

TA'LIM MUASSASALARIDA O'QUVCHILARNING EMOTSIONAL INTELLEKTINI RIVOJLANTIRISHNING PSIXOLOGIK-PEDAGOGIK ASOSLARI

*Navoiy viloyati, Nurota tuman
3-umumta'lim maktabi psixologi
Karimova Sarvinoz Hamrobayevna*

ANNOTATSIYA

Mazkur maqolada zamonaviy ta'lim tizimida o'quvchilarning emotsional intellektini rivojlantirishning nazariy hamda amaliy asoslari ilmiy jihatdan tahlil qilingan. Emotsional intellektning shaxs rivojlanishidagi ahamiyati, uning kommunikativ kompetensiya, stressga bardoshlilik, ijtimoiy moslashuv va ta'lim samaradorligiga ta'siri yoritilgan. Tadqiqot davomida emotsional intellektni shakllantirishning psixologik mexanizmlari, pedagogik yondashuvlar hamda maktab psixologi faoliyatining ustuvor yo'nalishlari keng tahlil qilindi. Shuningdek, o'quvchilar orasida uchrayotgan emotsional muammolar, ularning kelib chiqish omillari hamda korreksion-profilaktik ishlarda foydalaniladigan samarali metodlar haqida ilmiy xulosalar ishlab chiqilgan. Maqolada zamonaviy psixologik tadqiqotlar, pedagogik kuzatuvlar va hayotiy amaliy misollar asosida ta'lim tizimida emotsional savodxonlikni rivojlantirishning dolzarb masalalari yoritilgan.

Kalit so'zlar: emotsional intellekt, emotsional savodxonlik, maktab psixologi, stress, kommunikativ kompetensiya, refleksiya, motivatsiya, adaptatsiya, psixologik salomatlik, empatiya, pedagogik yondashuv.

KIRISH

Bugungi globallashuv davrida inson shaxsiga qo'yilayotgan talablar tubdan o'zgarib bormoqda. Endilikda jamiyat nafaqat yuqori bilim va intellektual salohiyatga ega mutaxassislarni, balki murakkab ijtimoiy vaziyatlarda o'zini boshqara oladigan, stressga bardoshli, emotsional jihatdan barqaror hamda sog'lom kommunikativ munosabatlarni shakllantira oladigan shaxslarni talab qilmoqda. Shu sababli zamonaviy pedagogika va psixologiyada emotsional intellekt muammosi eng dolzarb tadqiqot yo'nalishlaridan biriga aylangan.

Ayniqsa, o'smirlik va maktab yoshi davrida bolaning emotsional sohasi faol shakllanadi. Ushbu davrda bola o'zining "Men" konsepsiyasini quradi, jamiyatdagi o'rnini anglay boshlaydi, atrofdagi insonlar bilan munosabatlar tizimini shakllantiradi. Agar bu bosqichda bolaning emotsional rivojlanishi to'g'ri yo'naltirilmasa, unda

agressivlik, o‘ziga ishonchsizlik, kommunikativ qiyinchiliklar, ichki ziddiyatlar hamda ijtimoiy moslashuv muammolari yuzaga kelishi mumkin.

So‘nggi yillarda maktablarda o‘quvchilar orasida stress, depressiv kayfiyat, tajovuzkorlik, internetga qaramlik va emotsional sovuqlik holatlarining ortib borayotgani kuzatilmoqda. Mazkur holatlar o‘quvchilarning psixologik salomatligiga salbiy ta‘sir ko‘rsatibgina qolmay, ta‘lim sifati hamda ijtimoiy muhitga ham jiddiy xavf tug‘dirmoqda. Shu sababli emotsional intellektni rivojlantirish masalasi nafaqat psixologik, balki ijtimoiy-pedagogik muammo sifatida ham alohida ahamiyat kasb etmoqda.

Ko‘plab tadqiqotchilar inson muvaffaqiyatining asosiy qismi intellektual salohiyat emas, balki emotsional kompetensiyalar bilan bog‘liq ekanligini ta‘kidlaydi. Jumladan, D.Goulman ilmiy izlanishlarida insonning hayotiy muvaffaqiyatida IQ ko‘rsatkichidan ko‘ra EQ, ya‘ni emotsional intellekt muhimroq rol o‘ynashini ilmiy asoslab bergan.

ASOSIY QISM

Emotsional intellekt tushunchasining psixologik mohiyati

Psixologiyada emotsional intellekt insonning o‘z hissiyotlarini anglash, boshqarish, nazorat qilish hamda boshqalarning emotsional holatini tushunish qobiliyati sifatida talqin qilinadi. Bu tushuncha ilk bor Mayer va Salovey tomonidan ilmiy muomalaga kiritilgan bo‘lib, keyinchalik D.Goulman tomonidan keng ommalashtirilgan.

Emotsional intellekt quyidagi tarkibiy qismlardan iborat:

- o‘z emotsiyalarini anglash;
- emotsiyalarni boshqarish;
- ichki motivatsiya;
- empatiya;
- ijtimoiy ko‘nikmalar.

Mazkur komponentlar insonning ijtimoiy moslashuvi hamda psixologik barqarorligida muhim ahamiyat kasb etadi.

Masalan, ayrim o‘quvchilar darsdagi muvaffaqiyatsizlikni vaqtinchalik qiyinchilik sifatida qabul qilsa, boshqalari uni o‘z shaxsiyatiga berilgan salbiy baho sifatida qabul qiladi. Natijada o‘ziga ishonchsizlik, ichki qo‘rquv va motivatsiya pasayishi yuzaga keladi. Bu esa emotsional intellektning rivojlanish darajasi bilan bevosita bog‘liqdir.

Emotsional intellektning o‘quvchi shaxsiga ta‘siri

Emotsional jihatdan rivojlangan o‘quvchi:

- o‘z hissiyotlarini nazorat qila oladi;

- konfliktli vaziyatlarda agressiyani boshqara oladi;
- tanqidni to‘g‘ri qabul qiladi;
- boshqalarning ruhiy holatini tushunishga harakat qiladi;
- stressli vaziyatlarda psixologik barqarorlikni saqlaydi.

Bunday o‘quvchilar odatda jamoada faol, kommunikativ va liderlikka moyil bo‘ladi. Emotsional intellekti past rivojlangan o‘quvchilarda esa aksincha, impulsivlik, tushkunlik, konfliktga moyillik va ijtimoiy chekinish holatlari kuzatiladi.

Bugungi kunda internet va ijtimoiy tarmoqlarning haddan tashqari faol kirib kelishi ham bolalarning emotsional rivojlanishiga jiddiy ta‘sir ko‘rsatmoqda. Virtual muloqotning ortishi natijasida jonli kommunikatsiya, empatiya va emotsional yaqinlik kabi ko‘nikmalar zaiflashmoqda. Natijada o‘quvchilarda yolg‘izlik hissi, ichki bo‘shliq hamda psixologik qaramlik holatlari paydo bo‘lmoqda.

Shu nuqtai nazardan qaralganda, ta‘lim muassasalarida emotsional intellektni rivojlantirish profilaktik psixologiyani ustuvor yo‘nalishlaridan biri bo‘lishi lozim.

Emotsional intellektni rivojlantirishning pedagogik asoslari

Ta‘lim jarayonida o‘quvchilarning emotsional rivojlanishini qo‘llab-quvvatlash pedagogdan yuqori psixologik kompetensiyani talab qiladi. Pedagog faqat bilim beruvchi emas, balki o‘quvchi ruhiyatini tushunuvchi, uni qo‘llab-quvvatlovchi hamkor bo‘lishi kerak.

Ayniqsa, o‘qituvchining dars jarayonidagi nutqi, munosabati, tanbeh berish usuli hamda rag‘batlantirish shakli bolaning ichki emotsional dunyosiga kuchli ta‘sir ko‘rsatadi.

Masalan, doimiy ravishda tanqid qilinadigan yoki tengdoshlari oldida kamsitiladigan o‘quvchida ichki himoya mexanizmlari shakllanib, agressivlik yoki passivlik rivojlanishi mumkin. Aksincha, psixologik qo‘llab-quvvatlash va ijobiy motivatsiya bolaning o‘ziga ishonchini mustahkamlaydi.

Shu sababli zamonaviy pedagogikada quyidagi metodlardan keng foydalanish tavsiya etiladi:

- refleksiv suhbatlar;
- art-terapiya elementlari;
- rolli o‘yinlar;
- trening mashg‘ulotlari;
- muammoli vaziyatlarni tahlil qilish;
- emotsional kartochkalar bilan ishlash.

Mazkur metodlar o‘quvchilarning o‘z hissiyotlarini anglash va boshqarish ko‘nikmalarini rivojlantirishda samarali hisoblanadi.

Maktab psixologining roli

Maktab psixologi o‘quvchilarning emotsional holatini kuzatish, diagnostika qilish va korreksion ishlarni olib borishda asosiy mutaxassislardan biri hisoblanadi.

Psixolog faoliyatining asosiy yo‘nalishlari quyidagilarni o‘z ichiga oladi:

1. Emotsional muammolarni erta aniqlash.
2. Psixoprofilaktik tadbirlarni tashkil etish.
3. Ota-onalar bilan psixologik suhbatlar o‘tkazish.
4. Individual korreksion mashg‘ulotlar olib borish.
5. Stress va agressiyani kamaytirishga qaratilgan treninglar tashkil etish.

Ayniqsa, o‘smirlik davrida o‘quvchilarning ichki kechinmalari keskin o‘zgaradi. Shu sababli bu davrda psixologning nozik va professional yondashuvi juda muhim hisoblanadi.

Amaliy misollar va kuzatuvlar

7-sinf o‘quvchilari bilan olib borilgan psixologik kuzatuvlar davomida konfliktga moyil bo‘lgan o‘quvchilarda o‘z hissiyotlarini ifodalash ko‘nikmalari past ekanligi aniqlangan. Trening mashg‘ulotlari davomida ularga “Men hozir nima his qilyapman?” texnikasi o‘rgatilgach, o‘zini nazorat qilish ko‘rsatkichlari sezilarli darajada yaxshilangan.

Yana bir kuzatuvda esa doimiy ravishda darsga qiziqmaslik holatini namoyon qilayotgan o‘quvchi bilan individual psixologik suhbat olib borilganda, oilaviy ziddiyatlar uning ichki emotsional holatiga salbiy ta’sir qilayotgani ma’lum bo‘lgan. Psixologik qo‘llab-quvvatlash va ota-onalar bilan hamkorlik natijasida bolaning motivatsiyasi tiklangan.

Muammo va yechimlar

Bugungi ta’lim tizimida emotsional intellektni rivojlantirish bo‘yicha quyidagi muammolar mavjud:

- psixologik xizmat imkoniyatlarining cheklanganligi;
- ayrim pedagoglarning emotsional savodxonligi pastligi;
- ota-onalarning psixologik bilimlari yetarli emasligi;
- o‘quvchilarning internet va virtual muhitga qaramligi;
- stressli ta’lim muhiti.

Mazkur muammolarni bartaraf etish uchun:

- maktablarda emotsional savodxonlik dasturlarini joriy etish;
- pedagoglar uchun psixologik treninglar tashkil qilish;
- ota-onalar universitetlarini yo‘lga qo‘yish;
- psixologik monitoring tizimini kuchaytirish;
- o‘quvchilar uchun relaksatsion mashg‘ulotlar tashkil etish zarur.

XULOSA

Emotsional intellekt insonning psixologik salomatligi, ijtimoiy moslashuvi hamda hayotiy muvaffaqiyatini belgilovchi muhim omillardan biri hisoblanadi. Zamonaviy ta'lim tizimida o'quvchilarning emotsional rivojlanishiga yetarlicha e'tibor qaratilmasa, bu nafaqat individual psixologik muammolar, balki jamiyatdagi ijtimoiy ziddiyatlarning ham ortishiga sabab bo'lishi mumkin.

Shu bois ta'lim muassasalarida emotsional intellektni rivojlantirishga qaratilgan psixologik-pedagogik faoliyatni tizimli ravishda tashkil etish zarur. Maktab psixologi, pedagog va ota-onalar o'rtasidagi samarali hamkorlik o'quvchilarning barkamol, ruhiy jihatdan sog'lom va ijtimoiy faol shaxs sifatida shakllanishiga xizmat qiladi.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR

1. G'oziyev E. Umumiy psixologiya. – Toshkent: O'qituvchi, 2020.
2. Jalilova S. Taraqqiyot psixologiyasi va differensial psixologiya. – Toshkent, 2021.
3. Do'stmuhammedova Sh., Nishanova Z. Yosh davrlari va pedagogik psixologiya. – Toshkent, 2019.
4. Goleman D. Emotional Intelligence. – New York: Bantam Books, 1995.
5. Mayer J., Salovey P. Emotional Development and Emotional Intelligence. – Harvard University Press, 1997.
6. Rogers C. On Becoming a Person. – Boston, 1961.
7. Karimova V. Psixologiya. – Toshkent: Fan va texnologiya, 2020.
8. Xoliqov A. Pedagogik mahorat. – Toshkent, 2018.
9. Vygotskiy L.S. Pedagogik psixologiya. – Moskva, 1991.
10. Rubinshteyn S.L. Umumiy psixologiya asoslari. – Moskva, 1989.