STABILITY IN FUTURE ENGLISH TEACHERS**

13.00.02 – Theory and methodology of education and upbringing (English)

**ABSTRACT OF DISSERTATION OF THE DOCTOR OF PHILOSOPHY (PhD)
OF PEDAGOGICAL SCIENCES**

Bukhara– 2025

The theme of the dissertation for a Doctor of Philosophy (PhD) was registered by the Supreme Attestation Commission at the Ministry of higher education, science and Innovations of the Republic of Uzbekistan under B2025.1.PhD/Ped9542

The dissertation was completed at the Bukhara state pedagogical institute.

The dissertation abstract in three languages (Uzbek, Russian, English (resume)) has been placed on the website of the Scientific Council (www.buxdu.uz) and "Ziyonet" Information educational portal (www.ziyonet.uz).

Scientific supervisor:

Kuldashev Rustambek Avezmuradovich
Doctor of Science in Pedagogy, Professor

Official opponents:

Kurbonova Gulnoz Nematovna
Doctor of Science in Pedagogy, Professor
Khajiyeva Feruza Melsovna
Doctor of Science in Philology, Professor

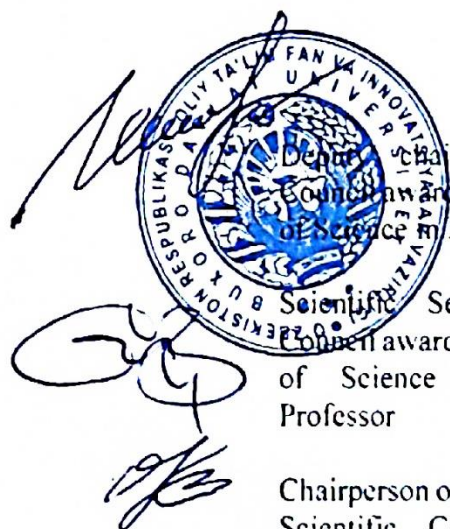
Leading organization:

Urgench State University

The dissertation defense will be held on "1st November 2025 at 9 a.m. at the meeting of the Scientific Council for awarding scientific degrees Ph.D.03/27.09.2024.Ped.72.09 at Bukhara State University (Address: 200118, Bukhara, M.Iqbol street, 11. Phone: (65) 221-29 14; Fax: (0365) 221-27-57; e-mail: buxdu_rektor@buxdu.uz).

The dissertation can be reviewed in the Information-Resource center of Bukhara State University (registered under № _____). (Address: 200118, Bukhara, M.Iqbol street, 11. Phone: (65) 221-25-87.)

The abstract of the dissertation was distributed on "21st October 2025.
(Registry record № 7 dated "21st October 2025).



G.V.Izbullaeva

Chairperson of the Scientific Council awarding scientific degrees, Doctor of Science in Pedagogy, Professor

Ya.B.Ruziev

Secretary of the Scientific Council awarding scientific degrees, Doctor of Science in Philology, Associate Professor

Sh.Sh.Olimov

Chairperson of the Scientific Seminar under Scientific Council awarding scientific degrees, Doctor of Science in Pedagogy, Professor

INTRODUCTION

The aim of the research is to develop methodological recommendations for the formation of emotional stability among prospective English language teachers.

The object of the research is defined as the process of developing the emotional stability of prospective English language teachers, with 585 students from Bukhara State Pedagogical Institute, Navoi State University, and Karshi State University involved in the experimental studies.

The scientific novelty of the research is as follows:

the content of developing emotional stability in prospective English language teachers was clarified on the basis of forecasting the current state of teacher activity through the creation of an innovative educational environment, the integration of reflexive-cognitive and motivational principles, and the establishment of reflexive connections;

the scientific and methodological support for fostering intellectual potential, creative thinking, and professional-creative activity of English language teachers was enhanced through specially designed tasks at different levels (“object–object,” “object–subject,” “subject–subject”), aimed at developing emotional stability;

methodological requirements were formulated to improve the competencies necessary for creating learning tasks, as well as to foster adaptability and practical orientation within an interactive educational environment. On this basis, and through recommendations for reflexive adaptation of English language lessons, the textbook *Methodology of Teaching English* was developed;

as a means of developing emotional stability in prospective English language teachers, didactic and methodological resources were created, grounded in reproductive, productive, exploratory, and creative activities, which are directed at the effective acquisition of knowledge, skills, and competences in English language teaching.

Implementation of research results. The obtained scientific results have been implemented in the following areas:

proposals related to clarifying the content of developing emotional stability in prospective English language teachers through the creation of an innovative educational environment, the integration of reflexive-cognitive and motivational principles, and the establishment of reflexive connections based on forecasting the current state of teacher activity—were implemented at the Samarkand State Institute of Foreign Languages during 2022–2024 in accordance with the letter of the Ministry of Higher and Secondary Specialized Education dated December 12, 2022 (No. 2/24-4/7-690). These proposals were also applied within the framework of the English Access Microscholarship Program, funded by the U.S. Department of State in cooperation with the U.S. Embassy in Tashkent and the American Councils for International Education (Reference: Ministry of Higher Education, Science and Innovation of the Republic of Uzbekistan, Samarkand State Institute of Foreign Languages, July 25, 2025, No. 1469/02). As a result, the methodology for developing emotional stability in prospective English language teachers was enriched;

the proposals and recommendations aimed at enhancing the intellectual potential, creative thinking, and professional-creative activity of English language teachers through specially designed multi-level tasks (“object–object,” “object–subject,” and “subject–subject”) intended for the formation of their emotional stability were applied in the process of implementing the innovative project entitled “Methodology of Applying IT Technologies in Literature Lessons for Grades 5–6 of General Education Schools” (2024–2025). (This is confirmed by Reference No. 01-09/330 dated August 5, 2025, issued by the Qori Niyoziy National Institute of Pedagogy.) As a result, the process of developing emotional stability among future English language teachers has contributed to the further enhancement of teachers’ practical competencies.;

methodological requirements directed at enhancing competencies for creating learning tasks, fostering adaptability and practical orientation in an interactive educational environment, as well as recommendations for reflexive adaptation of English language lessons, were employed in the preparation of the textbook *Methodology of Teaching English* (based on the order of the Ministry of Higher Education, Science and Innovation dated July 9, 2025, No. 258, and publication permit No. 768/650). Consequently, the content of the process of developing the professional and personal qualities of future teachers was further enriched.

proposals and recommendations concerning the creation of didactic and methodological support—aimed at the effective acquisition of knowledge, skills, and competencies in English language teaching through reproductive, productive, exploratory, and creative activities—were implemented in the teaching process at Bukhara State Pedagogical Institute, Karshi State University, and Navoi State University (Reference: Research Center for the Development of Higher Education, July 18, 2025, No. 02/01-01289). As a result, the methodological possibilities for developing the emotional stability of prospective English language teachers were improved.

The structure and scope of the dissertation. The dissertation includes an introduction, three chapters, summary, list of references, and applications, which is 150 pages.

E'LON QILINGAN ISHLAR RO'YXATI
СПИСОК ОПУБЛИКОВАННЫХ РАБОТ
LIST OF PUBLICATIONS

I bo'lim (часть I; part I)

1. Shabonova Sh.B. Evolving attitudes and emotional dynamics of future English teachers throughout the teaching process // International Journal of Pedagogics. ISSN/2771-2281, vol.05 issue 06, [363-365], June 2025, https://theusajournals.com/index.php/ijp/?&utm_medium=researchbib, (ResearchBib OAK №14 baza).

2. Shabonova Sh.B. Optimising approaches to foster emotional stability in future English teachers // Eurasian Scientific Herald (ESH). ISSN (E): 2795-7365, vol 38, [12-16], December 2024, (Impact factor 2024: 9.765), <https://geniusjournals.org/index.php/esh/article/view/6502>, (ResearchBib OAK №14 baza).

3. Shabonova Sh.B. Changes in the mood of the future English teachers' attitudes throughout the lesson // Excellencia: Internation multi-disciplinary journal of education. ISSN (E): 2994-9521, vol 3 issue 4, [164-168], april 2025, <https://multijournals.org/index.php/excellencia-imje/article/view/3376>. (CrossRef, OAK №35 baza)

4. Шабонова Ш.Б. Методы повышения эмоционального интеллекта будущих учителей английского языка // “Образование: традиции и инновации. Education: tradition and innovations” научно-практический журнал. №4 (47), декабрь 2024 г., ISSN 2658-7629, С. 4-8. <https://obrazovanie.irorb.ru>

5. Шабонова Ш.Б. Инглиз тили ўқитувчиларининг касбий фаолиятда мулоқот психологиясининг методик хусусиятлари // “Замонавий таълим” Илмий-амалий оммабоп журнали. № 11(144), ноябрь, 2024- йил, ISSN 2181-6514, 11-16 б. (13.00.00; № 10).

6. Shabonova Sh.B. Theoretical foundations of the formation of emotional stability of future English language teachers // “Pedagogik mahorat” ilmiy-nazariy va metodik jurnali. №12, dekabr, 2024-yil, ISSN 2181-6833, 164-167 b. (13.00.00; № 23).

7. Shabonova Sh.B. A fundamental aspect of personality, emotional stability of future English teachers // “Ta’lim va innovatsion tadqiqotlar” xalqaro ilmiy-metodik jurnali. № 1, yanvar, 2025-yil, ISSN 2181-1709, 422-427b. (13.00.00; № 40).

8. Shabonova Sh.B. Theoretical basis of forming emotional stability of future English language teachers // “Pedagogik akmealogiya” xalqaro ilmiy-metodik jurnali. № 3 (20), mart, 2025- yil, ISSN 2181-3787, 55-59 b. (13.00.00; № 53).

9. Shabonova Sh.B. Bo'lajak ingliz tili o'qituvchilarining hissiy barqarorligini shakllantirishning nazariy va psixologik xususiyatlari // “Osiyo xalqaro universiteti axborotnomasi” ilmiy-nazariy va metodik jurnali. № 4, 2025-yil, ISSN 3060-4915, 196-203 b. (13.00.00. O'zbekiston Respublikasi Oliy attestatsiya komissiyasi Rayosatining 2024-yil 28-avgustdagi 360/5-son qarori).

10. Shabonova Sh.B. Boshlang'ich sinf o'quvchilariga ingliz tilini ona tili bilan integrallash metodlari // "Ta'lim transformatsiyasi" respublika ilmiy - metodik jurnali. № 1, may, 2025-yil, ISSN-2181-4201, 38-44 b.

11. Shabonova Sh.B. Boshlang'ich sinf o'quvchilariga ona tilini ingliz tili bilan integratsiyalab o'rgatishning nazariy asoslari // "Pedagogik akmeologiya" xalqaro ilmiy-metodik jurnali. № 3(11), iyun, 2024- yil, ISSN 2181-3787, 212-215 b. (13.00.00; № 53).

12. Shabonova Sh.B. The use of movies in language teaching // "Innovations in technology and science education", a scientific journal. ISSN 2181-371X, Tashkent, September 2023, 78-83 b.

13. Shabonova Sh.B. The role of technology and online education in teaching foreign languages // "Xorijiy tillarni o'qitish metodikasi-innovatsiyalar, an'analar, muammolar va yechimlar" xalqaro ilmiy-amaliy konferensiya materiallari. - Samarqand: SamDChTI, 2022. -198-201 b.

14. Shabonova Sh.B. Techniques for helping prospective English teachers become emotionally stable // 1st EduVision: "Global Innovations in Learning and Teaching Conference". ISBN 978-81-977564-7-4, vol 2 [123-125], February 2025, <https://euro-conferences.org/index.php/eduvision>.

15. Shabonova Sh.B. Mahmudxo'ja Behbudiyning tillarni o'rganish orqali xat-savodli avlodni tarbiyalash borasidagi qarashlari // "Turkiston taraqqiyparvarlari merosi: tarixiy tajriba va milliy o'zlik" mavzusidagi xalqaro ilmiy-amaliy konferensiya materiallari. - Buxoro, 2024- yil, 4- oktabr. 308- 312 b.

16. Shabonova Sh.B. Professional ethics and speech culture of future English teachers // "Ijtimoiy-gumanitar fanlarni o'qitishda zamonaviy yondashuvlar" mavzusidagi respublika ilmiy-amaliy konferensiyasi materiallari. - Qarshi, 2024.- 296-298 b.

17. Shabonova Sh.B. Methodological features of communication psychology in the professional activities of future English teachers // "Tillarni o'qitish metodikasi sohasidagi zamonaviy tilshunoslik va adabiyotshunoslikning dolzarb masalalari" mavzusidagi Respublika ilmiy-amaliy anjuman materiallar to'plami. - Samarqand, 2025-yil, 11-12-mart. 305-308 b.

18. Shabonova Sh.B. Oliy ta'lim muassasasi xorijiy ta'lim yo'nalishi talabalarining o'z-o'zini boshqarish va hissiy barqarorligini shakllantirishda o'qituvchining roli // "Ta'lim sifatini oshirishda tilshunoslik, xorijiy til va adabiyotini o'qitishning zamonaviy metodik yondashuvlari: muammolar, imkoniyatlar va yechimlar" mavzusidagi Respublika ilmiy-nazariy, ilmiy-amaliy anjuman materiallar to'plami. - Toshkent, 2025. - 3-9 b.

II bo'lim (часть II; part II)

19. Shabonova Sh.B., Abduraxmonova M.O. Methodology of teaching English. O'quv qo'llanma. Buxoro: Durdona, 2025. - 140b. 8,75 b.t

20. Shabonova Sh.B. Write it right: practical guide to task 1. Metodik qo'llanma. Buxoro: Durdona, 2025. - 67 b. 4,1 b.t.

21. Shabonova Sh.B. Ingliz va o'zbek dunyo manzarasida "Orzu" konsepti. Monografiya. DIMAL, 2024.- 92 b.
22. Shabonova Sh.B. The role of mother tongue in English language teaching // Excellencia: International multi-disciplinary journal of education. ISSN (E): 2994-9521, vol 2 issue 4, [309-313], February 2024.
23. Shabonova Sh.B. Teachers' creativity in using attention grabbers in primary classes // «Россия – Узбекистан - Таджикистан. Актуальные проблемы развития этнопедагогике в условиях мировых глобальных вызовов» сборник материалов XVII Международной научно-теоретической конференции молодых ученых высших учебных заведений России, Узбекистана, Таджикистана. ISBN 978-5-00244-426-7, [380-385], 26 апреля 2024 г.
24. Shabonova Sh.B. Boshlang'ich sinflarda ingliz tilini ona tili bilan integratsiyalab o'rgatishda ekologik madaniyat tushunchasining o'rni // Xorijiy lingvistika va lingvodidaktika. №3, sentabr, 2024- yil, ISSN 2181-3701, 244-251 b. (13.00.00. № 59).
25. Shabonova Sh.B. The role of gamification in teaching English // "Innovations in technology and science education" scientific journal. ISSN 2181-371X, vol 14, [72-77] September 2023.
26. Shabonova Sh.B. Important communication skills for primary level classes and ways of improving them // "Kasbiy mahorat sari: chet tillarini o'qitishda zamonaviy metodologiyalar" mavzusidagi xalqaro ilmiy-amaliy anjuman materiallari.-Buxoro, 2024. -61-65 b.

Avtoreferat “Durdona” nashriyotida tahrirdan o‘tkazildi
hamda o‘zbek, rus va ingliz tillaridagi matnlarini mosligi tekshirildi.

Bosishga ruxsat etildi: 22.10.2025 Bichimi: 60x84 1/16.
“Times New Roman” garniturada raqamli bosma usulda bosildi.
Shartli bosma tabog‘i: 4. Adadi 100. Buyurtma № 299.
Guvohnoma AI №178.08.12.2010

“Sadridдин Salim Buxoriy” MCHJ bosmaxonasida chop etilgan.
Buxoro shahri, M. Iqbol ko‘chasi, 11-uy. Tel.: 65 221-26-45

