

MAKTABGACHA YOSHDAGI BOLALARDA EMOTSIONAL INTELLEKTNI RIVOJLANTIRISH

Kuralbaeva Altinay Maqset qizi

Chirchiq Davlat Pedagogika Universiteti

Maktabgacha va Boshlang'ich

ta'lim fakulteti magistrant

Annotatsiya. Ushbu maqolada maktabgacha yoshdagi bolalarda emotsional intellektni rivojlantirishning nazariy asoslari va amaliy yo'llari yoritilgan. Emotsional intellekt bolaning o'z hissiyotlarini anglash, boshqarish, boshqalarning kechinmalarini tushunish va ijtimoiy muloqotda muvaffaqiyatli bo'lishiga yordam beradigan muhim kompetensiya sanaladi. Tadqiqotda bolalarda emotsional intellektning shakllanish bosqichlari, tarbiyachi va ota-onaning roli, o'yin texnologiyalarining ahamiyati, muloqot muhitining psixologik xususiyatlari hamda pedagogik yondashuvlar tahlil qilinadi. Shuningdek, emotsional intellektni rivojlantirishda ertak terapiyasi, art-terapiya, rolli o'yinlar, musiqiy faoliyat va ijobiy rag'batlantirish kabi metodlarning samaradorligi ochib beriladi. Maqolada zamonaviy pedagogik tajribalar, ilmiy qarashlar hamda amaliy tavsiyalar asosida maktabgacha ta'lim muassasalarida qo'llanilishi mumkin bo'lgan uslubiy takliflar ishlab chiqilgan.

Kalit so'zlar: emotsional intellekt, maktabgacha ta'lim, hissiyot, muloqot, art-terapiya, ijtimoiy ko'nikma, tarbiya.

Maktabgacha yoshdagi bolalar rivojlanishining muhim jihatlaridan biri bu ularning emotsional dunyosini shakllantirishdir. Insonning butun hayoti davomida muloqotdagi muvaffaqiyati, ijtimoiy moslashuvi hamda psixologik barqarorligi ko'p jihatdan emotsional intellekt darajasi bilan belgilanadi. Shu bois, so'nggi yillarda emotsional intellektni maktabgacha ta'lim jarayoniga joriy etish dolzarb masalaga aylandi. Bolaning o'z hissiyotlarini ang'lay olishi, ularni boshqarishi va boshqalar kechinmalariga hamdardlik bilan yondasha olishi uning keyingi intellektual hamda ijtimoiy rivojlanishiga poydevor yaratadi.

Emotsional intellekt (EI) — bu shaxsning his-tuyg'ularni anglash, tushunish, boshqarish, boshqa insonlarning hissiyotlariga to'g'ri munosabat bildirish qobiliyatidir. PSIXOLOGIYA fanida bu tushuncha XX asr oxirida D. Goleman va boshqa olimlar tomonidan keng ilmiy muomalaga kiritilgan bo'lsa-da, uning mohiyati pedagogik jarayonda qadimdan mavjud bo'lgan tarbiyaviy tamoyillar bilan bevosita bog'liqdir.

Maktabgacha yoshda emotsional intellektning rivojlanishi bola shaxsining sog'lom shakllanishiga, moslashuvchan bo'lishiga, o'zini boshqara olishiga,

atrofdagilar bilan konstruktiv muloqot o‘rnata olishiga asos yaratadi. Emotsional intellekti rivojlangan bola stress holatlarida vazmin bo‘la oladi, tengdoshlari bilan kelishmovchiliklarni yumshoq hal qiladi, o‘z fikrlarni aniq ifodalaydi, atrofdagilarni tushunishga intiladi.

Maktabgacha davrda emotsional intellekt bir necha ketma-ket bosqichlarda shakllanadi:

1. 2–3 yosh — bola hissiyotlarining nomini bilishni boshlaydi: xursand, achchiqlangan, qo‘rqoq, xafa.

2. 3–4 yosh — bola o‘z emotsiyalarini oddiy tarzda nazorat qila oladi; kattalar yordamida vaziyatlarni tahlil qilishni o‘rganadi.

3. 4–5 yosh — boshqalar his-tuyg‘ularini tushunish ko‘nikmalari paydo bo‘ladi; rolli o‘yinlarda empatiya shakllanadi.

4. 5–6 yosh — murakkab hissiy vaziyatlarni baholay oladi; nizolarni muloqot orqali hal qilishni o‘rganadi.

5. 6–7 yosh — EI elementlari yetarlicha shakllanadi; bola o‘zini boshqara oladi, ijtimoiy muhitda faol va moslashuvchan bo‘ladi.[1]

Bolada emotsional intellektning shakllanishida eng asosiy omil — kattalarning shaxsiy namunasi hisoblanadi. Agar tarbiyachi va ota-onalar bola bilan muloyim, hurmatli, tushunarli tarzda muloqot qilsa, bola ham shu modelni o‘zlashtiradi.

Tarbiyachining vazifalari:

bolalarda hissiy xavfsizlik muhitini yaratish;

ijobiy muloqot modelini ko‘rsatish;

his-tuyg‘ularni nomlashga o‘rgatish;

nizoli vaziyatlarni konstruktiv hal qilishni ko‘rsatib berish;

pedagogik o‘yin va mashg‘ulotlar orqali EI ni rivojlantirish.

Ota-onaning vazifalari:

bolani tinglash va tushunishga tayyor bo‘lish;

bolani hissiyotlari uchun ayblamaslik;

emotsional holatlarni izohlab berish;

stress vaziyatlarida qo‘llab-quvvatlash;

oilada do‘stona psixologik iqlim yaratish.[2]

Emotsional intellektni rivojlantiruvchi metodlar

Art-terapiya bolalarning ichki kechinmalarini rasm, loy, rang va musiqiy obrazlar orqali ifodalashiga yordam beradi. Bunda bola o‘z hissiyotlarini erkin chiqaradi, ularni boshqarishni o‘rganadi. Masalan, “Kayfiyat ranglari” mashg‘uloti bolaga kayfiyatini rang orqali ifodalashni o‘rgatadi.

Ertaklar orqali bola hissiyotlar olami haqida chuqurroq tasavvurga ega bo‘ladi. Qahramonlar orqali qo‘rquv, jasorat, do‘stlik, mehr kabi tushunchalarni anglaydi.

Tarbiyachi ertakdan so'ng bolalar bilan suhbat o'tkazib, qahramonlarning his-tuyg'ularini tahlil qiladi.

Bu usul bolalarga boshqalar o'rniga qo'yib ko'rish imkonini beradi. "Do'stim yordamga muhtoj", "Navbat kutish", "Muloqot avtobusi" kabi o'yinlar empatiya va muloqot ko'nikmalarini kuchaytiradi.

Musiqqa hissiyotlarni ifoda etishning eng nozik vositasi bo'lib, bolalarning emotsional sezgirlikni kuchaytiradi. Turli temp va kayfiyatdagi musiqa yordamida bola hissiy holatlarni farqlashni o'rganadi.

Tarbiyachi bolalar bilan har kuni qisqa suhbatlar o'tkazib, "Bugun o'zingni qanday his qilyapsan?", "Seni nima quvontirdi?", "Nimadan xafa bo'lding?" kabi savollar bilan emotsional o'ziga xoslikni shakllantiradi.[3]

O'yin maktabgacha yoshdagi bolalar uchun asosiy faoliyat bo'lgani sababli EI rivojlanishida juda muhim. O'yinlar orqali bola:

hissiyotlarni boshqaradi,
do'stlari bilan kelishadi,
navbat kutadi,
hamkorlik qiladi,
o'z fikrini erkin bildiradi,
stressni kamaytiradi.

Tarbiyachi o'yin jarayonini boshqarar ekan, hissiy vaziyatlarga to'g'ri yondashishni o'rgatadi.

Maktabgacha ta'limda EI ni rivojlantirish uchun quyidagi model taklif etiladi:

1. Hissiy muhitni yaratish – muloyim muloqot, xavfsiz psixologik atmosfera.
2. Hissiyotlarni tanish va nomlash – rasm, kartochka, o'yinlar yordamida.
3. Hissiyotlarni boshqarish – nafas mashqlari, tana bo'shashtirish, tinchlantiruvchi mashqlar.
4. Empatiya va muloqot – juftlikda va guruhda bajariladigan vazifalar.
5. Ijtimoiy ko'nikmalar – hamkorlik, navbat bilan o'ynash, muammo hal qilish.[4]

Xulosa qilib aytganda, maktabgacha yoshdagi bolalarda emotsional intellektni rivojlantirish ularning kelajakdagi psixologik barqarorligi, ijtimoiy muvaffaqiyati va o'qish jarayoniga muvaffaqiyatli tayyorlanishida muhim o'rin tutadi. Tarbiyachi va ota-onalarning o'zaro hamkorligi, to'g'ri pedagogik yondashuvlar, ijodiy o'yinlar, art-terapiya va ertaklar orqali olib boriladigan izchil ishlar emotsional intellektning samarali rivojlanishiga xizmat qiladi.

Foydalanilgan adabiyotlar

1. Goleman D. Emotional Intelligence. New York: Bantam Books, 1995. — 1–352-betlar.

2. Vygotskiy L.S. Psixologik rivojlanish nazariyasi. Moskva: Pedagogika, 1984. — 10–210-betlar.
3. Mavlonova R., Xoliqova D. Maktabgacha pedagogika. Toshkent: Fan va texnologiya, 2019. — 45–198-betlar.
4. Zokirova R. Bolalar psixologiyasi. Toshkent: O‘qituvchi, 2020. — 60–240-betlar.
5. Shoumarov A. Rivojlantiruvchi ta’lim texnologiyalari. Toshkent: Istiqlol, 2016. — 75–156-betlar.

