



TA'LIM JARAYONIDA EMOTSIONAL INTELLEKTNING ROLI: O'QUVCHILARNING EMOTSIONAL INTELLEKTINI RIVOJLANTIRISHNING TA'LIMGA TA'SIRI

Usmonova Oyxon Boltayevna

Surxondaryo viloyati Qiziriq tumani

2-umumiy o'rta ta'lim maktabi psixologi

Annotatsiya

Ushbu maqolada ta'lim jarayonida emotsional intellekt (EI)ning roli va uning o'quvchilarning rivojlanishiga ta'siri ko'rib chiqiladi. Emotsional intellekt o'z va boshqalar his-tuyg'ularini anglash, boshqarish va samarali tarzda ishlatish qobiliyatidir. O'quvchilarning EI darajasi akademik muvaffaqiyat, ijtimoiy ko'nikmalar va psixologik salomatlik bilan bevosita bog'liqdir. Maqolada EI ni rivojlantirish usullari, jumladan, emotsional ta'lim, guruh ishlari, o'z-o'zini anglash va o'qituvchilarni tayyorlash kabi metodlar tavsiya etiladi. Ta'lim muassasalari emotsional intellektni rivojlantirishga qaratilgan dasturlarni joriy etish orqali o'quvchilarning umumiy rivojlanishiga hissa qo'shishlari kerak. Umuman olganda, emotsional intellekt ta'lim jarayonida muhim ahamiyatga ega bo'lib, o'quvchilarning muvaffaqiyatini oshirishda muhim omil hisoblanadi.

Kalit So'zlar

Emotsional intellekt (EI), Ta'lim jarayoni, O'quvchilar, Akademik muvaffaqiyat, Ijtimoiy ko'nikmalar, Psixologik salomatlik, Emotsional ta'lim, O'qituvchilarni tayyorlash, O'z-o'zini anglash, Stressni boshqarish

I. Kirish

Ta'lim jarayonida emotsional intellekt (EI) o'quvchilarning muvaffaqiyatlari, ijtimoiy munosabatlari va psixologik salomatliklari bilan bevosita bog'liqdir. O'quvchilarning EI darajasi ularning ta'limdagi natijalariga va ijtimoiy ko'nikmalariga ta'sir ko'rsatadi. Ushbu maqola EI ning ta'lim jarayonidagi roli,





uning o'quvchilarning rivojlanishiga ta'siri va EI ni rivojlantirish usullari haqida keng ma'lumot beradi.

II. Emotsional Intellektning Ta'rifi

Emotsional intellekt (EI) – bu o'z va boshqalar his-tuyg'ularini anglash, boshqarish va samarali tarzda ishlatish qobiliyatidir. EI tushunchasi, 1995-yilda Daniel Goleman tomonidan ommalashtirilgan bo'lib, u psixologiya va ta'lim sohalarida muhim o'rin tutadi. Emotsional intellektning quyidagi asosiy komponentlari mavjud:

1. O'z His-Tuyg'ularini Anglash

Bu komponent o'z his-tuyg'ularini tushunish va tan olish qobiliyatini anglatadi. O'z his-tuyg'ularini anglash, odamga o'z hissiyotlari va ularning sabablari haqida chuqurroq tushuncha berishga yordam beradi. Bu ko'nikma, o'z-o'zini anglash va o'z his-tuyg'ularini boshqarish uchun zarur.

2. O'z His-Tuyg'ularini Boshqarish

O'z his-tuyg'ularini boshqarish, stress, xavotir va boshqa salbiy his-tuyg'ularni samarali tarzda nazorat qilish qobiliyatidir. Bu qobiliyat odamga muammolarni hal qilishda, qarorlar qabul qilishda va ijtimoiy vaziyatlarda muvaffaqiyatli bo'lishda yordam beradi.

3. Boshqalar His-Tuyg'ularini Anglash

Bu komponent empatiya ko'rsatish va boshqalar his-tuyg'ularini tushunish qobiliyatini anglatadi. Boshqalar his-tuyg'ularini anglash, odamga ijtimoiy munosabatlarni yaxshilash va boshqalar bilan samarali muloqot qilish imkonini beradi.

4. Ijtimoiy Munosabatlarni Boshqarish

Bu komponent ijtimoiy ko'nikmalarni rivojlantirish va boshqalar bilan muvaffaqiyatli munosabatlar o'rnatish qobiliyatidir. Ijtimoiy munosabatlarni





boshqarish, odamga guruhda ishlash, konfliktlarni hal qilish va ijtimoiy muhitda muvaffaqiyatli bo'lishda yordam beradi.

Emotsional Intellektning Ahmiyati

Emotsional intellekt, shaxsning muvaffaqiyatini, ijtimoiy ko'nikmalarini va psixologik salomatligini yaxshilashda muhim ahamiyatga ega. Tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, EI darajasi yuqori bo'lgan odamlar:

III. Emotsional Intellektning Ta'limga Ta'siri

A. Akademik Muvaffaqiyat

O'quvchilarning emotsional intellekti yuqori bo'lsa, ularning ta'limdagi muvaffaqiyatlari ham oshadi. O'z his-tuyg'ularini boshqarish qobiliyati, stressni kamaytirish va diqqatni jamlashda yordam beradi. Tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, EI darajasi yuqori bo'lgan o'quvchilar ko'proq ijobiy natijalar ko'rsatadilar.

B. Ijtimoiy Ko'nikmalar

Emotsional intellekt o'quvchilarga boshqalar bilan samarali munosabatlar o'rnatishga yordam beradi. Bu, o'z navbatida, guruh ishlarida va ijtimoiy muhitda muvaffaqiyatli bo'lishlariga imkon yaratadi. EI darajasi yuqori bo'lgan o'quvchilar ko'proq do'stlar orttiradilar va ijtimoiy muammolarni hal qilishda yaxshiroq natijalarga erishadilar.

C. Psixologik Salomatlik

EI yuqori bo'lgan o'quvchilar stress va xavotirni yaxshiroq boshqaradilar, bu esa ularning umumiy psixologik salomatligini yaxshilaydi. O'quvchilarning psixologik salomatligi ularning ta'limdagi muvaffaqiyatlariga bevosita ta'sir qiladi.

IV. Emotsional Intellektni Rivojlantirish Usullari

A. Ta'limda Emotsional Ta'lim



O'qituvchilar o'quvchilarga emotsional ko'nikmalarni o'rgatish uchun maxsus darslar o'tkazishlari mumkin. Bu darslarda his-tuyg'ularni anglash, empatiya va ijtimoiy ko'nikmalarni rivojlantirishga e'tibor qaratiladi.

B. Guruh Ishlari

O'quvchilarni guruh ishlariga jalb qilish, ularning ijtimoiy ko'nikmalarini rivojlantirishga yordam beradi. Guruhda ishlash orqali o'quvchilar bir-birining his-tuyg'ularini tushunishga o'rganadilar.

C. O'z-o'zini Anglash

O'quvchilarga o'z his-tuyg'ularini anglash va boshqarish uchun meditatsiya, yoga yoki boshqa stressni kamaytirish usullarini o'rgatish.

D. O'qituvchilarni Tayyorlash

O'qituvchilarni emotsional intellektni rivojlantirish bo'yicha tayyorlash, ularning o'quvchilar bilan samarali munosabatlar o'rnatishlariga yordam beradi.

V. Emotsional Intellektni O'lchash

A. EI O'lchovlari

Emotsional intellektni o'lchash uchun turli xil testlar va anketalar mavjud. Bu o'lchovlar o'quvchilarning EI darajasini aniqlashga yordam beradi.

B. O'lchash Usullari

O'lchash usullari sifatida quyidagi metodlar qo'llanilishi mumkin:

Savolnomalar: O'quvchilarning his-tuyg'ularini anglash va boshqarish darajasini o'lchash.

Intervyular: O'quvchilar bilan suhbatlar o'tkazish orqali EI darajasini aniqlash.

Guruh muhokamalari: O'quvchilarning ijtimoiy ko'nikmalarini baholash.

VI. Emotsional Intellekt va Ta'limning Integratsiyasi



A. Ta'lim Dasturlarida EI Integratsiyasi

Ta'lim dasturlarida emotsional intellektni integratsiya qilish, o'quvchilarning ijtimoiy va emotsional ko'nikmalarini rivojlantirishga yordam beradi. Bu, o'z navbatida, ta'lim jarayonida yaxshiroq natijalarga olib keladi.

B. Ta'lim Muassasalarida EI Rivojlantirish

Ta'lim muassasalari emotsional intellektni rivojlantirishga qaratilgan dasturlarni joriy etish orqali o'quvchilarning umumiy rivojlanishiga hissa qo'shishlari kerak.

VII. O'qituvchilarning Roli

A. O'qituvchilar EI Rivojlantirishda

O'qituvchilar o'zlarining emotsional intellektlarini rivojlantirish orqali o'quvchilarga yaxshi namuna bo'lishlari mumkin. O'qituvchilar o'z his-tuyg'ularini boshqarish va ijtimoiy munosabatlarni rivojlantirishda ko'proq muvaffaqiyatga erishadilar.

B. O'qituvchilar uchun Treninglar

O'qituvchilarni emotsional intellektni rivojlantirish bo'yicha treninglarda ishtirok etishga rag'batlantirish, ularning pedagogik ko'nikmalarini oshirishga yordam beradi.

VIII. Emotsional Ta'limning Foydalari

A. O'quvchilar uchun Foydalar

Emotsional ta'lim o'quvchilarga o'z his-tuyg'ularini anglash, boshqarish va ijtimoiy ko'nikmalarini rivojlantirishga yordam beradi. Bu, o'z navbatida, ularning ta'limdagi muvaffaqiyatlariga ijobiy ta'sir ko'rsatadi.

B. Jamiyat uchun Foydalar



Emotsional intellektni rivojlantirish jamiyatda ijtimoiy barqarorlikni ta'minlashga yordam beradi. EI darajasi yuqori bo'lgan shaxslar, ijtimoiy muammolarni hal qilishda ko'proq muvaffaqiyatga erishadilar.

IX. Xulosa

Emotsional intellekt ta'lim jarayonida muhim rol o'ynaydi. O'quvchilarning emotsional intellektini rivojlantirish, ularning akademik muvaffaqiyatlari, ijtimoiy ko'nikmalari va psixologik salomatliklariga ijobiy ta'sir ko'rsatadi. Ta'lim muassasalari emotsional intellektni rivojlantirishga qaratilgan dasturlarni joriy etish orqali o'quvchilarning umumiy rivojlanishiga hissa qo'shishlari kerak.

X. Foydalanilgan Adabiyotlar

Goleman, D. (1995). Emotional Intelligence: Why It Can Matter More Than IQ. Bantam Books.

Mayer, J. D., Salovey, P., & Caruso, D. R. (2004). "Emotional Intelligence: Theory, Findings, and Implications". Psychological Inquiry, 15(3), 197-215.

Brackett, M. A., & Katulak, N. A. (2006). "Emotional Intelligence in the Classroom". The Handbook of Emotional Intelligence, 1-29.

Durlak, J. A., Weissberg, R. P., Dymnicki, A. B., Taylor, R. D., & Schellinger, K. B. (2011). "The Impact of Enhancing Students' Social and Emotional Learning: A Meta-Analysis of School-Based Universal Interventions". Child Development, 82(1), 405-432.

Zins, J. E., & Elias, M. J. (2006). "Social and Emotional Learning: Overview and Insights". Handbook of Emotional Intelligence.