



## **EMOTSIONAL INTELLEKTNING TA’LIM SIFATIGA TA’SIRI**

**Mualliflar:** psixol.f.n., prof.v.b. R.B.Qudratullayeva <sup>1</sup>, magistrant N.G’.Muxtorjonova <sup>2</sup>

**Affiliyatsiya:** O’zbekiston Milliy universiteti <sup>1,2</sup>

**DOI:** <https://doi.org/10.5281/zenodo.17309918>

### **ANNOTATSIYA**

Ushbu maqolada emotsional intellekt hamda uning ta’lim sifatiga ta’siri yoritib berilgan.

**Kalit so’zlar:** Intellekt, emotsional intellekt, ta’lim sifati, empatiya, his-tuyg’u, o’zini anglash, motivatsiya, divergent tafakkur, o’zini boshqarish, stress.

### **KIRISH**

Bugungi kundagi zamonaviy ta’lim tizimida emotsional intellektning ta’lim jarayoniga ta’siri sezilarli darajada ahamiyatga ega. Dunyo bo’yicha ta’lim sifatini oshirish eng dolzarb masala bo’lib, har bir davlatning rivojlanishi yoshlarning bilimli, salohiyatli, ijodkor va hissiy tomondan yetuk, komil shaxs bo’lib yetishishiga bog’liqdir. Shu sababli ham hozirgi kunda emotsional intellekt eng muhim omillardan biri hisoblanadi. Emotsional intellekt insonning o’zini va boshqalarni his-tuyg’ularini tushunishi, o’zini hissiyotlarini boshqara olishi, boshqa insonlar bilan erkin muloqot qila olish qobiliyatidir. Emotsional intellektning ta’lim sifatiga ta’siri ko’p jihatda namoyon bo’ladi. Emotsional intellekt o’quvchilarning o’z his-tuyg’ularini boshqarish, har qanday stressli holatlarda o’zini nazorat qila olish qobiliyatini oshiradi hamda ta’lim jarayonida diqqatni to’plash va muammoli vazuyatlarga tezda yechim topishda yordam beradi. Maqolada emotsional intellektning psixologik asoslari, ta’limdagi o’rni va amaliy jihatlar hamda rivojlantirish yo’llari haqida batafsil ma’lumotlar taqdim etiladi.

### **ASOSIY QISM**

Emotsional intellektga hozirgi zamonaviy ta’lim jarayonidagi eng muhim omil sifatida qaralmoqda. Chunki emotsional intellekt o’quvchilarning o’zlashtirishida, yutuqqa erishishida, shaxsiy rivojlanishida bevosita o’zining ta’sirini ko’rsatmoqda. Emotsional intellekt – bu insonning o’z his-tuyg’ularini tushunishi, boshqara olishi, atrofdagilarning his-tuyg’ularini anglashi hamda ijtimoiy munosabatlarni o’rnata olish qobiliyati. Buni ilk bor 1990-yilda Daniel Goleman boshchiligidagi keng ommalashtirilgan, bu tushuncha hamma sohada, ya’ni ishda, ta’limda, shaxsiy hayotda va boshqa yo’nalishlarda katta ahamiyatga ega. Inson tug’ilibdiki, u emotsional intellektning atrofdagilar, oila, ta’lim muassasasi kabi joylardagi shaxslardan o’rganadi.

Daniel Goleman ushbu qobiliyatni o’quvchi hamda o’qituvchining munosabatini yaxshilash va ta’lim jarayonida ijobiy muhitni yaratishda muhim omil ekanligini ta’kidlaydi. Daniel Goleman emotsional intellektning besh komponentga ajratadi:

- O'z-o'zini anglash;
- His-tuyg'ularni boshqarish;
- Motivatsiya;
- Empatiya
- Ijtimoiy ko'nikmalar;

O'z-o'zini anglash - o'quvchilar o'z hissiyotlarini tushunib ularni boshqarishlari orqali o'quv jarayonidagi har xil qiyinchiliklarni yenga olishadi. Masalan, imtihonga kirmoqchi bo'lgan o'quvchi his-tuyg'usini boshqarish orqali hayajonlanishni, xavotirni boshqarib diqqatini jamlashi mumkin.

His-tuyg'ularni boshqarish - o'quvchilar stressli yoki shunga o'xshash qo'rquv kabi holatlarda o'zini tuta bilishi ularning faoliyatiga ujobiy ta'sir ko'rsatadi. Goleman ta'lim jarayonida o'quvchilar his-tuyg'usini boshqarishi natijasida sinfdagi faolligi oshadi va ijobiy o'zgarishlar bo'lishini ta'kidlagan.

Motivatsiya – Goleman fikricha emotsional intellekti yuqori o'quvchilar qanaqa qiyinchilik bo'lishidan qat'i nazar o'z maqsadlariga erishishadi. Ichki motivatsiya har bir o'quvchining maqsad qo'yishi va unga erishishida muhim hisoblanadi.

Empatiya – O'quvchilar bir-birining va atrofdagi insonlarning hissiyotlarini tushunishi orqali o'zaro hamkorlik mustahkamlanadi. Bu asosan guruhliy ishlarni bajarishda juda muhim omil[1].

Ijtimoiy ko'nikmalar – samarali muloqot ayniqsa o'qituvchi bilan munosabatni yaxshilashda muhim.

Emotsional intellekt ta'lim sifatiga bir nechta jihatdan ta'sir qiladi:

1.O'quvchilarning ta'lim jarayonidagi muvaffaqiyati: Goleman emotsional intellektni ta'limga ta'sirini tadqiqotlar orqali isbotlaydi. Uning ta'kidlashicha, emotsional intellekti yuqori o'quvchilar stressni boshqarishi oson, o'quv faoliyatida qiyinchiliklarni oson yengishga moyil bo'ladi.

2.Sinfdagi ijobiy muhit: O'qituvchilarning empatiya va umumiy ko'nikmasi o'quvchilar bilan yaxshi munosabat o'rnatishlariga yordam beradi. Buning natijasida o'quvchilar darsda faol qatnashishadi, o'z fikrini erkin bildiradi va o'qituvchini ishonchli his qiladi.

3.O'qituvchilarning professional samaradorligi: Golemanning "Ijtimoiy intellekt" asarida o'qituvchilarning emotsional intellektini o'quv faoliyatiga hamda guruhni boshqarishga ta'siri muhokama qilinadi. Intellekti yuqori o'qituvchilar o'quvchiga mos tarzda dars tashkillashtira oladi, sinfdagi muzokaralarga o'zi yechim topa oladi, ijobiy muhitni tashkillashtira oladi.

O'zbek olimlaridan A.Sharofitdinov ham o'z tadqiqotlarida emotsional intellektning ahamiyati, shaxsning rivojlanishidagi o'rni hamda ta'lim sifatiga ta'sirini yorqin tushuntirib beradi. U ta'limda emotsional intellektni shakllantirish uchun maxsus sharoitlar yaratilishi zarurligini aytib o'tadi. Ya'ni o'quvchilarni emotsional intellektini oshirish natijasida jamoa yoki guruhdagi psixologik muhitni yaxshilash mumkinligini qayd etadi.

O'zbekiston ta'lim tizimida emotsional intellektni rivojlantirish uchun A.Sharofitdinov quyidagilarni taklif etgan:

1.O'qituvchilar uchun treninglar

O'quvchilardan oldin o'qituvchilarga e'tibor berish kerak. Ularni emotsional intellektini oshirishga yo'naltirilgan maxsus treninglar tashkillashtirish kerak. Bu o'qituvchilarga sinfni boshqarish va yaxshi muhit yarata olishiga imkon beradi.

## 2. Ijtimoiy va emotsional ta'lim dasturlari:

Maktab va ta'lim muassasasi dasturlariga SEL (ijtimoiy emotsional intellekt) elementlarini kiritish kerak. Bu ijtimoiy hamda hissiy kompetensiyalarini shakllantiradi.

## 3. Ota-onalar bilan hamkorlik:

A. Sharofitdinov emotsional intellektni eng birinchi bo'lib oilada shakllanishini ta'kidlab o'tadi. O'zbekistonda ta'lim jarayonlariga ota-onalarni jalb qilish bilan bolalarni hissiy rivojlanishiga ta'sir ko'rsatish mumkin.

## 4. Mahalliy tadqiqotlar va amaliyot:

O'zbekiston ta'limida emotsional intellektni shakllantirish bo'yicha bir qancha amaliy dasturlarni joriy qilish hamda mahalliy tadqiqotlarni olib borish zarur [2].

M.K. Holiqova o'zining maqolasida ijodiy fikrlashni shakllantirishda divergent tafakkurning ahamiyati katta ekanligini uqtiradi. Divergent tafakkur – bu har qanday muammolarga bir nechta yechim topish, ijodiy yondashuvlarni qo'llash hamda yangi turlicha g'oyalarni ishlab chiqish qobiliyatidir. M.K. Holiqova bu jarayonni ta'lim sifatini oshirishni, ijodiy muhit yaratilishining asosiy omili ekanligini ta'kidlaydi. Chunki ijodiy fikrlash o'quvchining muammolarni hal qilishi, jamiyatda yoki o'quv faoliyatida o'z o'rnini topishi, ijtimoiy munosabatlarni boshqarish qobiliyatini ham rivojlantiradi. Emotsional intellekt bu jarayonda alohida o'rin tutadi.

M.K. Holiqova kognitiv ta'lim texnologiyalari barcha bilimlarni chuqur o'zlashtirish, ichki motivatsiyani oshirish, faol fikrlashni shakllantirish, ijodiy hamda tanqidiy fikrlarni rivojlantirish, individuallikni ta'minlash orqali ta'lim sifatini oshirishini aytib o'tadi. Bunda emotsional intellektning ahamiyati katta, chunki his-tuyg'ular bilan kognitiv jarayonlar uzviy bog'liq hisoblanadi. Masalan, o'quvchilar o'zini anglashi, his-tuyg'usini boshqarishi, motivatsiyasi, yutuqlari va ijtimoiy muvaffaqiyatlari albatta kognitiv faoliyatga ta'sir ko'rsatadi [3].

Metakognitiv ko'nikmalar – bu o'z fikrlash jarayonini tushunish va boshqarish. Bu emotsional intellektning o'z-o'zini anglash hamda his-tuyg'ularni boshqarish kabi komponentlari bilan uzviy bog'liq. Masalan, o'quvchi imtihonda test ishladi yoki savollarga javob berdi. U imtihon natijalari chiqqandan keyin o'zining xatolarini tahlil qilish va ulardan xulosa chiqarish orqali nafaqat kognitiv, balki emotsional jihatdan ham rivojlanadi. Bu jarayonga ta'lim sifatini oshirishning muhim omili sifatida qaraladi.

Emotsional intellektni rivojlantirishning amaliy usullari:

1) Guruh ishlari va loyihalar: Bunda guruh ishlari orqali o'quvchilarning ijtimoiy ko'nikmalari rivojlanadi. Bunda har bir o'quvchining hamkorlik va empatiya qobiliyatlari oshadi. Masalan, 8-sinf o'quvchisi guruh loyihasida tengdoshlari bilan kelisha olmaydi va o'zining fikrini boshqalarga ham yuklaydi. O'qituvchi o'quvchiga tengdoshlarining fikrini eshitish hamda hamkorlik qilishni o'rgatadi. Loyiha so'ngida esa o'quvchi tengdoshlarini his-tuyg'ulariga e'tibor berishni o'rganadi. Bu uning ijtimoiy ko'nikmalarini oshiradi.

2) Refleksiv mashqlar: O'quvchilar o'zini xatosini tushunib, tahlil qilishi hamda o'ziga xulosa chiqarish qobiliyatini rivojlantirish emotsional intellektning o'z-o'zini anglash komponentini mustahkamlaydi. Masalan, o'quvchi matematika darsida past ball oladi va o'ziga ishonchi pasayadi. O'qituvchi o'quvchi bilan xatolarini tahlil qiladi hamda ulardan xulosa chiqarishni o'rgatadi. Natijada o'quvchi xavotirini boshqarishni, xatosini tuzatishni o'rganadi.

3) Rolli o'yinlar: Bu usul eng muhim usullardan hisoblanadi. Bu usul orqali bola

boshqalarning his-tuyg'ularini his qilishi, empatiya ko'rsatishini o'rgatadi. Masalan, o'qituvchi sinfdagi o'quvchilar o'rtasidagi nizolarni hal qilish uchun o'quvchilarga o'yin taklif qiladi. O'quvchilar turli rollarni o'ynab, bir-birining his-tuyg'usini tushunishga harakat qiladi. Bu ularning empatiya ko'nikmalarini rivojlantiradi.

4) Motivatsion darslar: Masalan, o'quvchilarga o'zlarining maqsadlarini

belgilash va ularga qanday erishish mumkinligi yo'llarini o'rgatib bo'rish emotsional intellektni rivojlantiradi. Masalan, 9-sinfdagi qaysidir o'quvchi adabiyot darsida faol emas. Sababi u o'zini qiziqitirmaydigan deb hisoblaydi. O'qituvchi motivatsion dars uslubidan foydalanib o'quvchiga o'z maqsadini aniqlash hamda adabiyotni hayotiy voqea-hodisalar bilan bog'lashni o'rgatadi. O'quvchi darslarda faollashadi va o'ziga bo'lgan ishonchi oshadi. Bu ichki motivatsiyasini mustahkamlaydi.

O'zbekiston ta'lim tizimida emotsional intellektni rivojlantirish bo'yicha turli islohotlar davom etib kelmoqda, masalan, 2017-2021 yillarda qabul qilingan "Harakatlar strategiyasi" doirasida yoshlarni hissiy va intellektual tomondan komil inson sifatida shakllantirish maqsad qilingan.

## XULOSA

Emotsional intellekt hozirgi zamonaviy ta'limda o'quvchilarni darslarni o'zlashtirishida, o'quv jarayonida faol qatnashishida, sinfdagi yaxshi psixologik muhit yaratilishida, o'qituvchini pedagogik samaradorligini oshirishda eng muhim omillardan hisoblanadi. O'zbekiston ta'lim tizimida emotsional intellektni rivojlantirish bo'yicha islohotlar, ya'ni 2030-yilgacha ta'lim strategiyasi hamda "Barkamollik uchun ta'lim" dasturi bo'yicha yoshlarni hissiy, intellektual tomondan yetuk va barkamol shaxs sifatida shakllantirishga qaratilgan e'tibor kuchayib bormoqda. Emotsional intellekti yuqori bo'lgan o'quvchilar muvaffaqiyatli bo'ladi, o'ziga bo'lgan ishonchi baland bo'ladi, ichki motivatsiyasi kuchli, aniq maqsadga ega, boshqalar va o'zini his-tuyg'usini tushunadigan, muammolarga to'g'ri yechim topa oladigan, o'quv faoliyatida yaxshi natijalarga ega bo'ladi. Emotsional intellektni shakllantirishda esa oila, ota-onalar, do'stlar, o'qituvchilarni ahamiyati katta. Ushbu sohada davom etib borayotgan islohotlar, tadqiqotlar va amaliy usullar ta'lim jarayonini va sifatini yanada samarali qilishga xizmat qiladi.

## FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR

1. Coleman, D. (1995). \*Emotional Intelligence: Why It Can Matter More Than IQ\*. Bantam Books.
2. Sharofitdinov, A. & Soyimnazarov, N. (2023). "Emotsional intellekt tushunchasining psixologik tavsifi"
3. Holiqova M.K. "Kognitiv ta'lim texnologiyalari asosida o'quvchilarning muammolarni hal etish qobiliyatlarini shakllantirish" (2025)