

## O'QUVCHILARNI EMOTSIONAL INTELLEKTINI RIVOJLANTIRISHDA INNOVATSION TEXNOLOGIYALARDAN FOYDALANISHNING AHAMIYATI

*Xonbo'tayeva Muborakxon Abduvayitovna*

*Andijon viloyati Xo'jaobod tumani*

*24-umumiy o'rta ta'lim maktabi psixologi*

**Annotatsiya:** Ushbu maqolada o'quvchilarning emotsional intellektini rivojlantirishda innovatsion yondashuvlarning roli va ahamiyati yoritilgan. Emotsional intellekt shaxsning o'z his-tuyg'ularini anglash, boshqarish, boshqalarning hissiyotlarini to'g'ri talqin etish hamda samarali muloqotga kirishish qobiliyatini belgilovchi muhim psixologik omil sifatida talqin etiladi. Shuningdek, innovatsion yondashuvlar yordamida o'quvchilarda o'zini anglash, empatiya, stressni boshqarish va ijtimoiy moslashuv kabi fazilatlarni rivojlantirishning samarali usullari ko'rsatib o'tilgan.

**Kalit so'zlar:** emotsional intellekt, innovatsion yondashuv, o'quvchi, psixologik rivojlanish, empatiya, interfaol metod, kreativ ta'lim, shaxsiy o'sish.

*“Aqlning eng yuqori shakli - hissiyotlarni anglash va ularni boshqarish qobiliyatidir.”*

*Daniel Goleman (emotsional intellekt nazariyasi asoschisi)*

Bugungi globalashuv jarayonida ta'lim tizimining asosiy maqsadi nafaqat o'quvchilarga bilim berish, balki ularning shaxsiy, ijtimoiy va emotsional jihatdan barkamol bo'lib shakllanishini ta'minlashdan iboratdir. Insonning intellektual salohiyati bilan bir qatorda, emotsional intellekti ham uning muvaffaqiyatli ijtimoiy hayot kechirishi, boshqalar bilan samarali muloqot o'rnatishi va stressli vaziyatlarda o'zini boshqara bilishida muhim o'rin tutadi. Shu bois, zamonaviy ta'lim jarayonida emotsional intellektni rivojlantirishga qaratilgan yondashuvlar alohida dolzarblik kasb etmoqda.

Innovatsion yondashuvlar o'quvchilarning emotsional sohasini faollashtirish, ularning his-tuyg'ularini anglash, boshqarish hamda boshqalarning holatiga empatik yondashuvni shakllantirish imkonini beradi. Interfaol metodlar, raqamli platformalar,

kreativ o‘yin texnologiyalari, psixologik treninglar kabi vositalar orqali o‘quvchilarda o‘zini anglash, o‘zini boshqarish, emotsional barqarorlik va ijtimoiy moslashuv jarayonlari kuchayadi. Ta’lim jarayoniga innovatsion texnologiyalarni tatbiq etish natijasida o‘quvchilar nafaqat bilimga ega bo‘ladi, balki o‘z emotsiyalarini anglaydigan, ijobiy his-tuyg‘ularni boshqalar bilan baham ko‘radigan, stressni yengish va muammolarni hal etishda psixologik tayyor shaxs sifatida shakllanadi. Shu ma’noda, o‘quvchilarning emotsional intellektini rivojlantirish — zamonaviy ta’limning ajralmas tarkibiy qismi bo‘lib, u shaxsning ma’naviy barkamolligini ta’minlashda beqiyos ahamiyat kasb etadi.

### **Emotsional intellekt tushunchasining mohiyati**

Emotsional intellekt (EI) insonning o‘z his-tuyg‘ularini anglash, boshqarish, boshqalarning emotsiyalarini to‘g‘ri talqin etish va ular bilan samarali muloqot o‘rnatish qobiliyatidir. Mazkur tushuncha XX asrning ikkinchi yarmida psixologiya faniga kirib keldi va D. Goleman, P. Salovey hamda J. Mayerlar tomonidan ilmiy asoslab berildi. Ularning ta’kidlashicha, inson muvaffaqiyatining 80 foizi emotsional intellekt bilan, faqat 20 foizi esa intellektual (IQ) salohiyat bilan bog‘liqdir. Bu esa shaxsning emotsional jihatdan yetuk bo‘lishi ta’lim-tarbiya jarayonida qanchalik muhimligini ko‘rsatadi.

Emotsional intellekt faqat hissiyotni bilish emas, balki uni nazorat qilish, konstruktiv yo‘naltirish, hamdardlik va muloqot madaniyatini rivojlantirishni ham o‘z ichiga oladi. O‘quvchilarda EI shakllanmagan bo‘lsa, ular o‘z his-tuyg‘ularini boshqara olmaydi, jamoaviy ishlarda qiyinchiliklarga duch keladi, bu esa o‘qish motivatsiyasini pasaytiradi. Shu bois, zamonaviy ta’lim tizimi o‘quvchilarda nafaqat aqliy, balki emotsional savodxonlikni ham rivojlantirishga e’tibor qaratishi lozim.

### **Innovatsion yondashuvlarning o‘rni va zarurati**

Hozirgi davrda ta’limda qo‘llanilayotgan innovatsion yondashuvlar o‘quvchilarning emotsional-intellektual salohiyatini shakllantirishda samarali vosita bo‘lib xizmat qilmoqda. Innovatsion yondashuv - o‘quv jarayoniga yangi g‘oya, metod, texnologiya yoki faoliyat shakllarini joriy etish orqali ta’lim sifatini oshirishga qaratilgan tizimli yangilikdir.

Ta’limdagi innovatsion texnologiyalar - interfaol metodlar, gamifikatsiya (o‘yinlashtirish), “Flipped classroom” (teskari sinf), STEAM-ta’lim, raqamli ta’lim

platformalari, psixologik treninglar, onlayn muloqot vositalari kabi shakllarni o‘z ichiga oladi. Ushbu yondashuvlar o‘quvchilarning faolligini oshirish bilan birga, ularning his-tuyg‘ularini boshqarish, o‘zini baholash, o‘zini anglash kabi ko‘nikmalarini ham rivojlantiradi. Masalan, interfaol metodlar orqali o‘quvchilar muloqotda o‘z fikrini erkin ifodalash, tinglash, empatiya bildirishni o‘rganadilar. Gamifikatsiya esa o‘quv jarayonini o‘yin shaklida tashkil etish orqali ijobiy his-tuyg‘ularni kuchaytiradi, stressni kamaytiradi, motivatsiyani oshiradi. STEAM-ta’lim (Science, Technology, Engineering, Art, Mathematics) modeli o‘quvchilarda ijodiy fikrlash va emotsional moslashuvni qo‘llab-quvvatlaydi.

### **Emotsional intellektni rivojlantirishda psixologik va pedagogik yondashuvlar**

Emotsional intellektning shakllanishi o‘quvchi shaxsining psixologik rivojlanish bosqichlariga bevosita bog‘liq. Bolalar o‘z his-tuyg‘ularini anglashni avvalo o‘qituvchi va tengdoshlari bilan muloqot jarayonida o‘rganadilar. Shu bois pedagog shaxsining roli bu jarayonda beqiyosdir. O‘qituvchi innovatsion yondashuvlarni qo‘llar ekan, o‘quvchilarning ruhiy holatini, ehtiyojlarini, his-tuyg‘ularini inobatga olishi zarur.

Psixologik jihatdan qaraganda, emotsional intellektni rivojlantirishda emotsional treninglar, ro‘yxatli refleksiya, ro‘yxatli psixodrama, muammoli vaziyat tahlili, ijodiy rolli o‘yinlar samarali hisoblanadi. Ushbu metodlar orqali o‘quvchilar o‘z his-tuyg‘ularini aniqlash, boshqalarni tushunish, jamoada muloqot qilish va konfliktli vaziyatlarda ijobiy yo‘l topishni o‘rganadilar.

Pedagogik nuqtai nazardan esa, emotsional intellekt o‘quvchining o‘zlashtirish jarayoniga bevosita ta’sir etadi. O‘z his-tuyg‘ularini boshqara olgan o‘quvchi bilimni yanada samarali o‘zlashtiradi, diqqatini to‘plab, ijodiy yondashadi. Shuningdek, u o‘qituvchi va sinfdoshlariga nisbatan empatiya bilan yondashadi, bu esa sog‘lom ijtimoiy muhitni shakllantiradi.

### **Innovatsion muhit va o‘quvchi shaxsining emotsional o‘sishi**

Raqamli texnologiyalar va axborot-kommunikatsion vositalar ta’limda keng qo‘llanilayotgan bugungi kunda innovatsion muhit o‘quvchilarning emotsional intellektini rivojlantirish uchun yangi imkoniyatlar yaratmoqda. Onlayn platformalar yordamida

o‘quvchilar o‘z his-tuyg‘ularini erkin ifodalash, o‘z fikrini himoya qilish, jamoaviy ishlarda ishtirok etish orqali ijobiy psixologik tajriba orttiradilar. Bundan tashqari, virtual simulyatsiyalar, interaktiv mashg‘ulotlar va vizual o‘yinlar o‘quvchilarda ijodiy tafakkur va emotsional refleksiyaning kuchaytiradi. Har bir innovatsion yondashuv o‘quvchini faollikka, ijobiy his-tuyg‘ularni namoyon etishga, o‘zini anglashga undaydi. Bu esa shaxsiy o‘rinish va ijtimoiy moslashuvning tabiiy mexanizmini shakllantiradi. Bir so‘z bilan aytganda, innovatsion texnologiyalar o‘quvchilarning faqat bilim darajasini emas, balki ularning emotsional va psixologik tayyorgarligini ham oshiradi. Bu esa zamonaviy ta‘lim jarayonida “aqlli” emas, “hissiyotli va mas’uliyatli” shaxsni shakllantirishga xizmat qiladi. O‘quvchining emotsional intellekti rivojlangani sari u o‘zini va boshqalarni anglay oladi, ijtimoiy munosabatlarda faol, bag‘rikeng va barqaror shaxs sifatida kamol topadi.

Ta‘lim jarayonida emotsional intellektni rivojlantirish uchun qo‘llanilayotgan asosiy innovatsion usullar quyidagilardan iborat:

1. **Interfaol o‘yinli metodlar** – o‘quvchilarda his-tuyg‘ularni ifodalash, empatiya va hamkorlikni rivojlantiradi. Masalan, “rol o‘ynash”, “hissiyotlarni top” kabi o‘yinlar o‘quvchilarda o‘zini va boshqalarni tushunish ko‘nikmasini oshiradi.

2. **Psixologik treninglar** – stressni boshqarish, o‘ziga ishonchni kuchaytirish va ijobiy fikrlashni shakllantirishga xizmat qiladi.

3. **Raqamli platformalar va virtual simulyatsiyalar** – o‘quvchilarga turli vaziyatlarda emotsional qarorlar qabul qilishni o‘rgatadi, masalan, interaktiv dasturlar orqali hissiy reaksiyalarni tahlil qilish imkoniyati yaratiladi.

4. **Kreativ yondashuvlar** – san‘at, musiqa, drama yoki tasviriy faoliyat orqali his-tuyg‘ularni ifodalashni osonlashtiradi.

Shuningdek, o‘qituvchi bu jarayonda markaziy o‘rinda turadi. U nafaqat bilim beruvchi, balki o‘quvchilarning emotsional holatini tushunuvchi va boshqaruvchi shaxsdir. O‘qituvchining emotsional madaniyati, bag‘rikengligi va motivatsion yondashuvi o‘quvchilarda ijobiy psixologik muhitni yaratishga asos bo‘ladi.

Xulosa qilib aytganda, innovatsion yondashuvlar yordamida o‘quvchilarning emotsional intellektini rivojlantirish ta‘lim jarayonining ajralmas tarkibiy qismiga aylanib

bormoqda. Bu yondashuvlar o'quvchilarning shaxsiy o'sishi, ijtimoiy moslashuvi, muloqot madaniyati va psixologik barqarorligini ta'minlashda muhim rol o'ynaydi. Emotsional intellekt rivojlangan shaxs nafaqat bilimli, balki hissiy jihatdan yetuk, boshqalar bilan hamkorlikda ishlay oladigan, ijtimoiy mas'uliyatni his qiladigan inson sifatida shakllanadi.

Innovatsion pedagogik texnologiyalar - interfaol o'yinlar, psixologik treninglar, raqamli vositalar va kreativ faoliyatlar - o'quvchilarda ijobiy emotsional muhit yaratish, empatiya, o'zini anglash va stressni boshqarish ko'nikmalarini shakllantirishda samarali natija beradi. Shu sababli, har bir o'qituvchi zamonaviy metodlardan foydalanishni o'z amaliy faoliyatining doimiy qismi sifatida qarashi zarur.

### **Tavsiyalar:**

1. **Ta'lim muassasalarida psixologik xizmatlarni kuchaytirish** – o'quvchilarning emotsional rivojlanishiga doimiy e'tibor qaratish, ularni psixologik qo'llab-quvvatlash tizimini yo'lga qo'yish lozim.

2. **O'qituvchilar uchun trening va seminarlar tashkil etish** – emotsional intellektni rivojlantirish metodikasi, innovatsion yondashuvlar va interfaol metodlardan foydalanish bo'yicha malaka oshirishni yo'lga qo'yish kerak.

3. **Dars jarayonida ijodiy faoliyat elementlarini qo'shish** – san'at, musiqiy yoki teatr asosidagi mashg'ulotlar o'quvchilarning his-tuyg'ularini ifodalashga yordam beradi.

4. **Raqamli platformalardan foydalanish** – o'quvchilarning emotsional holatini tahlil qilish, muloqot va empatiyani rivojlantiruvchi interaktiv dasturlarni qo'llash tavsiya etiladi.

5. **Ota-onalar bilan hamkorlikni yo'lga qo'yish** – bolalarning emotsional rivojlanishida oilaviy muhit muhim o'rin tutadi, shu sababli ota-onalarni ham emotsional madaniyatni shakllantirish jarayoniga jalb etish kerak.

Umuman olganda, o'quvchilarning emotsional intellektini rivojlantirishda innovatsion yondashuvlar nafaqat ta'lim sifatini oshiradi, balki kelajak avlodning ruhiy yetuk, ijtimoiy faol va insonparvar shaxslar sifatida kamol topishiga zamin yaratadi.

### **O'quvchilarda emotsional intellektni rivojlantiruvchi trening mashg'ulotlari**

### 1. “Hissiyotlar kartasi” (Emotsiyani tanish o‘yini)

**Maqsad:** O‘quvchilarda turli his-tuyg‘ularni farqlash va ifodalash ko‘nikmasini shakllantirish.

#### O‘tkazilish jarayoni:

1. O‘qituvchi turli emotsiyalar (xursand, qo‘rqan, g‘azablangan, hayron, xafa va h.k.) tasvirlangan kartalarni tarqatadi.
2. Har bir o‘quvchi karta orqali emotsiyani mimika yoki tana harakati bilan ifodalaydi.
3. Guruhdagilar bu emotsiyani topishlari kerak.

**Natija:** O‘quvchilarda o‘z hissiyotlarini tanib olish va boshqalarnikini to‘g‘ri talqin qilish malakasi shakllanadi.

### 2. “Men his qilayapman...” (Emotsional ifoda mashqi)

**Maqsad:** O‘quvchilar o‘z his-tuyg‘ularini so‘z orqali ifoda etishni o‘rganadilar.

#### O‘tkazilish tartibi:

- O‘qituvchi biror vaziyat aytadi, masalan: “Sinfda kimdir meni tanqid qildi”, “Do‘stim meni unutdi” va h.k.
- O‘quvchilar “Men his qilayapman...” deb boshlanadigan gap bilan his-tuyg‘usini ifoda etadi (masalan: “Men xafa bo‘ldim, chunki...”).

**Natija:** O‘quvchilar his-tuyg‘ularini bosib qolmasdan, to‘g‘ri ifodalashni o‘rganadilar.

### 3. “Empatiya halqasi” (Hissiyotlarni tushunish o‘yini)

**Maqsad:** Boshqalarning hissiy holatini tushunish va ularga hamdardlik bildirishni o‘rganish.

#### O‘tkazilish tartibi:

1. O‘qituvchi real hayotiy vaziyatlarni o‘qiydi (masalan: “Do‘sti imtihondan yiqildi”, “Kimdir sovg‘a oldi” va h.k.).
2. Har bir o‘quvchi bu vaziyatdagi inson qanday his qilayotganini va unga qanday yordam berish mumkinligini aytadi.

**Natija:** Empatiya, mehr-shafqat, ijtimoiy sezgirlik rivojlanadi.

#### 4. “Emotsiyalar teatri” (Rol o‘yinlari)

**Maqsad:** Emotsiyalarni tanib olish va ifoda etishning interfaol usulini o‘rganish.

**O‘tkazilish:**

- Guruhga kichik sahna vaziyatlari beriladi (masalan: “do‘st bilan bahslashish”, “kutilmagan sovg‘a olish”, “yo‘qotish”).

- Har bir guruh bu vaziyatni his-tuyg‘ular asosida sahnalashtiradi.

**Natija:** O‘quvchilarda his-tuyg‘ularni ifoda etish, nazorat qilish, muloqotda ishonch hosil qilish rivojlanadi.

#### Foydalanilgan adabiyotlar ro‘yxati

1. Goleman, D. (1995). *Emotional Intelligence: Why It Can Matter More Than IQ*. New York: Bantam Books.
2. Mayer, J. D., & Salovey, P. (1997). “What is Emotional Intelligence?” In P. Salovey & D. Sluyter (Eds.), *Emotional Development and Emotional Intelligence: Educational Implications*. New York: Basic Books.
3. Bar-On, R. (2006). “The Bar-On Model of Emotional-Social Intelligence (ESI).” *Psicothema*, 18 (Suppl), 13-25.
4. Nias, J. (1996). *Thinking About Feeling: The Emotions in Teaching*. Cambridge Journal of Education, 26(3), 293-306.
5. Petrides, K. V., & Furnham, A. (2003). “Trait Emotional Intelligence: Behavioural Validation in Two Studies of Emotion Recognition and Reactivity to Mood Induction.” *European Journal of Personality*, 17(1), 39-57.