

**ÒSMIR YOSHDAGI BOLALAR EMOCIONAL INTELLEKTINI
RIVOJLANTIRISHNING AHAMIYATI
ВАЖНОСТЬ РАЗВИТИЯ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ИНТЕЛЛЕКТА У
ПОДРОСТКОВ
THE IMPORTANCE OF DEVELOPING EMOTIONAL
INTELLIGENCE IN ADOLESCENTS**

Sagindikova Nargiza Jubatkanovna

Qoraqalpoq Davlat Universiteti
“Pedagogika va psixologiya” kafedrası

DsC, professor v.v.b.

Sagindikovan@mail.ru

+998913845112

Esemuratova Gulbanu Sultanbek qizi

Qoraqalpoq Davlat Universiteti
70310301-Psixologiya yo‘nalishi magistranti

esemuratovagulbanu@gmail.com

+998934861835

Annotaciya: Ushbu maqolada emocional intellekt haqida tushunchalar va òsmir yoshdagi bolalarda emocional intellekt koeficientini rivojlantirishning ahamiyati haqida sòz yuritilgan.

Аннотация: В данной статье рассматриваются понятия эмоционального интеллекта и важность развития коэффициента эмоционального интеллекта у подростков.

Abstract: This article discusses the concepts of emotional intelligence and the importance of developing emotional intelligence quotient in adolescents.

Kalit so`zlar: intellekt, emocional intellekt, qobiliyat, muloqat, òsmir, shaxs, test, ruhiy salomatlik, muvaffaqiyat, soglom munosabat, ijtimoiy-emocional tàlim.

Ключевые слова: интеллект, эмоциональный интеллект, способности, общение, подросток, личность, тест, психическое здоровье, успешность, здоровый настрой, социально-эмоциональное воспитание.

Key words: intelligence, emotional intelligence, ability, communication, adolescent, personality, test, mental health, success, healthy attitude, social-emotional education.

Emocional intellekt bu insonlar o'rtasida yaxshi muloqot va munosabatni paydo qiluvchi alohida "ijtimoiy sovg'a" bo'lib, bu nafaqat insonlar bilan yaxshi munosabat, balki ularni tushinish bilimining ham terangligidan darak beradi.

Emocional intellekt – bu insonlarning xulq-atvorini to'g'ri tushuna olish qobiliyati. Bu qobiliyat shaxslar aro yaxshi ta'sir qoldira olish va muvaffaqiyatga moslashish uchun alohida ahamiyat kasb etadi. "Emocional intellekt" terminini psixologiyaga 1920-yili E.Torndayk tarafidan "Shaxslar aro munosabatlarni gipoteza qila olish"ni bildirish uchun fanga olib kelingan. Bu konsepciyani tushuntirib berishda juda ko'p psixolog olimlar o'z hissasini qo'shishgan. 1937-yilda G.Allport emocional intellektni odamlar haqida tez, deyarli avtomat fikrlar paydo qilish, insonning eng ehtimoliy reaksiyalarini gipoteza qila olish qobiliyati bilan bog'laydi.¹

Emocional intellektni o'lchash imkoniyati J.Guilfird tarafidan yaratilgan intellekt tuzilishini umumiy modelidan kelib chiqqan. J.Guilford va uning hamkasblari yigirma yildan ortiq vaqt davomida Janubiy Kaliforniya universitetida umumiy qobiliyatlarni o'lchash uchun test dasturini tuzish maqsatida olib borilgan faktorli-analiz eksperimentini yakunlaydi. Bu model axbarotni qayta ishlash processini tushuntirib beruvchi 3ta mustaqil o'zgaruvchiga klassifikatsiyalana oladigan 120 ta aqliy faktorni ko'rsatishga imkon yaratadi. Bu mustaqil o'zgaruvchilar quyidagulardan iborat:

1. Berilgan axbarotning mazmuni;
2. Axbarotni qayta ishlash operatsiyalari (aqliy harakatlar);
3. Axbarotni qayta ishlash natijalari.

¹ uz.unista.com

Emocional intellektning ta'limdagi ahamiyati shundaki itimoiy intellekt shaxslar aro munosabatlarni to'g'ri yo'lga qoyish, yetakchilikni rivojlantirish va oz uchraydigan intellektual vazifalarni uddalay olishga imkon berish uchun his-tuyg'ularni boshqarish va o'zini-o'zi anglashdan foydalanadi.

Emocional intellekt, murakkab ijtimoiy munosabatlar va muhitlarni boshqarish va boshqarish qobiliyati shaxsiy va professional muvaffaqiyatda muhim rol o'ynaydigan mahoratdir. O'smirlar uchun emocional intellektni rivojlantirish, ayniqsa, ularning kelajakdagi o'zaro ta'siri va munosabatlariga asos soladigan darajada muhimdir. O'smirlar bolalikdan kattalikka o'tayotganda, emocional intellektni rivojlantirish ularning hissiy farovonligi, ilmiy yutuqlari va kelajakdagi martaba istiqbollari uchun muhim ahamiyatga ega.

O'smirlarda emocional intellektni rivojlantirishning asosiy afzalliklaridan biri ularning hissiy farovonligini oshirishdir. O'smirlik - bu sezilarli hissiy va psixologik o'zgarishlar bilan ajralib turadigan davr. Kuchli emocional intellektga ega bo'lgan o'smirlar o'zlarining his-tuyg'ularini tushunish va boshqarish, shuningdek, boshqalarga hamdard bola oladilar. Bu hissiy ong ularga tengdoshlar bosimi, shaxsiyatni shakllantirish va mustaqillikka intilish kabi o'smirlik davridagi qiyinchiliklarni engishga yordam beradi. O'z his-tuyg'ularini samarali boshqarish va boshqalarning his-tuyg'ularini tushunish orqali, ijtimoiy jihatdan aqlli o'smirlar tashvish, ruhiy tushkunlik va boshqa ruhiy salomatlik muammolarini boshdan kechirish ehtimoli kamroq.

Emocional intellekt ham akademik natijalarga katta ta'sir ko'rsatadi. Maktablar o'quvchilar tengdoshlari bilan hamkorlik qilishlari, o'qituvchilar bilan muloqot qilishlari va guruh faoliyati bilan shug'ullanishlari kerak bo'lgan ijtimoiy muhitdir. Yaxshi rivojlangan emocional intellektga ega bo'lgan o'smirlar yaxshiroq muloqot va hamkorlikka ega bo'lib, ularning o'rganish tajribasini oshirishi mumkin. Ular sinfda faol ishtirok etishlari, kerak bo'lganda yordam so'rashlari va guruh loyihalariga ijobiy hissa qo'shishlari mumkin. Bundan tashqari, ijtimoiy jihatdan aqlli o'quvchilar

ko'pincha mojarolarni boshqarishda va tengdoshlari va o'qituvchilari bilan ijobiy munosabatlar o'rnatishda, yanada qulay o'quv muhitini yaratishda katta rol oynaydi.

O'smirlarda emocional intellektni rivojlantirish ularning kelajakdagi martaba muvaffaqiyati uchun juda muhimdir. Bugungi o'zaro bog'liq va hamkorlik dunyosida ish beruvchilar shaxslararo ko'nikmalarni juda qadrlashadi. Emocional intellektni rivojlantirgan o'smirlar ish intervyularida ustunlik qilishlari, kuchli professional tarmoqlarni qurishlari va jamoalarda samarali ishlashlari mumkin. Samarali muloqot, empatiya, nizolarni hal qilish va etakchilik kabi ko'nikmalar ish joyida muhim bo'lgan emocional intellektning tarkibiy qismlaridir. O'smirlik davrida bu ko'nikmalarni tarbiyalash orqali o'smirlar mehnat bozoriga kirishga va tanlagan kasblarida muvaffaqiyatga erishishga yaxshiroq tayyorlanishadi.

Sog'lom munosabatlar to'laqonli hayotning asosidir va ijtimoiy aql bu munosabatlarni o'rnatish va saqlab qolish uchun kalit hisoblanadi. Emocional intellektni rivojlantirgan o'smirlar boshqalar bilan mazmunli aloqalarni o'rnatishga ko'proq mos keladi. Ular munosabatlardagi ishonch, hurmat va hamdardlik muhimligini tushunadilar va do'stlik, oilaviy munosabatlar va ishqiy munosabatlar dinamikasini boshqarishni yaxshi uddalashadi. Ijtimoiy jihatdan aqlli o'smirlar, shuningdek, toksik munosabatlardan qochish va shaxslararo nizolarni samarali boshqarish ehtimoli ko'proq, bu esa yanada barqaror va qo'llab-quvvatlovchi ijtimoiy tarmoqlarga olib keladi.

O'smirlarda emocional intellektni rivojlantirish, shuningdek, fuqarolik faolligini va ijtimoiy mas'uliyatni rag'batlantiradi. Ijtimoiy aqlli shaxslar ijtimoiy muammolardan xabardor bo'lishlari va o'z jamoalari oldida mas'uliyat hissini his qilishlari ehtimoli ko'proq. Bunday ongliklik va mas'uliyat hissi o'smirlarni jamoat ishlariga jalb etish, ijtimoiy adolat tashabbuslarida ishtirok etish va ko'proq ezgu ishlarga hissa qo'shishga undaydi. Emocional intellektni rivojlantirish orqali o'qituvchilar va ota-onalar o'smirlarning jamiyatga ijobiy ta'sir ko'rsatishga intiladigan rahmdil va faol fuqarolar bo'lib yetishishiga yordam berishi mumkin.

Emocional intellektning muhimligini hisobga olgan holda, o'smirlarda uning rivojlanishiga yordam beradigan strategiyalarni amalga oshirish juda muhimdir. Bu jarayonda maktab va ota-onalar hal qiluvchi rol o'ynashi mumkin. Maktablar empatiya, muloqot va nizolarni hal qilish kabi o'rgatish ko'nikmalariga e'tibor qaratgan holda o'z o'quv dasturlariga ijtimoiy-emotsional ta'lim (SEL) dasturlarini kiritishlari mumkin. Sport, san'at va munozara klublari kabi sinfdan tashqari mashg'ulotlar ham o'smirlarning turli sharoitlarda ijtimoiy ko'nikmalarini rivojlantirish imkonini beradi.

Ota-onalar ijobiy ijtimoiy xulq-atvorni modellashtirish, ochiq muloqotni rag'batlantirish va o'smirlariga turli guruhlar bilan muloqot qilish imkoniyatini berish orqali emocional intellektni rivojlantirishga yordam berishi mumkin. Hissiyotlarni muhokama qilish, faol tinglashni mashq qilish va jamoaviy ish va hamkorlikni rag'batlantiradigan oilaviy tadbirlarda qatnashish ham samarali strategiya hisoblanadi.

O'smirlarda emocional intellektni rivojlantirish ularning umumiy o'sishi va kelajakdagi muvaffaqiyati uchun muhim ahamiyatga ega. Emocional intellekt hissiy farovonlikni oshirish, akademik samaradorlikni oshirish, martaba muvaffaqiyatini oshirish, sog'lom munosabatlarni rivojlantirish va fuqarolarning faolligini rag'batlantirish orqali o'smirlarni hayotning murakkabliklarida harakat qilish uchun zarur bo'lgan muhim ko'nikmalar bilan qurollantiradi. Pedagoglar, ota-onalar va jamoalar kelgusi avlodning tobora o'zaro bog'liq bo'lib borayotgan dunyoda rivojlanishiga yaxshi tayyorgarlik ko'rishlarini ta'minlash uchun emocional intellektni rivojlantirishga ustuvor ahamiyat berishlari kerak.

Foydalanilgan adabiyotlar:

1. Z.T.Nishonova, N.G.Kamilova, D.U.Abdullaeva, M.X.Xolnazarova "Rivojlanish psixologiyasi. Pedagogik psixologiya", O'zbekiston faylasuflari milliy jamiyati nashriyoti, Toshkent.:2018.
2. Sh.R.Baratov "Ta'limda psixologik xizmat", Buxoro, 2007, 426 b.

Internet resurslari:

3. Psychiatr.ru

4. Uz.unista.com